



Mit Ausdauer und Demut den Quereinstieg geschafft

Im [Hotel EDEN](#) im Park in Rheinfelden sorgen sanfte Klänge und Schwingungen für Ruhe und Ausgeglichenheit. Die ehemalige Qualitätsmanagerin Andrea Pacovsky hat die beruhigende Wirkung von Klangschalen entdeckt und arbeitet heute als Klangschalen-Praktikerin bei der Schützen Rheinfelden AG.

Unfälle mit massiven Folgen

Als Andrea Pacovsky auf einer steilen Strasse einer anderen Person helfen wollte, rutschte sie auf einer Eisscholle aus. Sie stürzte dabei so heftig, dass eine Hirnverletzung die Folge war. Zudem erlitt sie später bei einem unverschuldeten Verkehrsunfall ein weiteres Mal ein Schädel-Hirn-Trauma. Diese Hirnverletzungen veränderten ihr Leben: Dinge, die vorher einfach, mühelos und unproblematisch waren, sind auf einmal mühsam, anstrengend und ablenkend. Geräusche bringen ihre Konzentration durcheinander, Memory-Spielen ist sehr schwierig und selbst ein kariertes Hemd macht schwindelig.

Die Hirnverletzung machte ihre Arbeit als Qualitätsmanagerin und Dozentin zunehmend schwieriger. Das Erstellen von Statistiken oder das Bedienen von Taschenrechnern waren kaum mehr möglich. Beim Schreiben; Wenn das Subjekt nicht ins Objekt und schon gar nicht ins "Prädikat" passt. Bis heute kommt hinzu, dass ihre Hirnverletzung für andere unsichtbar ist. Nicht alle Personen in ihrem Umfeld konnten (und können) verstehen, mit welchen Schwierigkeiten sie täglich kämpfen musste und immer noch muss. Es brauchte einen Wandel. Aber wohin sollte der Weg gehen?



Bild mit Symbolcharakter: Welche Richtung? Gut getragen von der Brücke Impulse!

Mit dem Alpenprotokoll von Impulse zu neuem Glück

Dann lernte Andrea Pacovsky Impulse kennen. Sie nahm am Mentoring für Menschen mit Behinderung teil und später am Alpenprotokoll. In der Woche auf der Alp eröffneten sich ihr neue Perspektiven für die beruflichen Herausforderungen sowie der eigenen Ziele und Wünsche. Als sie in den Bergen den Mit-Teilnehmenden Qi Gong Übungen zeigte, wurde sie vom Coach ermutigt, querzudenken: Warum nicht eine Therapie mit sanften Bewegungen anbieten?



Andrea Pacovsky in roter Hose macht Qi Gong Übungen

«Dann habe ich bei Impulse angefragt, ob ich als Hilfscoach für das Alpenprotokoll mitarbeiten kann. [...] Am Morgen gab ich Qi Gong, in den Pausen Klangmassagen und abends leitete ich die Gruppen-Meditationen. Die Teilnehmenden fanden das wertvoll, sie konnten besser schlafen und entspannen. Das war für mich wie eine Offenbarung, vielleicht wag ich`s damit!» - Andrea Pacovsky

Kurz darauf kaufte sich Andrea Pacovsky eine Klangschale und entdeckte die Faszination der wohltuenden Klänge! Bald danach machte sie eine Ausbildung zur Klangschalenthérapeutin und bot die Klangschalen-Anwendungen beim nächsten Alpen-Protokoll-Workshop den Teilnehmenden an – mit Erfolg.

Sie verfeinerte ihr Angebot und entwarf das *Klangbad* im doppelten Sinne des Wortes, Baden in Klängen und dies im Wasser. Sie testete ihr Klangbadkonzept mit Freunden sowie in der Familie in einem heimischen Pool. Mit dieser einzigartigen Idee fasste sie in der Arbeitswelt wieder Fuss. Heute bietet Andrea im Hotel EDEN in Rheinfelden regelmässig verschiedene Klangschalenbehandlungen an: Klangmassagen, Klangmeditationen, Klangreisen und eben die besagten Klangbäder im hoteleigenen Solebad.



Die Schützen Rheinfelden AG, zu der das Hotel EDEN gehört, wird seit 2015 von Impulse mit dem iPunkt-Label ausgezeichnet. Das Unternehmen setzt sich aktiv für ein inklusives Arbeitsumfeld und für die Förderung von Chancengleichheit ein. So kann Andrea Pacovsky entsprechend der Belastbarkeitskapazität in einem niederschweligen Pensum mit Sonderpausenvereinbarung arbeiten.

Die Feedbacks der zufriedenen Gäste bestärken beide Seiten immer wieder in der Zusammenarbeit und die Angebote werden kontinuierlich erweitert.

Andrea Pacovsky bedeutet diese Stelle im ersten Arbeitsmarkt emotional und persönlich sehr viel. Grosse Dankbarkeit spürt sie vor allem an der Tatsache, wieder im normalen Arbeitsleben teilhaben zu können.

Jetzt selber als ehrenamtliche Mentorin bei Impulse aktiv

Andrea Pacovsky hat selbst die schwierige Situation durchlebt, unter Druck und unter ständigem Vorhalten der unfallbedingten Defizite, eine Stelle zu finden. Jetzt hilft sie als Mentorin bei Impulse anderen Stellensuchenden aus dieser Situation herauszukommen. So wie Impulse ihr einst geholfen hat. Es ist wichtig, aus dem Gefühl der Opferhaltung raus zu kommen, mit der alten Situation abzuschliessen und Neues im Leben zu wagen.



***Hier im Bild zusammen mit Nicole Bertherin der Programmleiterin und Coach
Alpenprotokoll***

«Der allgemeine Reintegrationsprozess fokussiert viel zu sehr auf Defizite. Es wird permanent gemessen, was man nicht mehr kann. Da muss man sehr stark sein, um nicht seinen Selbstwert zu verlieren. [...] Seelenpflege, vorhandene Ressourcen aufspüren, Ausdauer und intrinsische Motivation sind wichtige Zutaten für einen erfolgreichen Wiedereinstieg.» - Andrea Pacovsky