

ergopraxis

ERGOTHERAPIE IN ALLEN FACETTEN

7-8 Juli 2013 | 6. Jahrgang
ISSN 1439-2283
www.thieme.de/ergopraxis

ERFAHRUNGEN EINER ERGOTHERAPEUTIN

Als Au-pair in New York

ÜBER'N BERG

Esstörungen – eine Bergtour als Therapie

NICHT ALLES IST RECHTENS

Zehn Fragen zum Arbeitsvertrag

OPTIONEN AUSSCHÖPFEN

Therapie bei schwerer Spastik



ergopraxis.Refresher

Apraxie

Eine Ergotherapeutin als Au-pair

ERFAHRUNGEN AUS NEW YORK Im Sommer 2012 erfüllte sich Tabea Frasch einen Traum: Sie ging als Au-pair in die USA. Ihre New Yorker Gastfamilie suchte eine Ergotherapeutin, um die fünfjährige Amali, ein Mädchen mit „special needs“, zu fördern. Für Tabea Frasch begann eine erlebnisreiche Zeit.

Während meiner Ergotherapie-Ausbildung stieß ich auf eine Anzeige der Agentur A.P.EX ProAuPair. Die Agentur bietet ein spezielles Au-pair-Programm für die USA und für Australien an (👁️ „Zusatzinfo“). Nach dem ersten Kontakt 2009 entschied ich, das Angebot zu nutzen, sobald ich mit Ausbildung und darauffolgendem Studium fertig bin. Ich wollte Arbeitserfahrungen sammeln, ein Jahr im Ausland verbringen und mein Englisch verbessern.

Die Entscheidung fällt ▶ Nach der Ausbildung arbeitete ich zwei Jahre in Baden-Württemberg in einer Ergotherapiepraxis. Berufsbegleitend erwarb ich mein Diplom. Im Jahr 2012 hatte ich meinen Abschluss in der Tasche und dachte: „jetzt oder nie“ – denn ich stand kurz vor meinem 25. Geburtstag, und ein Visum für Au-pairs in Amerika ist nur bis zum 26. Lebensjahr möglich. Vor der Einreise musste ich noch ein Online-Training absolvieren mit Lern-einheiten zur kindlichen Entwicklung, zur Erziehung und zur Kommunikation.

Die Agentur gab mir die Kontaktdaten von zwei Familien. Bei der zweiten Familie passte es sofort. Es war eine New Yorker Familie mit zwei Mädchen, zehn und fünf Jahre alt. Nach einigen Gesprächen über Skype war für meine Gastfamilie klar, dass sie mich gerne als ihr nächstes Au-pair begrüßen wollen. Damit stand fest: Ich gehe für ein Jahr nach New York! Anfangs hatte ich mir keine Gedanken darüber gemacht, wohin ich genau wollte. Dass ich letztendlich in New York landete, empfinde ich im Nachhinein als großes Glück, da die Stadt so einzigartig ist.



Amali hat eine Zerebralparese. Sich allein das Gesicht zu waschen ist für sie anstrengender als für andere Kinder.

Zuerst geht's nach Florida ▶ Ich war die dritte Ergotherapeutin in der Familie, die bei der Versorgung der zehnjährigen Kinara und der fünfjährigen Amali half. Besonders Amali unterstützte ich im Alltag. Sie hat eine leichte Zerebralparese und dadurch bedingte Auffälligkeiten in der Motorik sowie in Koordination und Gleichgewicht.

Da ich während der Sommerferien anreiste, durfte ich gleich mit den Mädchen zu den Großeltern nach Florida. Diese Zeit war hilfreich, um eine gute Beziehung zu Kinara und Amali aufzubauen. Tagsüber war es so heiß, dass wir oft „nur“ im Pool planschten. Wir machten Pool-Barbeque-Partys, besuchten Verwandte der Familie, gingen ins Kino, besichtigten Naturparks oder spielten.

