

Was tun, bevor es brennt?

Deeskalation und unaufgeregter Umgang mit herausforderndem Verhalten

Übersprungshandlungen als Zeichen für einen internen Konflikt

Z.B.:

Affen kratzen sich seltener je „sicherer sie gebunden sind“ je öfter sie „Wertschätzung empfangen“...

WHITEHOUSE, J., MICHELETTA, J., KAMINSKI, J. and WALLER, B.M., 2016. [Macaques attend to scratching in others](#). *Animal behaviour*, 122, pp. 169-175. ISSN 0003-3472





„...Herausforderndes Verhalten ist ein Verhalten, das den Menschen um die betreffende Person Probleme bereitet...“ Bo Hejlskov Elven



Ross Greene:

„Menschen machen es gut,
wenn Sie es können“

Chaos ist keine Absicht!

Herausforderndes Verhalten vermeiden

Es geht uns gut wenn...

...wir wissen, was auf uns zukommt

...wir nicht von zu starken Sinneseindrücken überrollt werden

...wir, die an uns gestellten Anforderungen bewältigen können

...wir uns mit Dingen beschäftigen können, die uns Sinn verleihen

...wir mit Respekt behandelt werden

Wir behalten die Selbstbeherrschung und die Selbstkontrolle

→ Konvergenz

Häufig fallen Sätze wie...

- „Er will nur Aufmerksamkeit“
- „Sie will nur ihren Kopf durchsetzen“
- „Seine Eltern sind inkompetent“
- „Sein Bruder war schon genauso“

Solche Annahmen führen nur eine Sackgasse, da wir nicht wissen, was der wahre Grund für das schwierige Verhalten ist

