

Umgang mit dem Unsichtbaren! Herausforderungen durch nicht sichtbare Behinderungen.

CAROLIN SEIFERT

PÄDAGOGIN M.A.

MULTIPLIKATORIN FÜR DEN UNAUFGEREGTEN UMGANG MIT
HERAUSFORDERNDEN VERHALTEN (UK COUCH)



In dieser Kurzschulung werden in gut zwei Stunden Laufzeit die Grundlagen zu herausforderndem Verhalten vermittelt. Video und Fortbildungsunterlagen dürfen ausschließlich von ausgebildeten Multiplikatoren unserer Fortbildungsreihe „Umgang mit herausforderndem Verhalten“ verwendet werden, um die Mitarbeiter in ihrer und/oder externer Einrichtungen zu informieren.

Bitte beachten Sie das Urheberrecht:

Die Kursunterlagen (Handouts) dürfen nur den jeweiligen Kursteilnehmern einer Kurzschulung ausgehändigt werden. Die Weitergabe von Video und Präsentation ist verboten.

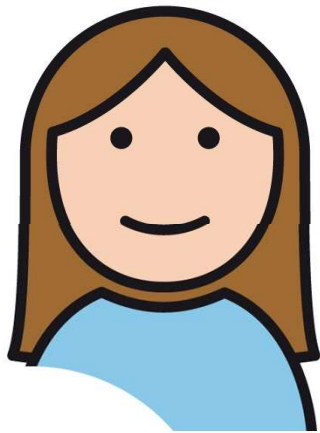
Personen, die an unserer Multiplikatoren-Fortbildung nicht teilgenommen haben, ist die Durchführung der Kurzfortbildung, Verwendung des Videos und/oder der Kursunterlagen strengstens untersagt.

Rechtliche Schritte behalten wir uns vor.

©UK-Couch/Monika Waigand, Nina Fröhlich, Claudio Castañeda



Wer bin ich ...



Chemnitz
Kulturhauptstadt
Europas



- Pädagogin aus Chemnitz
- Bachelor in Pädagogischer Psychologie (Uni Erfurt) und Master in Pädagogik mit Schwerpunkt Lernkulturen (TU Chemnitz)
- Arbeite derzeit in der Frühförderung der IFF Chemnitz
- 10 Jahre bei Bremen gewohnt und dort in den Autismus-Therapie-Zentren von Oldenburg und Bremen als therapeutische Fachkraft gearbeitet
- Fortbildungen zum Thema Autismusspektrum und Umgang mit Herausfordernden Verhaltensweisen

Was machen wir heute von 16:00 – 18:00?

- Was ist herausforderndes Verhalten
- Die Begegnung mit dem Unsichtbaren - Ursachen für HV
- Funktionen
- Stress und Krisen
- Lösungsideen und Fallbesprechungen

Was ist für euch
herausforderndes Verhalten?

Welches herausfordernde
Verhalten begegnet euch im
Alltag?

Stereotypes Verhalten

Selbstverletzendes
Verhalten

Verweigerung

Einnässen / Einkoten ...

Schreien / Weinen

Hyperaktivität

Fremdverletzendes
Verhalten

Lautieren / Summen

Zerstörung /
Vandalismus

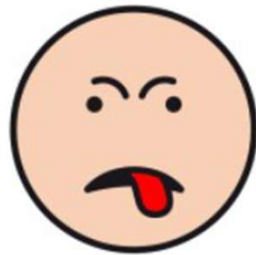
Verstecken

Und noch vieles mehr....

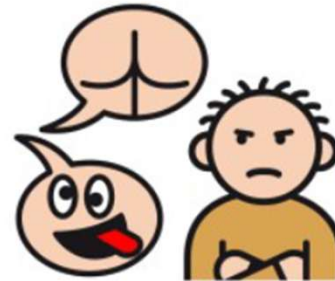
Was macht herausforderndes Verhalten?



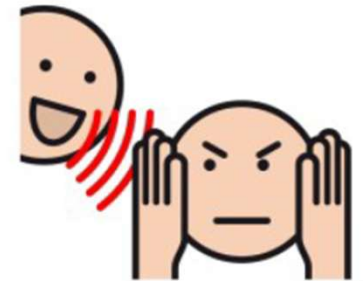
Es macht uns Angst.



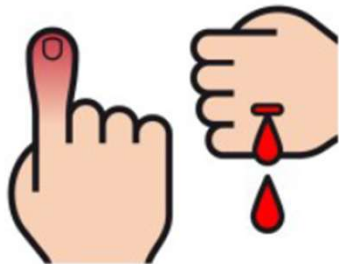
Es ekelt uns.



Es provoziert uns.



Es nervt uns.



Es verletzt uns.



Es ist uns peinlich.

Woher kommt der Ansatz?

*„Herausforderndes Verhalten ist ein Verhalten, das den Menschen um die betreffende Person Probleme bereitet.“
(Elvén 2015, Seite 17)*



Bei dem Konzept geht es weniger um den Umgang mit herausfordernden Verhalten ...

...sondern darum,

es von vornherein zu vermeiden.

Das Konzept beschreibt, wie wir unseren Schüler*innen/ Klient*innen helfen können, sich positiv zu verhalten.

Was macht herausforderndes Verhalten mit uns?

... wütend
... überfordert
... ohnmächtig ...



... denn wir
haben ja schon
alles probiert!

Was ist herausforderndes Verhalten?

Stellt euch vor:

- für uns sind Verhaltensweisen verschieden herausfordernd
- u.a. abhängig von unserer Verfassung, aber auch von unseren Erfahrungen, persönlichen Einschätzung...



Was wir brauchen - ist ein Austausch über die verschiedenen Wahrnehmungen dieser Verhaltensweisen -Teamarbeit!

Und was nun?



Damit wir etwas Neues
ausprobieren können ...

... brauchen wir eine
neue Perspektive!



Verhalten umdeuten

Kinder machen es so gut, wie sie können

~Ross Green

Will nicht



kann nicht noch



- Frustration
- Schuld- und Schamgefühle



Wenn man ein Kind anders sieht, dann sieht man ein anderes Kind: ~Dr. Stuart Shanker

Wenn Kinder herausfordernde Verhaltensweisen zeigen, dann können wir zu "Stressdetektiven" werden ... die Hindernisse finden und beseitigen

- Stressfaktoren finden → und reduzieren
- unbefriedigte Bedürfnisse finden → und sie befriedigen
- fehlende Fähigkeiten finden → und sie vermitteln @kwien562

Übersetzt von Sibylle Janert



Original Titel:
„The Explosive Child – A new approach for understanding and parenting easily frustrated and chronically inflexible child“

Quelle: janert.info/ verhalten umdeuten – letzter Zugriff 09.10.2024

Verhalten verstehen

Die Menschen, mit denen wir arbeiten, haben oft eine Menge Probleme.

Viele dieser Probleme können Ursachen dafür sein, dass die Person sich herausfordernd verhält.

Was können also unsichtbare
Behinderungen sein?

Ursachen für herausforderndes Verhalten

Einschränkungen in der Kommunikation



Verzögerte emotionale Entwicklung



Umgang mit Wahrnehmungsbesonderheiten



Körperliche Beschwerden



Bindungsprobleme



Traumatische Erfahrungen



Psychische Erkrankungen

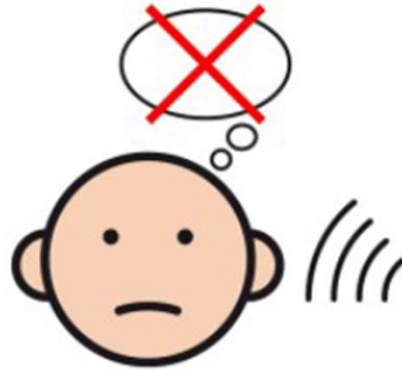


Besonderheiten der kognitiven Fähigkeiten

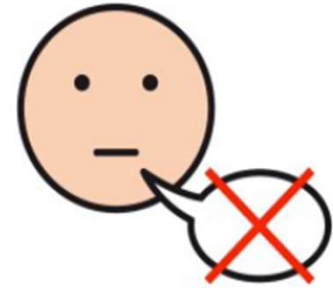


Einschränkungen in der Kommunikation

Kommunikation hat zwei Dimensionen

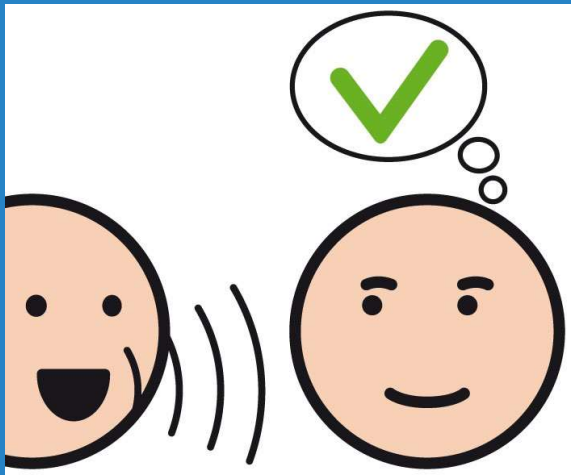


nicht verstehen



nicht verstanden
werden

Beide können beeinträchtigt sein.



Wer nicht verständlich kommunizieren kann, der wird mit Verhalten zeigen...

