

Zur Rolle des Sports in der Rehabilitation von Kindern und Jugendlichen mit einer Spinalesion

Peter Richarz – Nov. 2005

Sporttherapie – Bestandteil der Rehabilitation

In den unterschiedlichen stationären und ambulanten Rehabilitationseinrichtungen in Deutschland ist die Sporttherapie ein wichtiges Glied in der Kette aller Rehabilitationsmaßnahmen. Dabei hat sich die Bedeutung des Sports und der körperlichen Aktivität als therapeutisches und rehabilitatives Mittel deutlich erhöht (SCHÜLE/HUBER 2000). Bedingt durch einen mehrdimensionalen Ansatz kann der Sport sowohl funktionelle als auch psychosoziale und pädagogische Ziele verwirklichen.

Ein funktionelles Ziel – Fitness und Mobilität

„Fit im Rollstuhl“ bedeutet körperliche Fitness, ein optimal auf den Rollstuhlfahrer eingestellter Rollstuhl und die Synthese aus beidem: das Beherrschen des Rollstuhls. Körperliche Fitness ist ein sehr relativer Ausdruck für einen Status quo als Rollstuhlfahrer. Jedoch hat eine gute Fitness für den Rollstuhlfahrer immer eine größere Bedeutung. Unabhängigkeit und Selbstständigkeit

steigern sich, wenn man neudeutsch zu hören bekommt „Du bist aber in good shape!“ Innerhalb der verschiedenen Angebote des DRS in Kooperation mit dem ASbH werden Möglichkeiten geschaffen diese Ziele gemeinsam mit erfahrenen Rollstuhlfahrern und Übungsleitern zu erreichen.

Psychosoziales Ziel – Innere und äußere Mobilisierung

Rollstuhlsport hilft, neue Erfahrungen zu machen und unbekannte, verborgene Potentiale zu entdecken. Die Befriedigung persönlicher Bedürfnisse nach Erfolg und Anerkennung sowie das Gemeinschaftsleben bereichernde Aktivitäten stehen im Mittelpunkt der Angebote. Der Rollstuhlsport besteht aus einer Gemeinschaft von behinderten und nichtbehinderten Menschen, die eine neue gemeinsame Lebensqualität entwickeln. Gelingt der Zugang zum regelmäßigen, aktiven Sporttreiben im Verein, dann findet die einhergehende „innere seelische Mobilisierung“ (STROKENDL 2005) ihren Ausdruck in einer ungeahnten Verbesserung der in der Klinik erlernten körperlichen Funktionen und Alltagstätigkeiten. Wie alles Unbekannte bedarf es Mut und Risikobereitschaft, um die normale Unsicherheit oder gar Angst zu überwinden. Peer Counseling, die Orientierung an erfahrenen Rollstuhlfahrern ist in diesem Prozess eine unbedingte nicht weg zu denkende Größe.

Pädagogisches Ziel – Mehr als nur Sport!

Rollstuhlsport ist nicht nur ein Beitrag zur Kostendämpfung im Gesundheitswesen, für die Betroffenen bedeutet er neue Kraft, Lebensfreude, Aktivierung und permanente Herausforderung zur persönlichen Leistung – kurz (Wieder-)Erlangung und Erhaltung einer hohen Lebensqualität. Teilnehmen ist wichtiger als Siegen ist das Hauptmotto und für den Einsteiger soll Rollstuhlsport eine ansteckende Wirkung haben, um einen Weg zu mehr Selbstvertrauen und Eigenverantwortung zu finden.

Aktuelle Angebote – Mobilität Sport verbessern

In Deutschland gibt es derzeit rund 90 Gruppen und Vereine, in denen Rollstuhlsport für Kinder und Jugendliche angeboten wird. Der Fachbereich vom DRS bietet in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft Spina bifida und Hydrocephalus (ASbH) jährlich über acht Rollstuhl- und Mobilitätstrainingskurse an (siehe Jahresplan).