Therapeuten treffen in New York ▶ Zurück in New York, lernte ich dann Amalis Therapeuten kennen. Mit dem Schul-

beginn stand ein Therapeutenwechsel an, da die neuen Therapeuten mit der Schule zusammenarbeiten. Gemeinsam mit der Familie, den Ergo- und Physiotherapeuten und den Logopäden besprachen wir die aktuelle Situation und die Therapieziele. Ein Schwerpunkt der Therapie war das sichere Gehen. Amali erhielt eine Fußheberorthese. Seit sie diese trägt, sieht man ein deutlich sicheres Gangbild. Ich unterstützte das Gehen, indem ich mit Amali auf verschiedenen Untergründen lief oder Tretroller fuhr. Ein zweiter Schwerpunkt lag im selbstständigen Essen und Trinken. Damit Amali ihre Gesichtsmuskulatur aktivierte, machte ich mit ihr Puste- und Kauübungen. Der dritte Schwerpunkt war die Feinmotorik. Dafür trainierte ich mit ihr die Stifthaltung oder das Schneiden mit der Schere.

Amalis Familie, ihre Therapeuten und ich tauschten uns regelmäßig aus. Die





Tabea Frasch mit ihren beiden Mädels: Amali und Kinara



Amali liebt es, gemeinsam mit ihrer großen Schwester etwas zu unternehmen, zum Beispiel Kuchen backen oder rausgehen.



ZUSATZINFO

ProAupair

Die Agentur A.P.EX ProAupair bietet ein besonderes Programm für ausgebildete Fachkräfte an: Das sogenannte „Special Needs Care Program“ ermöglicht einen Auslandsaufenthalt in Gastfamilien mit Kindern mit „special needs“ (besonderen Bedürfnissen). Das Programm richtet sich

insbesondere an soziale Fachkräfte wie Ergo- und Physiotherapeuten, Logopäden, Erzieher und Krankenschwestern, die in den USA oder in Australien arbeiten möchten.

www.proaupair.de



ZU GEWINNEN

New York – I love you

Für alle New-York-Liebhaber verlosen wir dreimal die DVD „New York – I love you“. Klicken Sie bis zum 30.8.2013 unter www.thieme.de/ergopraxis > „Gewinnspiel“ auf das Stichwort „New York“. Viel Glück.





Nach der Schulzeit gibt es für Amali ein individuelles Förderprogramm mit verschiedenen Aufgaben und Spielen.

Logopädin gab mir zum Beispiel Tipps für Übungen: Bei einer Aufgabe legt man ein Cornflake auf die ausgestreckte Zunge und zählt im Kopf bis zehn, bevor man es kaut. So wird die Zunge aktiv trainiert. Bei allen Fachkräften konnte ich mir immer Ratschläge holen und meine Beobachtungen und Ideen einbringen. Diese offene Art der Therapeuten sagte mir sehr zu.

Mein Tagesablauf > Meine Arbeitszeit begann um sieben Uhr morgens. Ich bereitete das Frühstück für die Mädchen vor und half Amali beim Anziehen. Ich ermutigte sie, so viel wie möglich allein zu machen – auch wenn wir mehr Zeit benötigten.

Zum Beispiel wäre es schneller gegangen, ihr das Gesicht mit dem Waschlappen zu waschen. Stattdessen schaffte sie es, sich selbstständig das Gesicht zu waschen.

Abwechselnd mit den Eltern brachte ich die Mädchen um acht Uhr zur Schule. Ab neun Uhr stand mir die Zeit zur freien Verfügung. Dann ging ich in die Stadt, traf mich mit neuen Freunden, trieb Sport oder vertiefte mein Wissen zur Zerebralparese. Kurz vor drei Uhr begann der zweite Teil meiner Arbeit: Ich holte Kinara und Amali von der Schule ab und machte ihnen einen Snack. Währenddessen erzählten wir immer von den Erlebnissen des Vormittags. Anschließend erledigte Kinara ihre Hausaufgaben und Amali und ich nutzten die Zeit für entwicklungs-fördernde Spiele und Aktivitäten.