- ...was er braucht
- ...das er orientierungslos ist oder Angst hat
- ...das Angebote nicht passend sind
- ...dass er mitmachen möchte

Verhalten wird zur (einzig möglichen) Kommunikationsform. Verhalten hat daher oft eine kommunikative Funktion.

emotionale Entwicklung



...hat verschiedene Phasen

- (1) **Adaption**: 1.-6. Lebensmonat
- (2) **Sozialisation**: 7.- 18.
Lebensmonat
- (3) **Erste Individuation**: 19.-36.
Lebensmonat
- (4) **Identifikation**: 4. – 7.
Lebensjahr
- (5) **Realitätsbewusstsein**: 8.-12.
Lebensjahr
- (6) **Zweite Individuation**: 13. – 18.
Lebensjahr

emotionale Entwicklung

...hat verschiedene Dimensionen

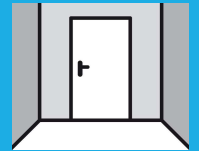
Umgang mit dem
eigenen Körper



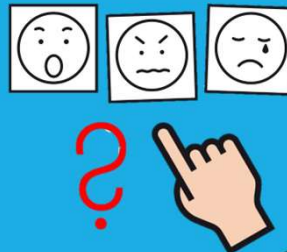
Umgang mit
Bezugspersonen



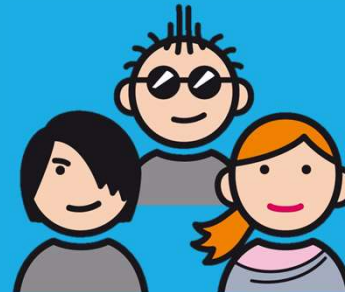
Umgang mit
Umgebungs-
veränderungen



Emotions-
differenzierung



Umgang mit Peers



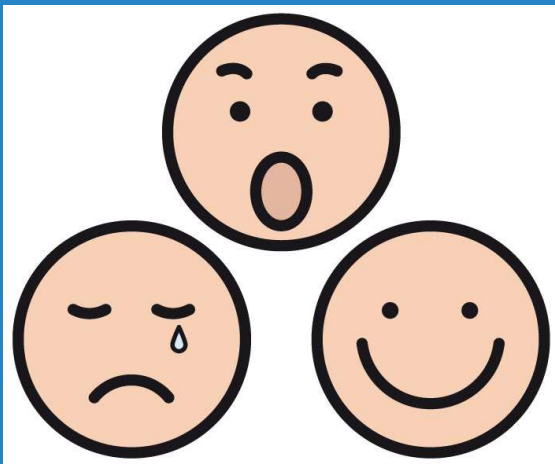
Umgang mit der
materiellen Welt

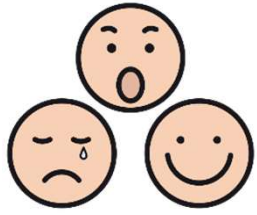


Kommunikation



Affektregulation



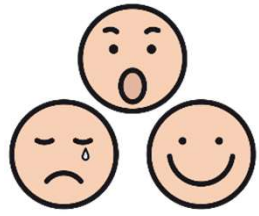


Veränderte Entwicklung – Emotionen

- häufig gibt es eine Diskrepanz zwischen emotionalem und kognitiven Alter → dabei steigt die Wahrscheinlichkeit für das auftreten von Problemverhalten (Untersuchung von Böhm, Dziobek, Sappok (2018))

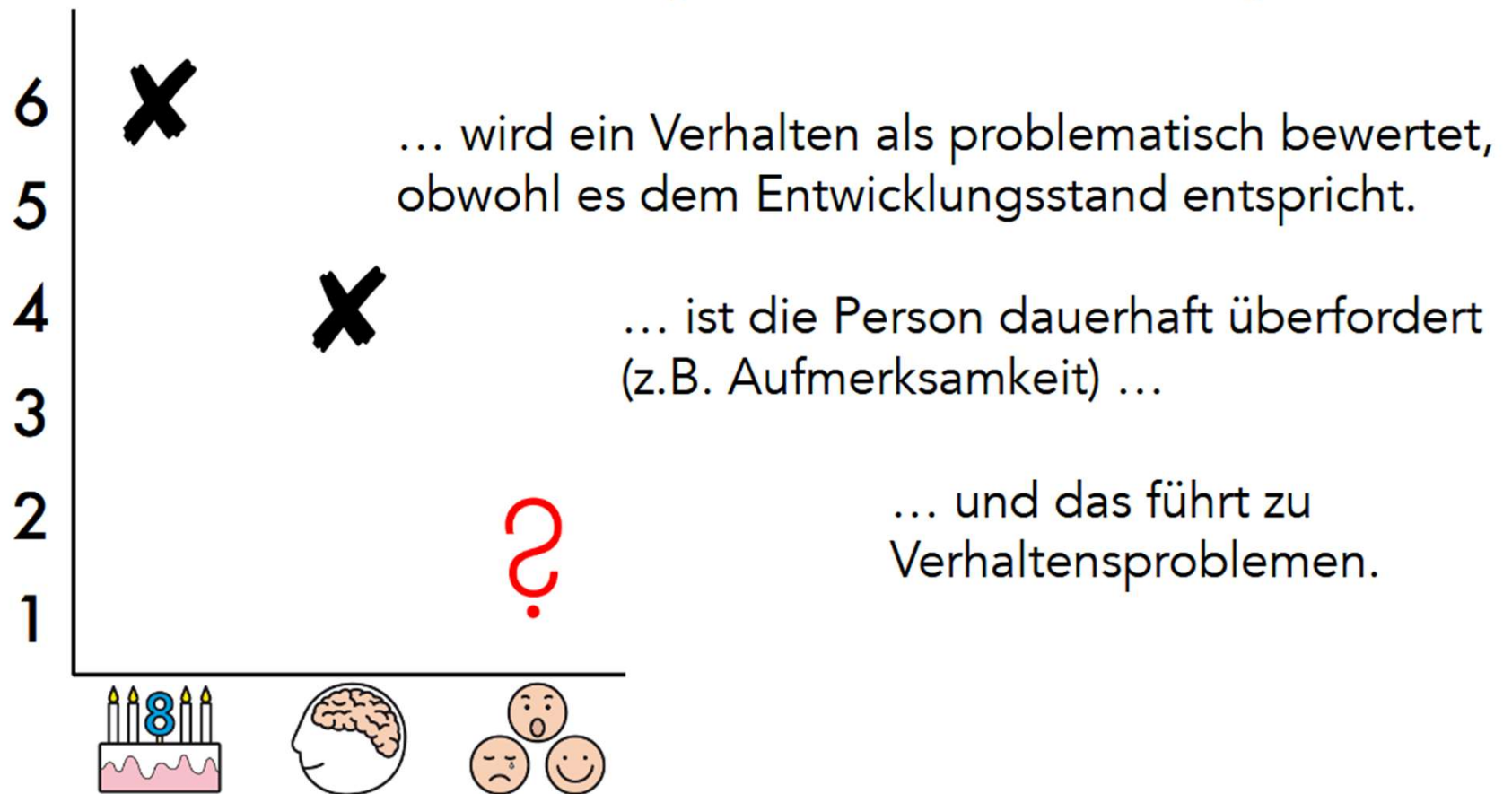


Es gibt einen engen Zusammenhang zwischen Entwicklungsstand und herausforderndem Verhalten – deshalb sollte dieser bekannt sein und berücksichtigt werden.

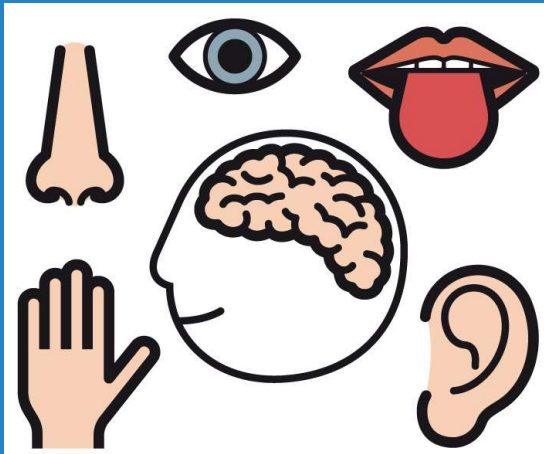


Veränderte Entwicklung – Emotionen

Wenn der emotionale Entwicklungsstand nicht berücksichtigt wird...



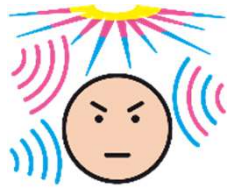
Besonderheiten der Wahrnehmung



- Extreme **Überempfindlichkeit** oder ausgeprägte **Unterempfindlichkeit** gegenüber bestimmten Reizen aus der Umwelt oder dem eigenen Körper.
- Es entsteht die **Schwierigkeit**, die sensorischen **Informationen zu erfassen und zu verarbeiten**.
- Die Reizmenge kann schlechter kontrolliert und auf ein erträgliches Maß begrenzt werden.
- Übermäßige Stimulation kann das Nervensystem überlasten und die Wahrnehmung bricht zusammen.(Melt-Down)

→ *Wahrnehmung ist immer individuell*

→ *Schwierigkeiten bei der sensorischen Integration führen zu vielen Schwierigkeiten im Alltag*



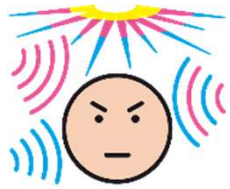
Wahrnehmung

Hypersensibilität

- Reize werden sehr stark wahrgenommen
- intensive Reize sind unangenehm
- starke Reize werden vermieden (schaukeln / unebene Böden werden vermieden, da sehr unangenehm)

Hyposensibilität

- wenig intensive Reize werden kaum wahrgenommen
- intensive Reize sind angenehm
- starke Reize werden gesucht („stereotypes“ Schaukeln/ Wippen, um Informationen zu bekommen)



Bsp. bei Kinder mit ASS - Reizverarbeitung

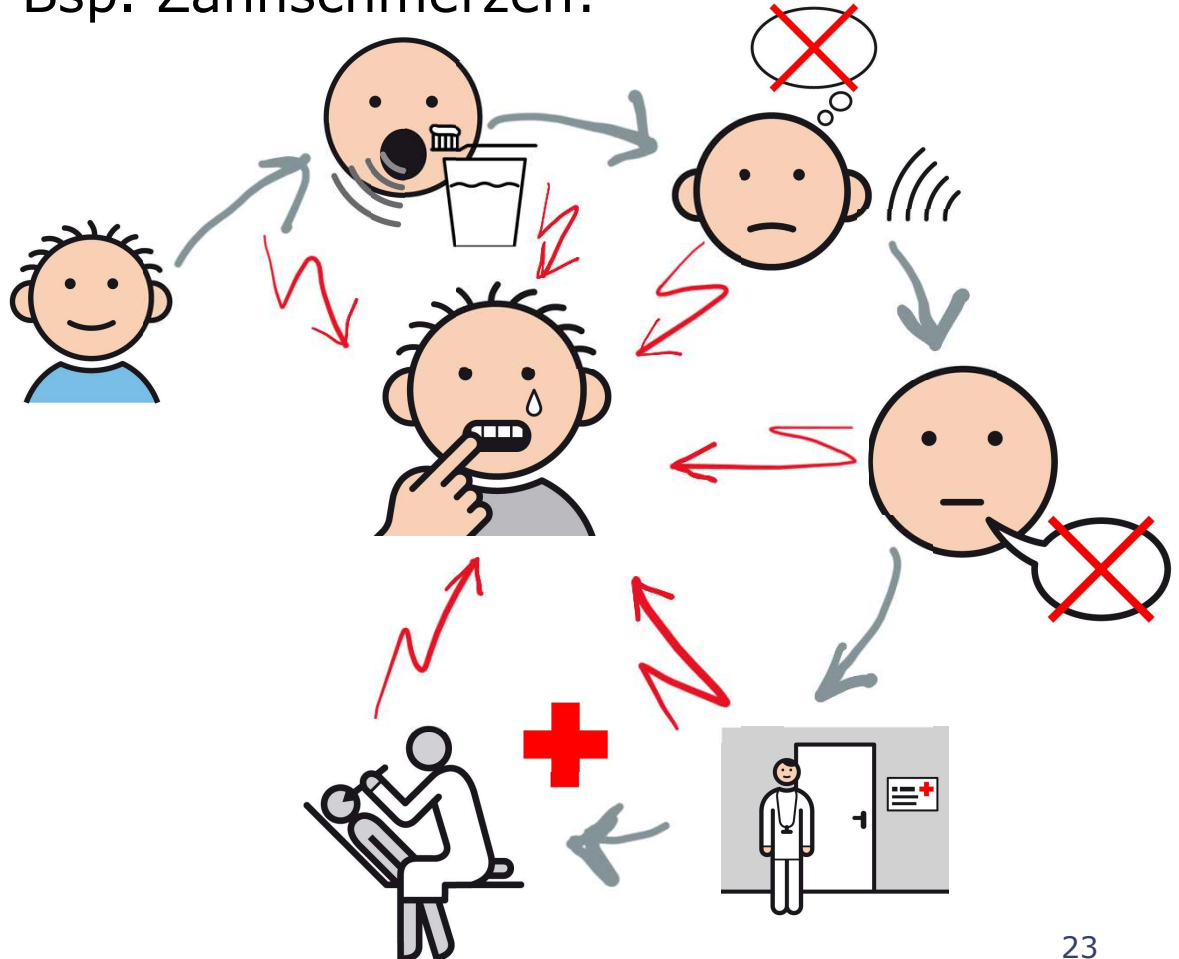
- Neue Erfahrungen können nur schwer mit bekannten in Verbindung gebracht werden
- Fähigkeit, einzelne Wahrnehmungselemente in einen Gesamtkontext zu bringen ist erschwert (Zentrale Kohärenz)
- Informationen aus verschiedenen Sinnesbereichen werden nicht in Beziehung zueinander gesetzt
- Schwierigkeiten über Gesehenes oder Gehörtes zu berichten oder dies nachzuahmen
- Räumlich-visuelle Informationen werden besser verarbeitet

