

PERSPEKTIV



INFO
-THERAPEUTISCHE –
BETREUUNG

GEORG SCHWAIGHOFER

0664 35 22 0 77

g.schwaighofer@live.com

Liebe Leserin, Lieber Leser!

Schön, dass Sie sich für eine Flugintervention im therapeutischen Rahmen interessieren.

Tandemflüge von *Perspektiv* verstehen sich als Erweiterung zum Therapieprogramm. Mit Unterstützung der (therapeutischen) Betreuung wird die Fähigkeit, fliegen zu können, zielorientiert auf die Besonderheit des Passagiers abgestimmt und diese bearbeitet.

Dieses Informationsblatt informiert Sie über das Team, die Flugintervention, die Zielgruppe & die Bedeutung eines Tandemflug in der Therapie.

Team Perspektiv

Das Team Perspektiv

ist von der jeweiligen Zivilluftfahrtbehörde des Ausbildungslandes lizenziert sowie durch flugspezifische Ausbildungen flugberechtigt und qualifiziert. Teampiloten haben Flug- und Berufserfahrung mit körperlich beeinträchtigten Personen, sie sind oder waren beruflich im Bereich der Sozialen Arbeit tätig und widmen dem Paragleiten einen beachtlichen Teil ihres Lebens.

Tandempilot, Fluglehrer, Flugsicherheitstrainer, angehender Gestalttherapeut, Sozialpädagoge, Schulpädagoge, Jugendbetreuer, Lebensmitteltechniker, erfahren im Bereich der sozialen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Personen mit körperlichen Einschränkungen.

Das Angebot

von Tandemflügen mit dem Paragleiter, mit abgestimmter Vor- & Nachbereitung, soll das Therapieprogramm erweitern. Dabei bieten die sozialen und flugspezifischen Fähigkeiten des Teams, kombiniert mit den therapeutischen „Know-How“ der Betreuung, spannende Möglichkeiten in der Therapie (siehe **Ablauf einer Flugintervention**).

Der Effekt auf die psychische Befindlichkeit bei 12 bis 18-jährigen wird derzeit in Zusammenarbeit mit der Universität Innsbruck empirisch untersucht.

Die Zielgruppe

der Passagier*innen besteht aus Kindern und Jugendlichen, die sich in schwierigen Lebensumständen befinden, Personen mit Entwicklungsstörungen oder psychischen Erkrankungen wie Burn-out, Depressionen, Angstzuständen, Zwängen oder Suchterkrankungen.

Die Flugintervention

besteht aus Vorbereitung – Flug – Nachbereitung. Zentrales Merkmal der sind die Verarbeitungen der Flugerlebnisse - prozessorientiert. Die Anzahl der Treffen ergeben sich in der Zusammenarbeit von Pilot, Passagier und dessen (therapeutischer) Betreuung, bzw. dessen Erziehungsberechtigten. In Zusammenarbeit von Passagier, Betreuung und Pilot, werden die Besonderheit des Passagiers, dessen Flugtauglichkeit und die therapeutische Vorgehensweise gemeinsam erarbeitet.

Das Studienprojekt betreffend

Der Effekt auf die psychische Befindlichkeit bei 12 bis 18-jährigen wird ab Jänner 2022 empirisch untersucht. Die freiwillige Teilnahme an einer Masterarbeit, die am Institut für Sportwissenschaft betreut wird, ist bereits möglich. Wir weisen darauf hin, dass die Datenerhebung & -auswertung am Institut für Sportwissenschaft betreut werden und das Projekt vom Unternehmen *Perspektiv* durchgeführt wird, Teilnehmer sind daher für die Dauer der Tandemflüge versichert.

Infos zur Studie im Infoblatt - [TEILNAHMEINFOS MA-STUDIE](#) -

Ablauf einer Flugintervention

In der ersten Vorbereitung treffen sich Pilot, Passagier und Fluggerät. Dabei werden dem Abheben, dem Flug und der Landung eine angemessene Bedeutung zugeschrieben und so der Passagier mitsamt seiner Besonderheit an das Fliegen herangeführt.