Die Eltern der Mädchen arbeiten als Professoren an der Columbia University. Meist kamen sie zwischen fünf und sechs Uhr abends nach Hause. Unter der Woche kochte ich das Abendessen. An manchen Tagen aßen wir als Familie zusammen, aber meistens kochte ich nur für die Mäd-

chen und mich. Um acht Uhr endete meine Arbeitszeit – dann ging Amali ins Bett.

Einmal pro Woche wusch ich die Kleidung der beiden. Für den Wohnungsputz war eine Haushaltshilfe zuständig.

Spiel oder Therapie? > Für mich war es eine Herausforderung, ein gutes Mittelmaß zwischen „nur“ Spielen und gezielter Förderung zu finden. Amali hatte oft keine Geduld, etwas zu trainieren, was andere Kinder schon längst konnten. Sie begriff allmählich, dass sie anders ist als andere, und dass Therapien zu ihrem Alltag gehören. Ich habe meine Angebote so in unsere Aktivitäten eingebaut, dass sie diese akzeptierte: Wir setzten eine Liste auf mit den Dingen, die wir erreichen wollten. Dazu gehörte zum Beispiel eine Schleife binden, was ihr aufgrund der mangelnden Fingerkoordination schwerfiel. Außerdem schrieben wir auf: Dehn- und Stretchübungen, auf einem Bein hüpfen, Schuhe anziehen, Hüpfball hüpfen und Fingertip. Das Schleifebinden haben wir an einem Kapuzenpulli von mir geübt, als Amali auf meinem Schoß zum Kuschneln saß.

Auch der Alltag kam nicht zu kurz: So haben Kinara und Amali zusammen Kürbisse ausgehöhlt, Kuchen gebacken oder fuhren draußen Tretroller oder gingen ins Museum. Alles in allem fanden wir einen Weg, um eine intensive Förderung mit Spiel und Spaß und dem Alltag eines kleinen Mädchens zu vereinbaren.

New York hat viel zu bieten > Ich erhielt ein Taschengeld von 250 Dollar pro Woche. Außerdem standen mir 14 Tage bezahlter Urlaub zu, wobei ich glücklicherweise mehr Urlaub erhielt. In dieser Zeit besuchte ich Boston, Washington D.C. und

Chicago. Mein ganz persönliches Highlight waren aber die riesigen Niagarafälle.

An den Wochenenden ging ich mit Freunden auf Entdeckungstour in die Stadt. Wir besichtigten all ihre Highlights wie die Freiheitsstatue oder das Empire State Building. Ich wohnte sehr zentral – direkt in Manhattan in einer Parallelstraße zum Broadway. Die Nähe zu allem und die Vielfalt von allem waren unglaublich. Im Sommer gibt es zum Beispiel die „free movies at the park“. Da werden abends Filme im Central Park oder am Hudson River gezeigt.

Die Reise zurück nach Deutschland fiel mir nicht leicht. Ich hatte mich in New York gut eingelebt und fühlte mich in meiner Gastfamilie wohl.

Ich habe viel gelernt, nicht nur über Zerebralparese und Behandlungsmethoden. Mein Auge wurde geschult für Unterschiede zwischen „normaler“ Entwicklung und einer Entwicklung mit Beeinträchtigung. Ich weiß nun besser, was es bedeutet, seinen Alltag mit Kindern zu organisieren, und welche Bedürfnisse Eltern haben. Und ich entwickelte mich persönlich weiter. Das anfangs fremde Land ist mir vertraut geworden – und ich habe viele neue Freunde gewonnen. Dieses Jahr, die Erlebnisse und Erfahrungen werde ich immer in meinem Herzen behalten. *Tabea Frasch*



Tabea Frasch, Diplom-Ergotherapeutin, arbeitete von Juli 2012 bis Juli 2013 als Ergotherapeutin in einer New Yorker Familie. Sie steht gern für Rückfragen zu ihren Erfahrungen zur Verfügung: tabea.frasch@gmx.de