Körperliche Beschwerden



- Vielfältige körperliche Beschwerden möglich (Schmerzen, Schlafstörungen, Verdauungsprobleme)
- Bestehen oft mit komplexen Zusammenhängen

Bsp. Zahnschmerzen:



Bindungs- probleme



- Bindungsverhalten von Kindern dient die Nähe zu einer Bindungsfigur herzustellen und aufrecht zu erhalten (Bowlby 1969)
- Gleichzeitig wollen Kinder ihre Umwelt erkunden
 - Bei sicherer Bindung, wird es sich erkundend von der Bindungsfigur wegbewegen
 - Bei Unsicherheit oder Angst sucht es dann wieder die Nähe
- Bindungserfahrungen bilden sich zu Arbeitsmodellen aus - je nach Qualität können sich unterschiedliche Arbeitsmodelle ausbilden
- Eine nicht sichere Bindung wird immer wieder als mögliche Ursache gesehen
- Bindung ist bedeutsam für die Regulierung von Unsicherheit und negativen Gefühlen



Bindungstypen

1. Sichere Bindung
2. Unsicher-vermeidende Bindung
3. Unsicher-ambivalent Bindung
4. Desorganisierte Bindung



Bindung

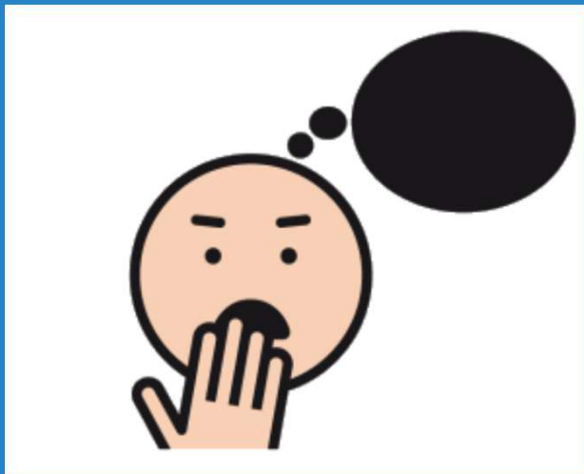
Bindung ist kein unbewegliches Schemata.

Es kann durch die Erfahrung sicherer Bindung verändert werden.

Unsicher gebundene Kinder brauchen daher

- feinfühlig
- verlässlich
- verfügbar
- und unterstützende Bezugspersonen

Traumatische Erfahrungen



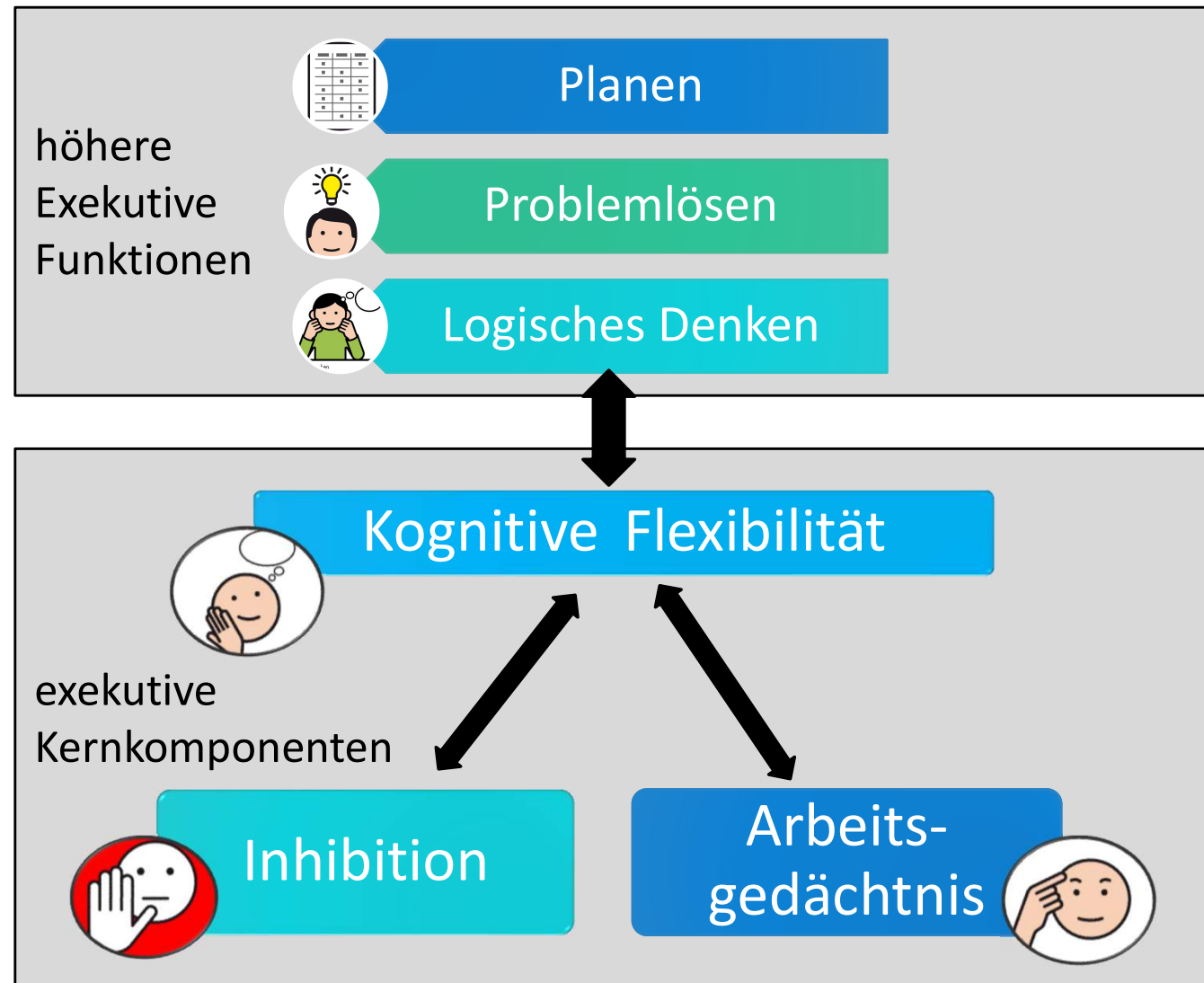
Auswirkungen von Traumata:

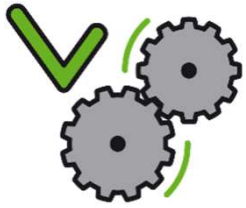
- Künftige neurologische Funktionen und Reaktionen werden davon geprägt
- Alarmreaktionen können durch Trigger (Bilder, Geräusche, Gedanken) ausgelöst werden
- Ausschüttung von Stresshormonen

Traumata bei Kindern und Jugendlichen:

- Je jünger, desto schwerwiegender sind die Folgen
- haben noch keine Kompetenzen oder Erfahrungen für die Bewältigung bedrohlicher Situationen
- Entwicklungsbereiche, die gerade Aufbau sind, sind betroffen
- Kräfte die eigentlich für die Entwicklung genutzt würden, werden von dem Trauma verbraucht

kognitive Besonderheiten





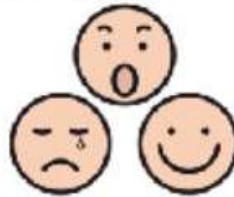
Exekutive Funktionen

- ermöglichen Planen, Problemlösen und logisches Denken; Arbeitsgedächtnis & Inhibition (Impulssteuerung – Handlungen vermeiden, unterdrücken oder abbrechen)