Der Start, der Flug und die Landung schaffen Situationen, die ein Bearbeiten der Besonderheit ermöglichen – prozessorientiert, mit Hilfen aus der Vorbereitung. Die darauffolgende Nachbereitung stellt einen selbstbestimmten Umgang mit dem Erlebten bereit.

Vorbereitung

Aus der Sicht der Piloten bieten sich Themen wie Vertrauen, Angst, Selbstwahrnehmung und Perspektivenwechsel an, um in den Phasen der Flugintervention bearbeitet zu werden. Dabei sollen die Besonderheiten des Passagiers in Intensität und Ausmaß, die Flugtauglichkeit nicht beeinträchtigen (siehe Teilnahmekriterien). Beispielsweise werden drei Vorbereitungstermine vereinbart. Nach den formellen Abläufen können Pilot, Betreuung und Passagier beispielsweise an dessen Selbstwahrnehmung arbeiten.

Mögliche Aktionen zur Vorbereitung (Tag-e vor dem Flug):

- Pilot, Passagier, Betreuung benennen Ziele (Erwartungen) der Flugintervention
- Meditative Übungen zur Achtsamkeit, Wahrnehmung oder Intuition, Atemübungen, Autogenes Training, Progressive Muskelrelaxation, Visualisierung von Abläufen.
- Ritualisierung und Festigung einer Übung.
- Passagier lernt Fluggerät kennen (Probesitzen, Probe-Startablauf am Übungshang, Video von Start und Landung).
- Ground Handling (Start-Übungen am Boden) vermitteln einen konstanten, spürbaren Zug des Fluggeräts beim Startvorgang. Variationen: Passagier gibt Startkommando, Startvorgang mit geschlossenen Augen.
- Rituale und Übungen mit passenden Bewegungsabläufen verknüpfen. Bspw. Achtsame Wahrnehmung beim Abheben.

Mögliche Aktionen zur Vorbereitung (unmittelbar vor dem Flug):

- Wanderung zum Startplatz (Hike & Fly)
- ritualisierte Übung anwenden, angeleitet oder eigenständig
- Gegenstand aus der Natur als Erinnerung flugsicher verstauen.
- Flugaufzeichnung mittels 3D-Track oder Fly-By-Cam
- im hier und jetzt sein

Start

- Fokus auf das eigene Körpergefühl bei einem konstanten, spürbaren Zug des Fluggeräts beim Startvorgang und Abhebens.

Flug (Flugzeit: 10 - 80 Minuten)

- Es ist uns ein Anliegen, den Flug wirken zu lassen und nur so viele Eingriffe durch den Piloten wie nötig zu unternehmen.
- ritualisiertes Übung anwenden
- Prozessorientierte Gesprächsführung (siehe Pilotenleitfaden), bezogen auf das Lebensthema (Loslassen, Perspektive, Orientierung, Vertrauen, Angst, Selbstwahrnehmung)
- Individuelle Aufgaben für Passagier*in: Orientierung im Raum, Augen schließen, schreien, Steuerleinen übernehmen, Sinneswahrnehmungen abfragen: riechen, sehen hören, fühlen.
- Gansjährlich mögliche Flüge: geländennahe, Thermikflug, Flug durch aufsteigenden Nebel, Akrobatikflug, zwischen Sonnenaufgang und Sonnenuntergang.