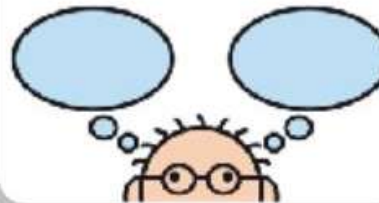
... Impulskontrolle



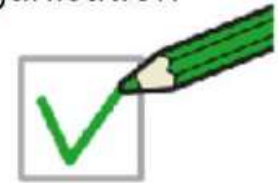
... emotionaler Steuerung



... geistiger Flexibilität



... Selbstorganisation



... Arbeitsgedächtnis



... Selbstüberwachung

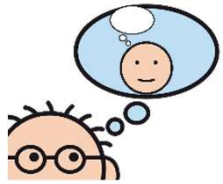


... Handlungsplanung



... Eigeninitiative





Theory of Mind

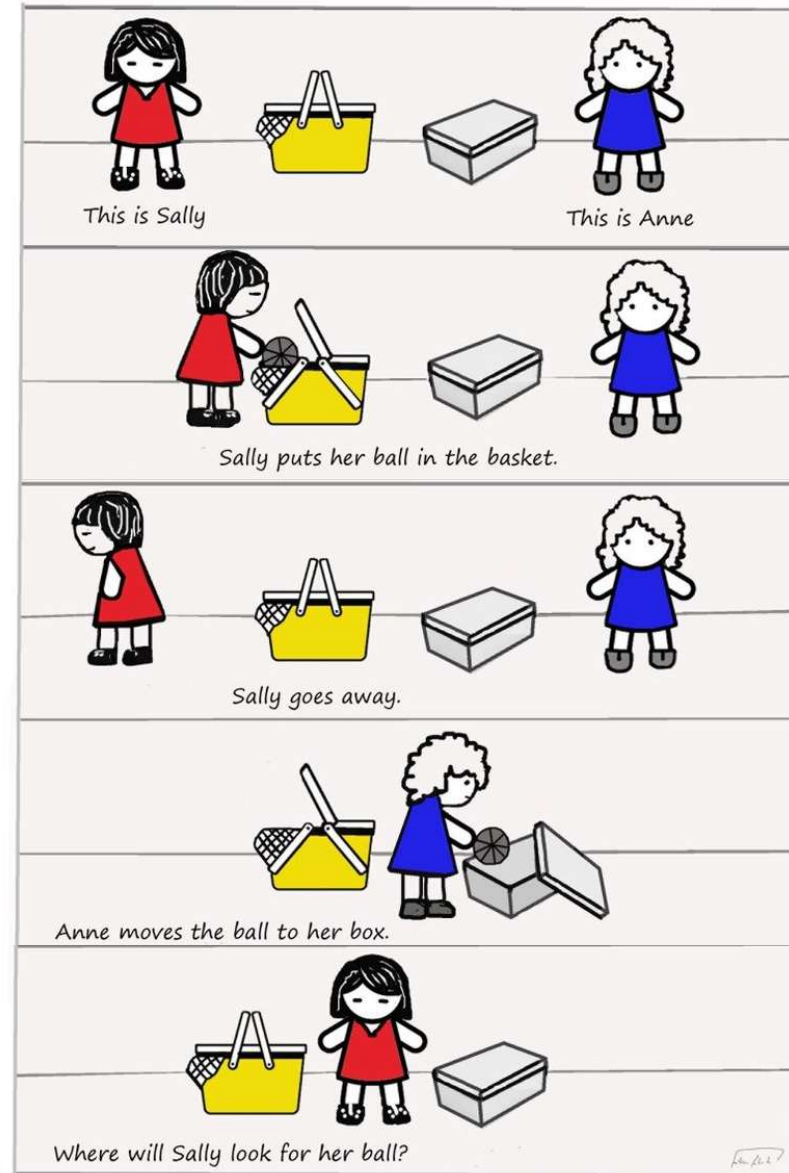
Sally and Ann

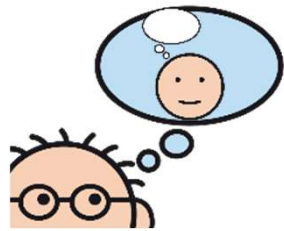
Annahmen über die
Perspektiven anderer
(Entwicklung um das 4. Lj)

Fähigkeiten:

- Einbezug von Vorwissen
- Fähigkeit des Lügens
- Intentionen

...





Theory of Mind

➤ für die Person ist es schwierig...

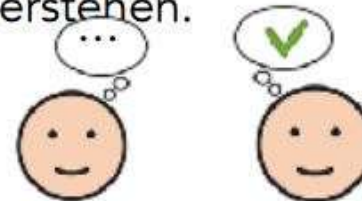
... eine Motivation zur Kommunikation zu haben.



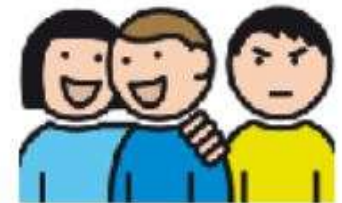
... mentale Zustände anderer einzuschätzen.



... Perspektiven anderer zu verstehen.



... Motive anderer einzuschätzen.



... die nötigen Informationen zu geben.



... Verhalten anderer vorher zu sehen.

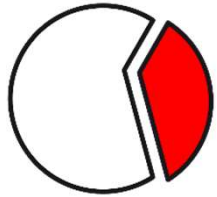


... andere zu provozieren.

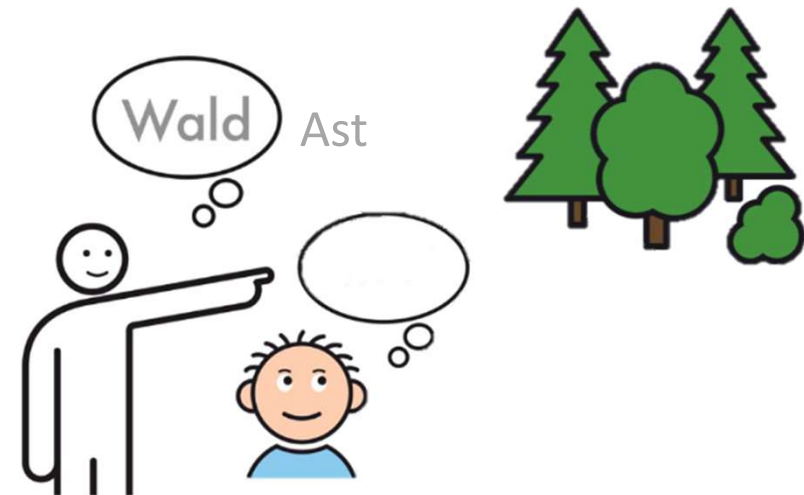


... andere zu täuschen und zu lügen.





Zentrale Kohärenz



Psychische Erkrankungen

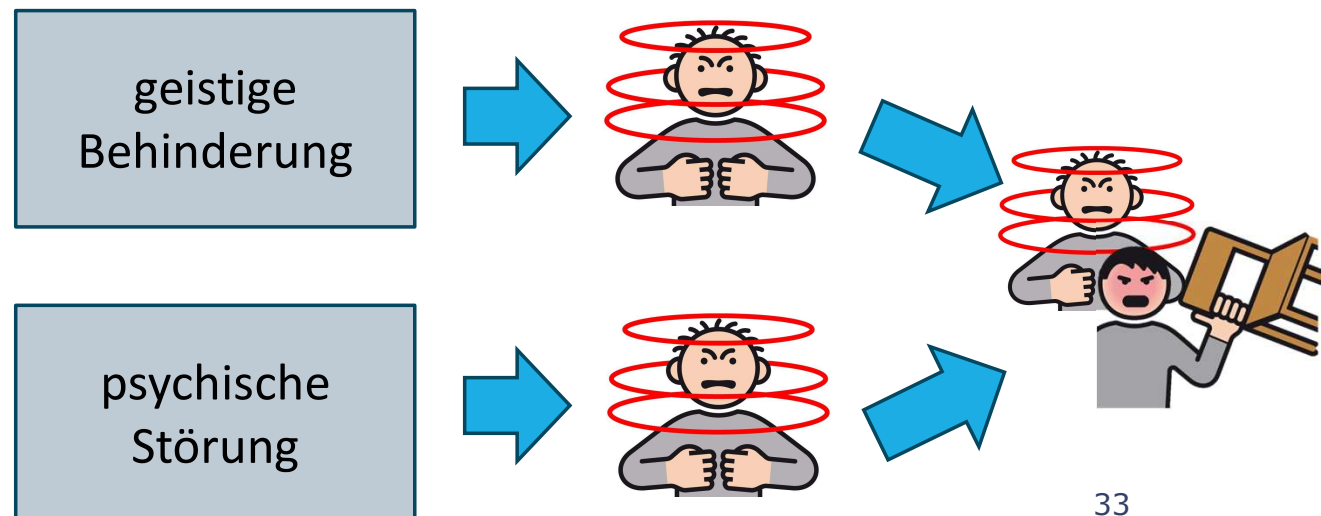


- Risiko für Menschen mit geistiger Behinderung erhöht

Wichtige Einflussfaktoren:
Ausmaß an sozialer Deprivation, familiären Lebensmilieu, Qualität der Hilfen, Grad der Behinderung, gesundheitlicher Zustand, Geschlecht, Alter

Auch psychischer Erkrankungen können zu herausforderndem Verhalten führen.

→ Viele Menschen sind daher doppelt Betroffen



Ursachen



Einschränkungen der Kommunikation	✓	✓	✓
emotionale Entwicklung	✓	✓	✓
exekutive Funktionen	✓	✓	✓
Theory of Mind		✓	
zentrale Kohärenz		✓	
Wahrnehmung		✓	
körperliche Beschwerden	✓	✓	✓
Bindung	✓		
Trauma		✓	✓
psychische Erkrankungen			✓

Funktionen und Auslöser von HV

Funktionen können als Schlüssel für den weiteren Umgang dienen.

Funktionen und Auslöser

- Verhalten hat einen Sinn
- Auslöser erkennen
- Bieten uns den Schlüssel zu neuen Lösungsansätzen

Verhalten hat immer einen Sinn

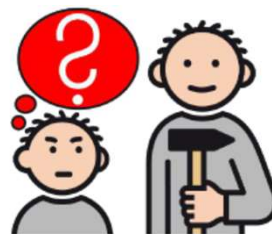
- Menschen sind sehr ökonomisch
- Alles, was sie tun, hat einen Sinn
- Auch herausforderndes Verhalten ist individuell sinnvoll

➤ Welche Funktion ein Verhalten hat, ist entscheidend für die Entwicklung von Lösungsansätzen und das anbieten von Alternativen.

Ursachen zu kennen,
hilft uns zu verstehen.



Auslöser zu kennen,
hilft uns sie zu vermeiden.



Die Funktionen zu kennen,
hilft uns Alternativen anzubieten.

Funktion

Provokation

Auslöser

Ärger über die Person

Ursache

Störung der Beziehung



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

- Sind die kognitiven Voraussetzungen vorhanden die zum provozieren nötig sind (z.B. Theory of Mind)
- Kann alles andere ausgeschlossen werden

Funktion

Personen steuern und Effekte auslösen

Auslöser

Interesse am Effekt

Ursache

Komplexe Interaktionsgestaltung ist noch nicht möglich

Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:



- Wird das Verhalten weniger/nicht gezeigt wenn der Effekt ausbleibt?
- Ist der Effekt auch attraktiv, wenn er anderes ausgelöst werden kann?

Funktion

etwas fordern

Auslöser

ein Bedürfnis haben (Essen , Trinken, Ding, Aktivität...)

Ursache

Fehlende alternative Kommunikationsmöglichkeiten



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

- Wir das Verhalten nicht mehr gezeigt, wenn das Bedürfnis erfüllt wurde?

Funktion

etwas ablehnen

Auslöser

eine Anforderung nicht umsetzen wollen oder können

Ursache

Fehlende Kommunikationsmöglichkeiten; keine Motivation, Überforderung (inhaltlich/ methodisch)

Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:



- Wird das Verhalten nicht mehr gezeigt, wenn die Anforderung wegfällt?
- Was wird abgelehnt und warum?

Funktion

Auslöser

Missverständnis

Ursache

Wörtliches Verstehen, falsche/mangelnde
Generalisierung, schlechtes Sprachverständnis

Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:



- Wird die Person überrascht, wenn sie für ihr Verhalten kritisiert wird?
- Entstehen häufiger Missverständnisse?

Funktion

Kontakt und Aufmerksamkeit herstellen

Auslöser

Jemanden sehen den man mag, Unsicherheit oder Angst

Ursache

Fehlende Kommunikationsmöglichkeit, Einsamkeit, Bedürfnis nach Bindung (emot. Entwicklung)

Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:



- Verhindert ein zuvorkommen das Verhalten?

Funktion

die Kontrolle behalten

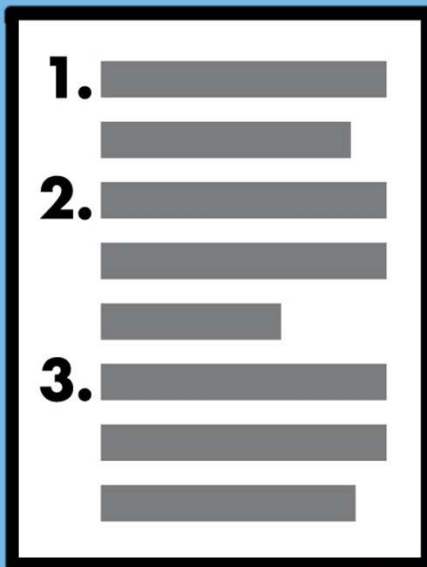
Auslöser

Anforderung mit Überforderung: Übergänge, Warten müssen, veränderte Abläufe, Orientierungslosigkeit durch mangelnde Struktur

Ursache

Schwierigkeit die Aufmerksamkeit zu lösen und neu auszurichten oder Schwierigkeiten bei der Handlungsplanung

Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:



- Wird das Verhalten in bekannten Situationen weniger gezeigt?
- Wird das Verhalten weniger gezeigt, wenn die Situation sehr gut Strukturiert ist?

Funktion

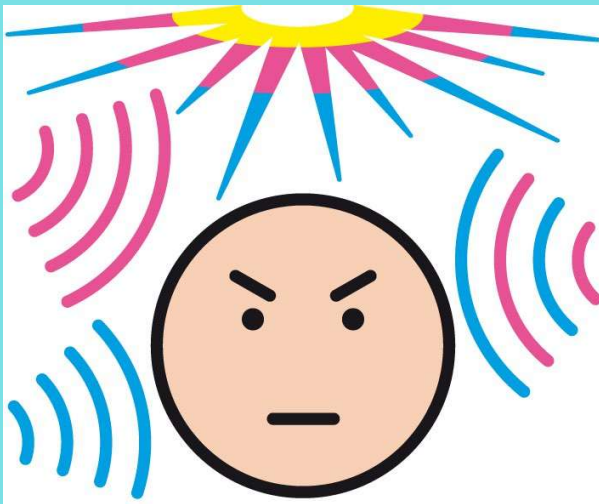
Unangenehme Wahrnehmung überlagern

Auslöser

Sensorische Überforderung (qualitativ oder quantitativ)

Ursache

Besondere Wahrnehmung oder
Wahrnehmungsverarbeitung



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

- Wird das Verhalten weniger in reizarmer Umgebung weniger gezeigt?

Funktion

Unwohlsein ausdrücken

Auslöser

körperliche Beschwerden: Schmerzen, Müdigkeit, Frieren

Ursache

Erkrankung, Schlafmangel/-störung, Temperatur



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

Evtl. Medizinische Abklärung durch einen Arzt

- Gibt es Hinweise auf eine Erkrankung?
- Wird das Verhalten nicht gezeigt, wenn Schmerzmittel gegeben werden?

Funktion

Stimulation

Auslöser

Zu wenig Reize (Langeweile) oder einfach: weil es gut tut

Ursache



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

- Wird das Verhalten in einer Phase ohne erhöhte Erregung gezeigt?
- Wirkt die Person bei und nach diesem Verhalten zufrieden?

Funktion

Regulation

Auslöser

erhöhter Erregungszustand

Ursache

Alle anderen Auslöser und Ursachen können zu einem erhöhten Erregungszustand führen



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

- Tritt das Verhalten gemeinsam mit anderen Anzeichen für einen erhöhten Erregungszustand auf?
- Senkt das Verhalten den Erregungszustand?

Wie entstehen Krisen

Was passiert, wenn die
Anspannung zu groß wird?

Hohe Anforderungen und mangelnde
Kompetenzen oder Strategien

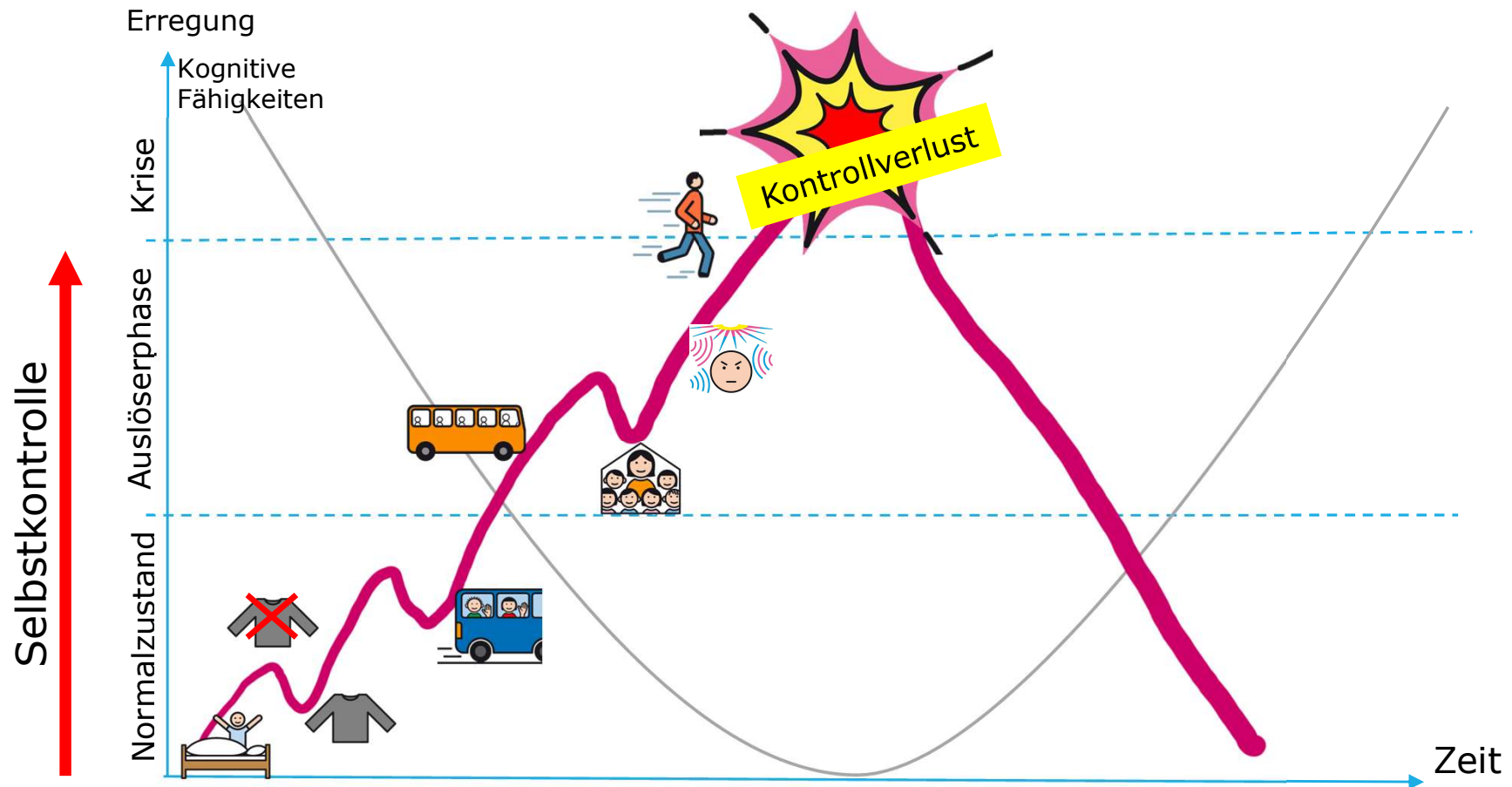
...führen zum Stress!



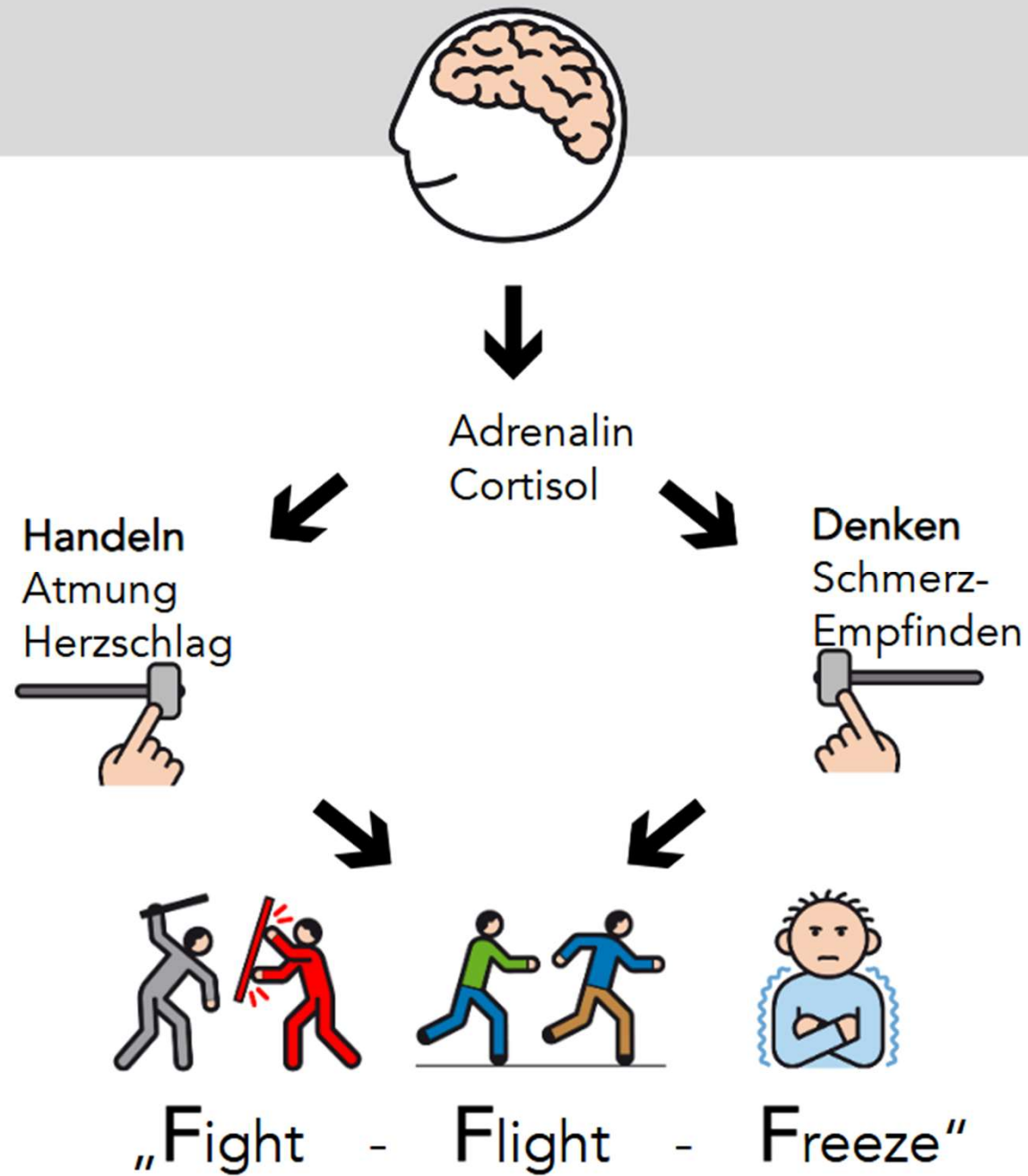
Das Modell vom erhöhten Erregungszustand
kann herausforderndes Verhalten als Ganzes
erklären.