Landung

- Nachwirken zu-lassen
- Blick auf den Startplatz
- Dem „wieder Ankommen“, „neuen Boden“ kann Bedeutung gegeben werden

Nachbereitung (unmittelbar nach der Landung oder in den folgenden Tagen)

- Nachwirken zu-lassen
- Analyse des Flugerlebnisses im prozessorientierten Gespräch, Video, Aufzeichnung der 3D-Track.
- Pilotengespräch mit Erziehungsberechtigten, Betreuer, behandelnden Therapeuten über weitem Einsatz von Tandemflügen im Therapieverlauf.
- Flugerlebnis in Alltag aufnehmen: Textverarbeitung, Traum-Tagebuch, Meditation, Entspannungsübung, Fluggegenstand zu Hause platzieren.
- Solo-Flug am Übungshang

Teilnahmekriterien, Flugtauglichkeit

Flüge sind fordernd für Passagier und Pilot. Ob die flugtaugliche Verfassung des Passagiers gewährleistet werden kann, entschieden Pilot, Passagier und dessen (therapeutische) Betreuung, bzw. gesetzlicher Vertreter (Erziehungsberechtigter) in gemeinsamer Absprache. Die Tagesverfassung, Stärken und Besonderheiten des Passagiers werden dabei berücksichtigt.

Personen mit diagnostizierter Psychose, dissoziativem Verhalten, suizidalen Gedanken, akuter Verletzung eines Körperteils, Erkältungs- oder andere Krankheitssymptomen, chronischer Erkrankung, Nervenerkrankung, Gleichgewichtsstörung, Herz-

Kreislauf-Erkrankung, unter Einfluss von Drogen/Suchtmittel, mit einem Körpergewicht über 120 kg oder unter 30 kg, sowie schwangere oder stillende Personen erhöhen das Unfallrisiko und werden nicht geflogen.

Für die Teilnahme zur Studie gelten andere Kriterien.

Bedeutung eines Tandemflug in der Therapie

Den Boden verlassen, sich im dreidimensionalen Raum frei und selbstbestimmt bewegen - einzigartig unter Therapieformen. Soziale und flugspezifische Fähigkeiten des Piloten, kombiniert mit therapeutischer Expertise, schaffen Rahmenbedingungen für prozessorientierte Interventionen.

Bei Tandemflügen von *Perspektiv* liegt der Fokus auf ein Erleben der differenzierten Selbsterfahrung. In den Phasen einer Flugintervention kann der Passagier in Kontakt mit seiner Existenz kommen. Der Pilot führt das Erleben des Passagiers, an dessen Besonderheit angepasst. Die inneren Vorgänge bekommen Aufmerksamkeit – prozessorientiert. Auf diese Art und Weise bietet das Fliegen einen außerordentlichen Perspektivenwechsel an, der als eine Anregung für die sonstige Lebensplanung wahrgenommen werden kann.

Teampiloten erhalten einen Orientierungsleitfaden zur Gesprächsführung bei Fluginterventionen.

Der Start, der Flug und die Landung schaffen Situationen, die ein bearbeiten der Besonderheit, mit Hilfen aus der Vorbereitung, ermöglichen. Die Vor- & Nachbereitungen planen (therapeutische) Betreuung und Pilot. Ausmaß und die Intensität der Fluginterventionen werden stets mit dem Passagier und dessen (therapeutischer) Betreuung, bzw. Erziehungsberechtigten abgestimmt. Es geht um die ganze Persönlichkeit und ihre Entwicklung, um Sicherheit und persönliche Grenzen, Achtsamkeit, Ruhe, Perspektivenwechsel, Ritualisierung entsprechender Übungen.

Darüber hinaus bedient das Gleitschirmfliegen die modernen Bedürfnisse unserer Gesellschaft nach Abenteuer, Freiheit, Unabhängigkeit, kalkulierbarem Risiko und individueller Grenzerfahrung. Je nach individueller Wahrnehmung, kommt es beim Fliegen zu unterschiedlichen Situationsinterpretationen. Beispielpaare hierfür sind: Sicherheit – Unsicherheit, Freude – Angst, Spannung – Langweile, Misstrauen – Vertrauen. Im Therapieverlauf werden diese unterschiedlichen Interpretationen bewusst eingesetzt und gemeinsam reflektiert.

Grüße,
Perspektiv