Erregungszustand und Selbstkontrolle



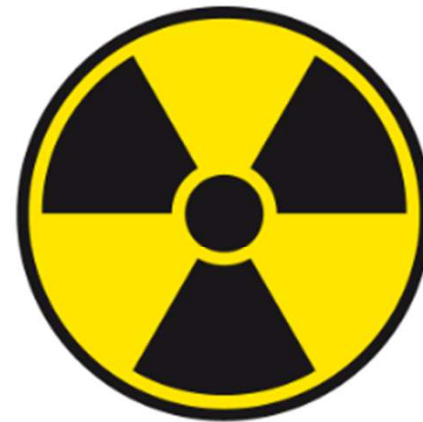
die Krise



die Krise



„Overload“-
zu viele Auslöser
bringen das Fass
zum Überlaufen



„Meltdown“-
Kernschmelze
i.d.R. durch versagende
Kühlung ausgelöst

Funktion

Ausdruck einer Krise

Auslöser

Kontrollverlust durch massiv erhöhten Erregungszustand

Ursache

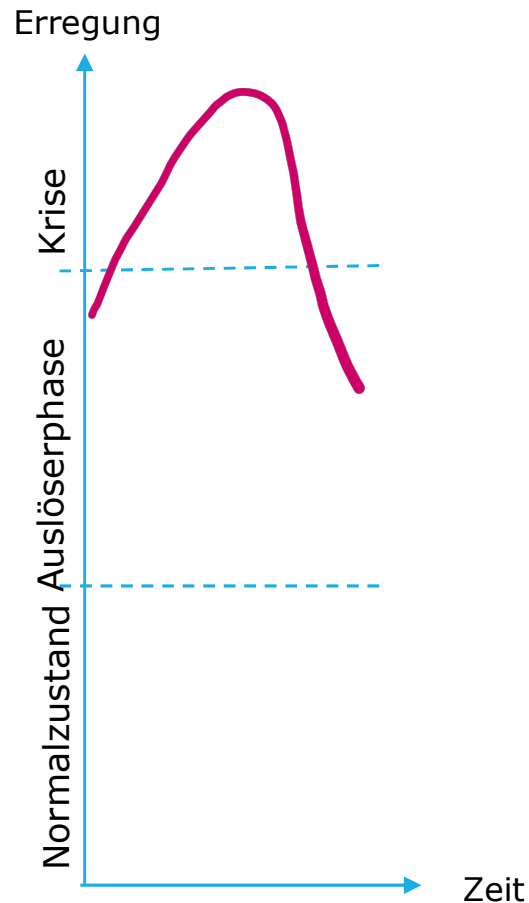
Hohe Erregung, Regulationsmöglichkeiten reichen nicht
→ Fight/ Flight/ Freeze-Reaktion des Körpers



Fragestellung zur Überprüfung der Hypothese:

- Wirkt die Person „außer Kontrolle“?
- Zeigt die Person die körperlichen Reaktionen einer Adrenalinausschüttung (z.B. Atmung + Puls beschleunigt, Schmerzempfinden reduzieren)

Was passiert nach der Krise...



- In der Phase nach einer Krise ist die Person noch nicht stabil
- Erregung muss erst wieder in den grünen Bereich
- Erholung, Schlaf, Trinken, Essen...
- **Keine Reflektion in dieser Zeit**

„Geh und Entschuldige dich!“ ... ist aus verschiedenen Gründen schwierig

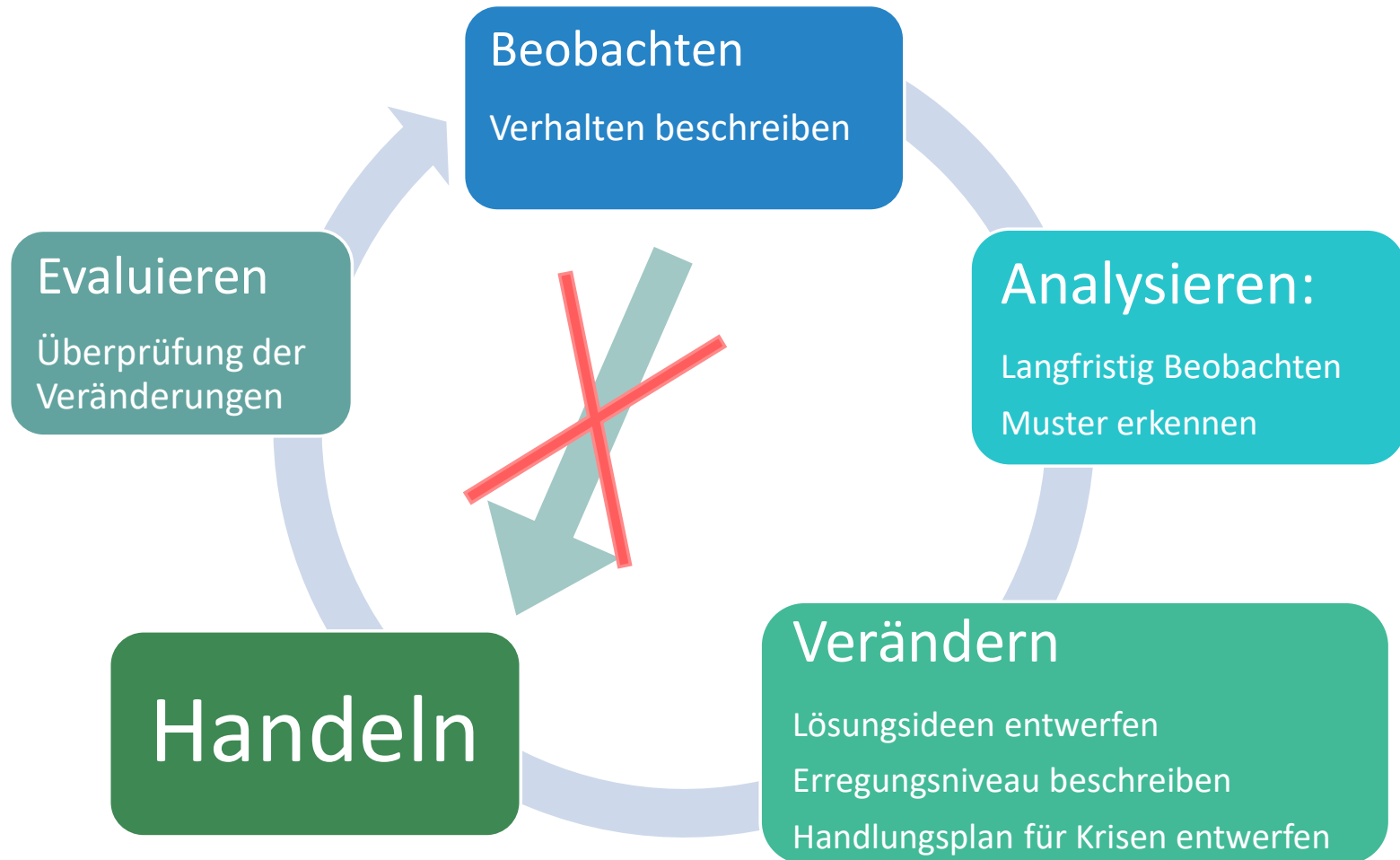
- Konflikte können erneut eskalieren
- An einer Krise kann man sich nicht schuldig fühlen
- Man kann sie aber bedauern → Scham
- Bedürfnis nach Nähe/ Liebe führt dazu, dass man allem zustimmt

Um das zu
erkennen
und zu
verstehen...



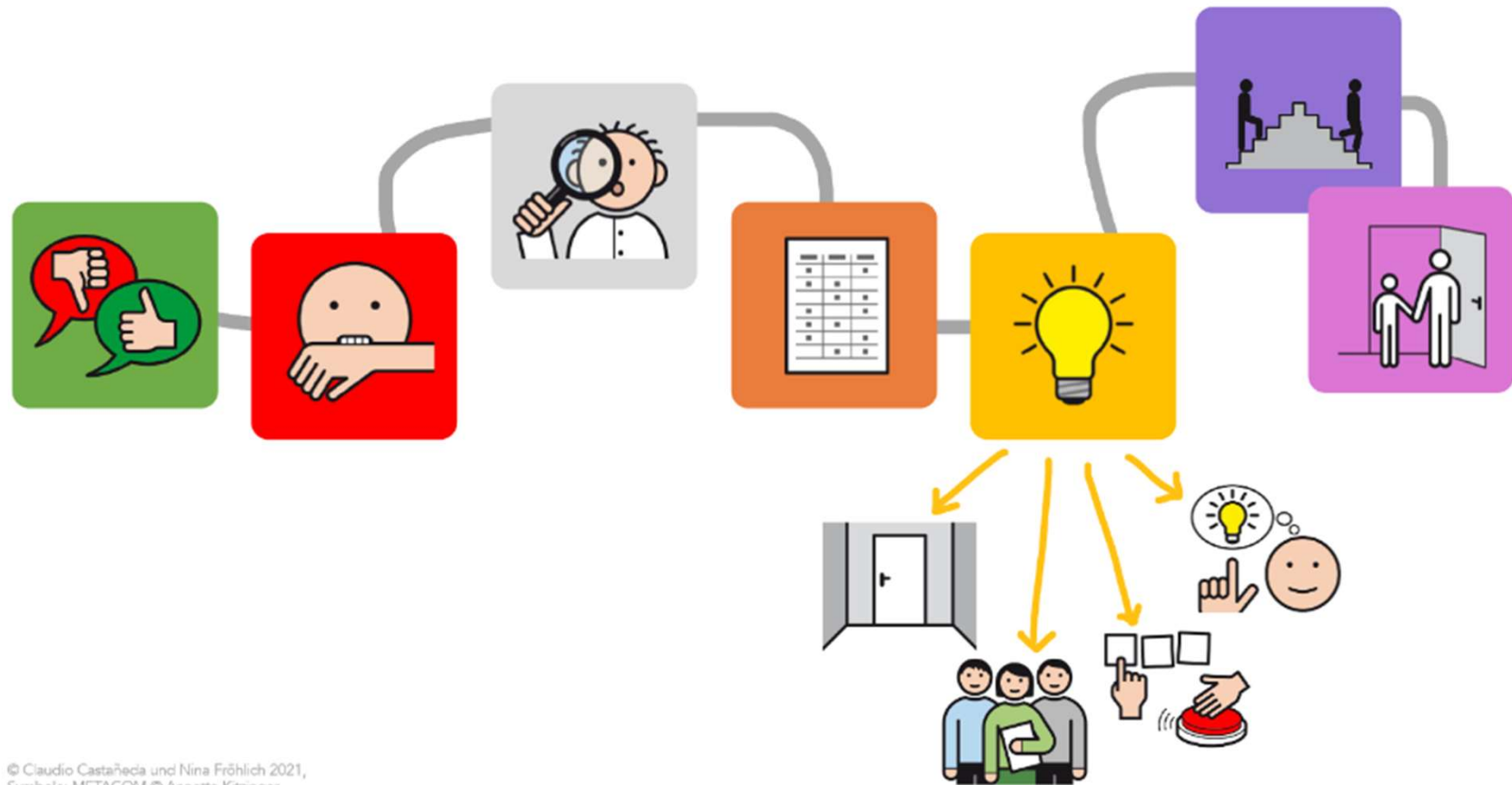
... müssen wir genauer
„hinschauen“...

Was können wir tun?...

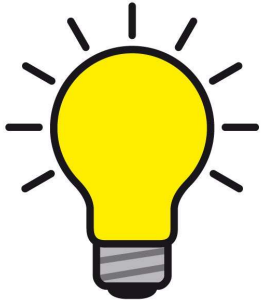




...genauer hinschauen...

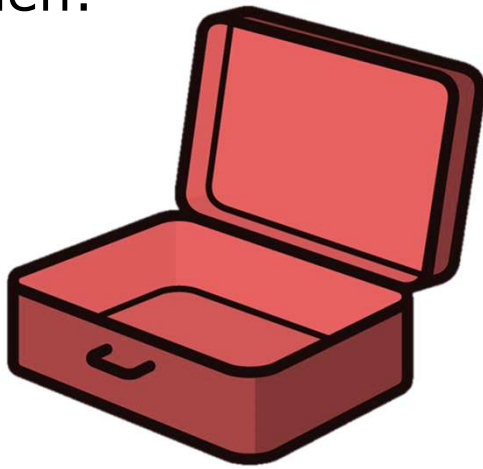


© Claudio Castañeda und Nina Fröhlich 2021,
Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



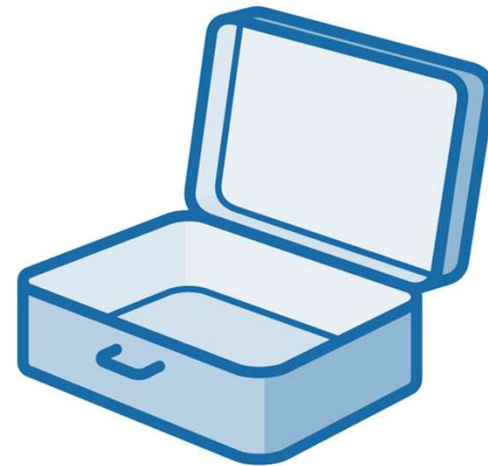
Unsere Methodenkoffer

Unterschiedliche
Methoden:



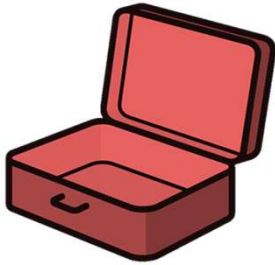
Langfristige Veränderungen
werden gelernt, wenn es
allen Beteiligten gut geht.

Nur dann haben sie
Ressourcen.

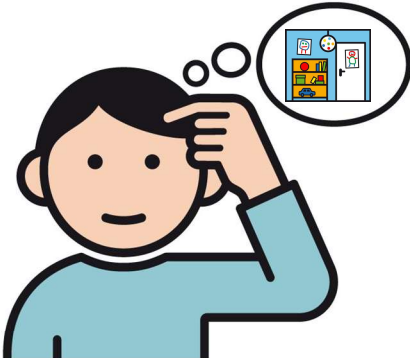


Krisen müssen verhindert
werden.

Dazu brauchen wir andere
Methoden.



Langfristige Lösungen



Veränderung am Setting



Umgebung anpassen, damit die Person weniger Stress erlebt.



Veränderung bei den Bezugspersonen

Unsere Haltung, unser Verhalten und unsere Reaktion anpassen.



Verstehen unterstützen

Die Person dabei unterstützen, ihr Verhalten zu verändern, in dem sie besser verstehen.



Aktive Kommunikation unterstützen

Person bei Verhaltensänderung unterstützen, indem man sie bessere Möglichkeiten hat zu Kommunizieren.



Ein Mensch, der sich richtig Verhalten kann, wird dies auch tun.

Exkurs: Haltung, Verhalten und Reaktion anpassen...

11 PRINZIPIEN

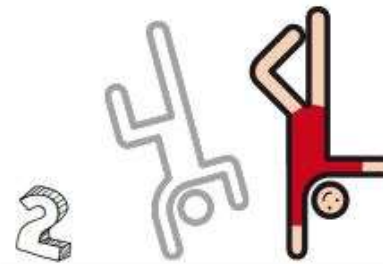
nach denen man handeln sollte, wenn man mit herausforderndem Verhalten konfrontiert ist.

Quelle: Bo Hejlskov Elvén und Sophie Abild Mc Farlane: Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit psychischen Störungen. Bern: Hogrefe 2020.

„Prüfen Sie zuerst immer, wer tatsächlich ein Problem hat.“



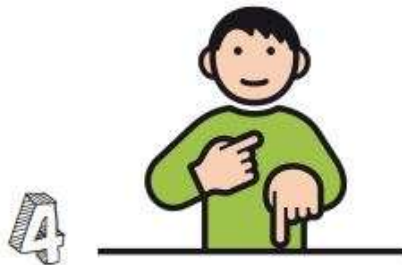
„Menschen verhalten sich gut, wenn sie dazu in der Lage sind.“



„Menschen tun das, was ihnen sinnvoll erscheint.“



„Wer Verantwortung übernimmt, kann etwas bewirken.“



„Wer Misserfolge gewöhnt ist, lernt nichts aus Misserfolgen.“



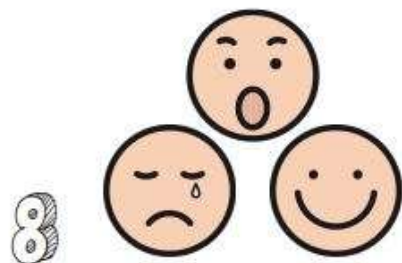
„Zusammenarbeit erfordert Selbstbeherrschung.“



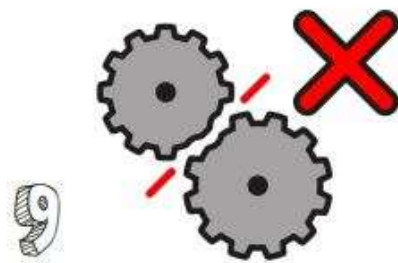
„Wir tun unser Bestes, um nicht die Beherrschung zu verlieren.“



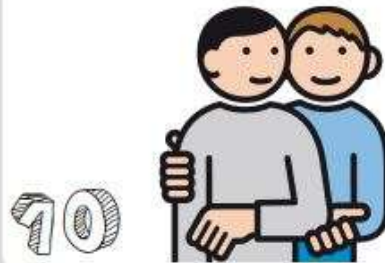
„Gefühle sind ansteckend.“



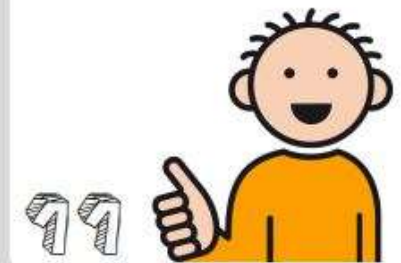
„Konflikte bestehen aus Lösungsversuchen. Und: Bei Versagen brauchen wir einen Handlungsplan.“

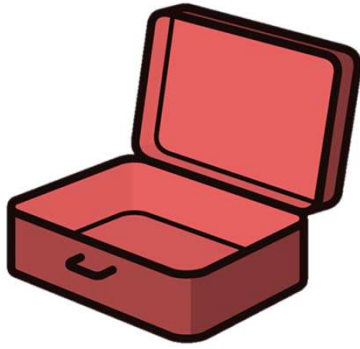


„Wir stellen Anforderungen, die die Patienten nie an sich selbst gestellt hätten - aber so, dass es machbar ist.“



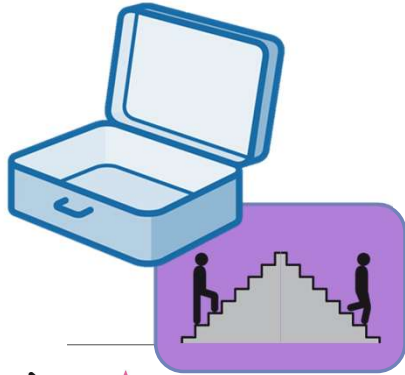
„Wir besitzen Autorität, wenn jemand freiwillig auf uns hört.“





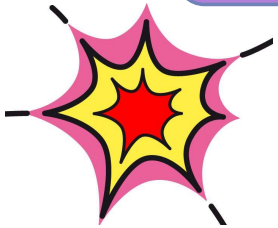
Was können wir noch tun...

- auch mal auf Ungewöhnliche Motivatoren zurückgreifen
- Spezialinteressen nutzen - Wahrnehmungsbesonderheiten beachten
- Auswahlmöglichkeiten anbieten und Übergänge ankündigen
- Tagesform beachten - Nicht auf etwas bestehen was jemand an guten Tagen kann
- Mehrdeutigkeiten vermeiden
- Ausnahmen gut erklären
- Aufforderungen formulieren statt Kannst-Du-Fragen...



Krisen vermeiden

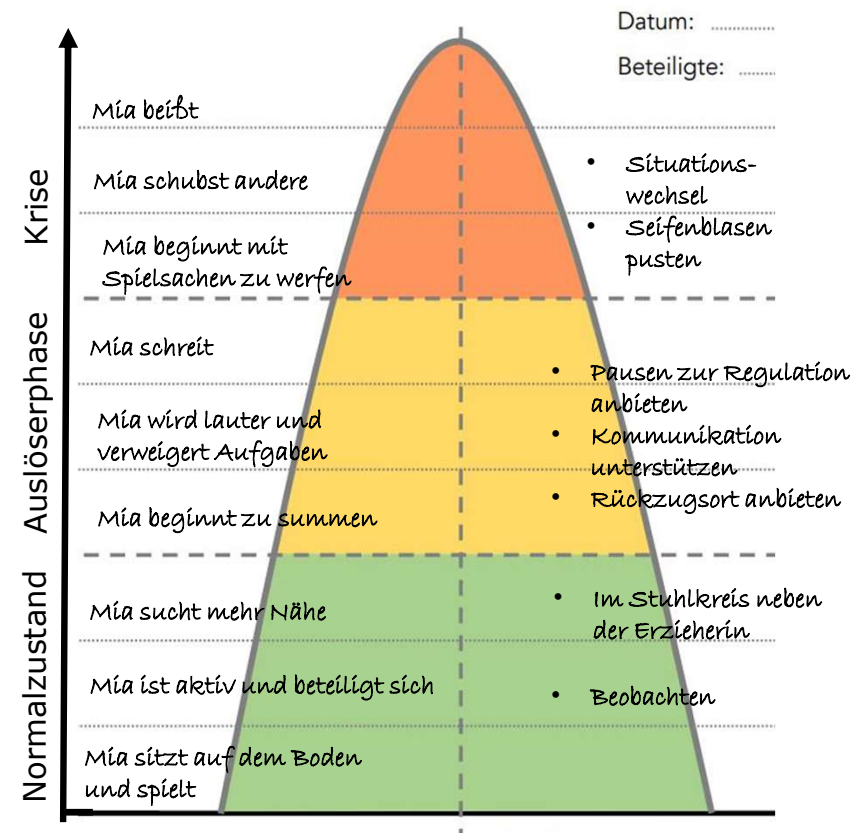
Eine Krise ist kein guter Zeitpunkt zum lernen!



Krisen müssen verhindert werden:

- weniger Auslöser
- weniger Stress
- bessere Regulation
- bessere Selbstkontrolle

→ Warnzeichen dokumentieren, damit wir rechtzeitig Regulationsmöglichkeiten anbieten können



Unaufgeregter Umgang

12 Verhaltensweisen, die dazu beitragen, das Erregungsniveau einer Person zu senken.
nach Bo Hejlskov Elvén in: Herausforderndes Verhalten vermeiden, Tübingen 2015

Reagiere ruhig

Wenn du dich aufregst,
kannst du niemandem helfen.

Reguliere dich.

Atme bewusst
ein und aus.



Vermeide Blickkontakt

Blickkontakt ist Stress.
Schau woanders hin.

Fordere die Person
nicht auf, dir in die
Augen zu schauen.



Vermeide Berührungen

Wenn es sein
muss, lenke
Bewegungen
um und lass
wieder los.



Halte Abstand

Wenn die Person
zurückweicht,
geh auch zurück.



Stell dich seitlich
nicht gegenüber.



Demonstriere keine Stärke

Mach dich
nicht groß,
spann keine
Muskeln an.



Setz dich hin

Du nimmst weniger Raum ein.
Deine Muskeln sind entspannt.
Du wirkst ruhig.

Aber: bleibe mobil,
bring dich nicht
in Gefahr!



Sprich ruhig

Schrei nicht.
Sprich ruhig.
Sprich nicht über
das Verhalten,
sondern über
etwas anderes.



Billard-Trick

Sprich mit
jemand anderem
über etwas,



das die Erregung
senken kann.

Gib nach

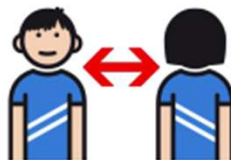
Bestehe
nicht auf
irgendwas!

Pass die
Anforderungen an.



Tausche

Dein Kollege
kann die
Situation
vielleicht
entspannen.



Warte

Lass der Person
Zeit, sich selbst
wieder unter
Kontrolle
zu bekommen.



Lenke ab

Spiel was,
lies eine Geschichte vor,
lade zum Spaziergang ein,
biete einen Schokoriegel an.

Keine Angst,
das ist kein Verstärker!
So leicht lernt niemand!





Handlungspläne für Krisen

HANDLUNGS-PLAN FÜR KRISEN 7

Name: _____ Datum: _____

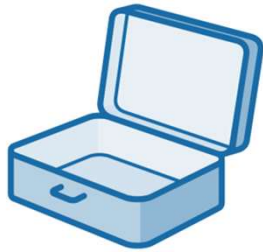
Beteiligte Bezugspersonen: _____

Erregungs-niveau	Warnzeichen	Handlungsplan	Doku
1 		Gib der Person die Möglichkeit, die Situation mit ihren eigenen Strategien zu lösen. Beobachten ohne einzugreifen.	
2 		Einfache Ablenkungsstrategien Auf die Person eingehen, wenn entspannter. Ausstrahlung beruhigen. Fokus auf die aktuelle (positive) Tätigkeit lenken.	
3 		Aktive Ablenkungsstrategien: Lieblingsthema, Ankündigung positiver Aktivitäten, Anbieten der Aufgabe gemeinsam zu tun.	
4 		Starke Ablenkungsstrategien: Bewegungsangebot, Raumwechsel, Beendigung der aktuellen Aufgabe, Lieblingsbeschäftigung/-gegenstand, Getränke oder Essen.	
5 		Achtung: Selbstkontrolle der Person im Blick behalten! Maßnahmen zum Schutz aller Beteiligten Abwägen der Tätigkeit, andere Personen aus der Gefahrenzone bringen, Bewegungsangebot zum Abbau von Adrenalin, Selbstschutz planen, Hilfe holen.	
Danach: Deeskalationsphase			
Alle Beteiligten brauchen genug Zeit und Raum, damit sie sich wirklich beruhigen können. Wie wird das organisiert?		Reflexion: Wer bespricht wann und mit wem, wie eine weitere Krise verhindert werden kann.	

©FRÖHLICH/CASTANEDA/WAIGAND /WWW.UK-COUCH.DE 7

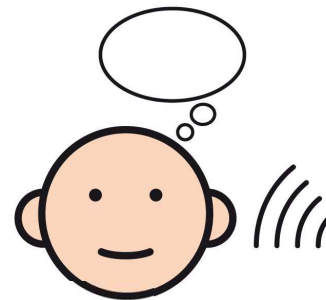
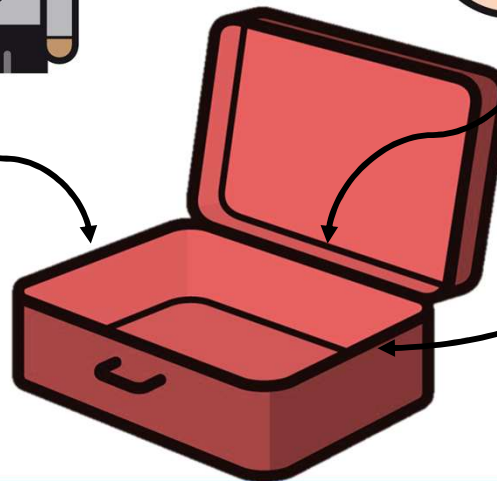
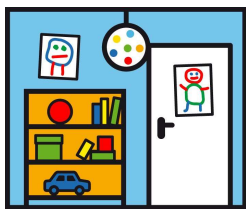
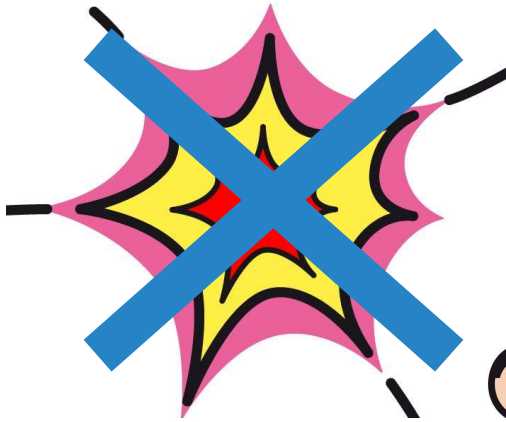
Handlungspläne schreiben, die genau festlegen, wer was tut, wenn das Erregungsniveau steigt.

Ziel:
Krise verhindern und Schutz aller Beteiligten, wenn es doch zur Krise kommt.



Krisen vermeiden

...nach jeder Krise geht es darum, die nächste Krise zu vermeiden: Zurück zum Methodenkoffer mit den langfristigen Lösungen.



Zeit für Ihre Fragen





Vielen Dank für Eure
Aufmerksamkeit

Literaturtipps und Quellen

- Castañeda, Claudio; Waigand, Monika; Fröhlich, Nina (2019): *(K)eine Alternative haben zu herausfordernden Verhalten (UK-Couch)*
- Elvén, Bo Hejlskov (2015): *Herausforderndes Verhalten vermeiden*. Tübingen
- Elvén, Bo Hejlskov, McFarlane Abild, Sophie (2020): *Herausforderndes Verhalten bei psychischen Störungen*. hogrefe
- Elvén, Bo Hejlskov (2023): *Handeln, Auswerten, Verändern*. dgvt Verlag
- Internetseite: <https://www.die-uk-kiste.de/k-eine-alternative/> (letzter Zugriff 21.11.2022)
- Greene, Ross (20). *Das explosive Kind. Plan B für kleine Tyrannen*.
- Sappok, Tanja; Zepperitz, Sabine (2020): *Alter der Gefühle. Über die Bedeutung emotionaler Entwicklung bei geistiger Behinderung*. Hogrefe
- www.uk-couch.de – Downloadbereich findet ihr eine Menge Materialien