Dahinter stecken zumeist Kompetenzdefizite in unterschiedlichen Bereichen

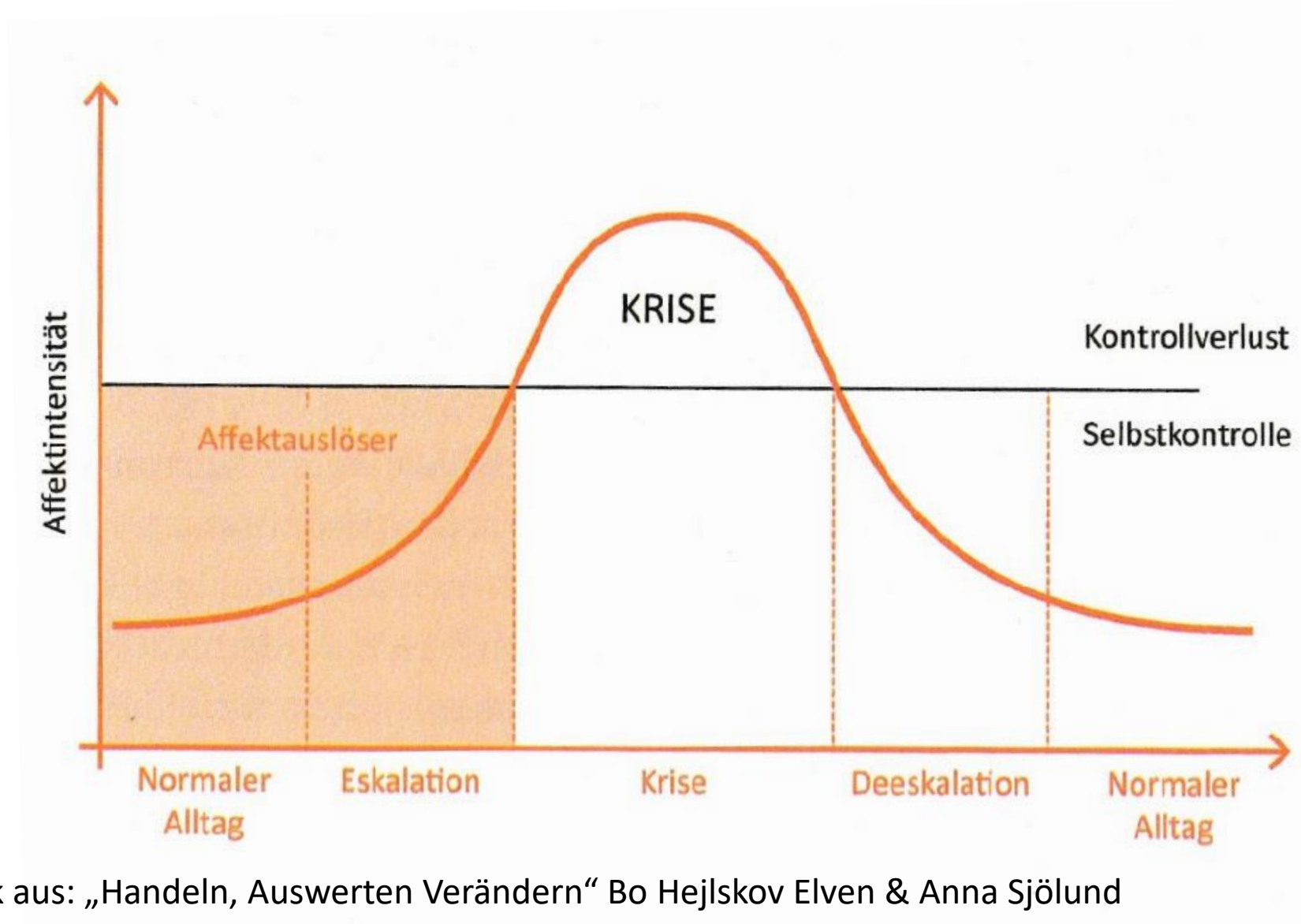
Kompetenzdefizite

- Schwierigkeiten mit Übergängen
- Schwierigkeiten fokussiert zu bleiben
- Impulsivität
- Probleme Gesagtes zu verstehen
- Sensomotorische Fähigkeiten
- Schwierigkeiten mit dem Zeitgefühl
- Mangel an Flexibilität
- Schwierigkeiten in der Wahrnehmung.....

Fallbeispiel

Christoph 8 Jahre Autist

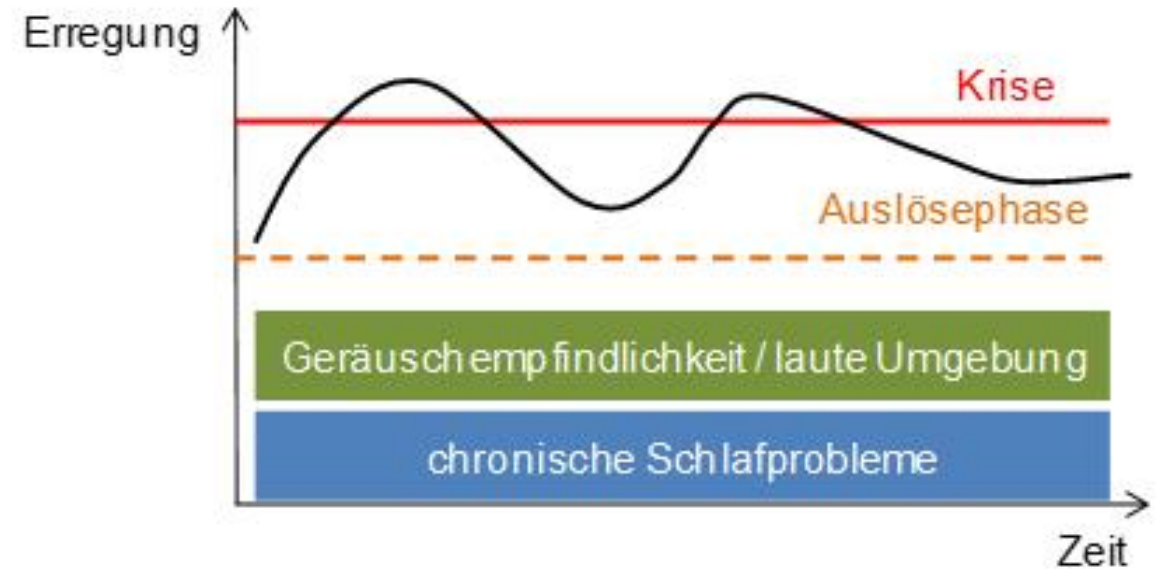
Modell eines Affektdurchbruches



Grafik aus: „Handeln, Auswerten Verändern“ Bo Hejlskov Elven & Anna Sjölund

Stressfaktoren- chronisch vs. situativ

Schwache zentrale Kohärenz (Ursache-Wirkungsverständnis)	Mangelnde Struktur	Schlafstörungen
Reizüberflutung, gestörtes Tast-Druckgefühl, Schmerzgrenze	Hohe Anforderungen	Erwachsen werden
Einsamkeit und Entfremdung (sich anders fühlen, nicht dazu gehören)	Starke Emotionen bei Bezugspersonen	Besondere Lebensereignisse Positive/ negative
	Erkrankungen, Schmerzen, Allergien	



Quelle: <https://www.22q13.info/lexicon/9938/>
Phelan-McDermid-Gesellschaft e.V.

Warnsignale

wenn der Stress zu hoch wird, reagieren Menschen mit ungewöhnlichem Verhalten

Stereotypen

Unruhe

Ticks

Bewegungsmuster

Wörter wiederholen

Fixierung auf bestimmte Gesprächsthemen

Selbstverletzung

Nägelkauen, Kratzen, sich beißen, Wunden aufkratzen

Bei Konflikten Ruhe bewahren

„Wenn Menschen von ihren großen Gefühlen überflutet werden, ist es unser Job, unsere Ruhe zu teilen und nicht uns ihrem Chaos anzuschließen“

L.R.Knost



RUHE BEWAHREN

Belastungsmodell von Elven und Sjölund: 3 verschiedene Toolboxen:

01

1) Handeln in der
Eskalation/ Krise/
Deeskalation

02

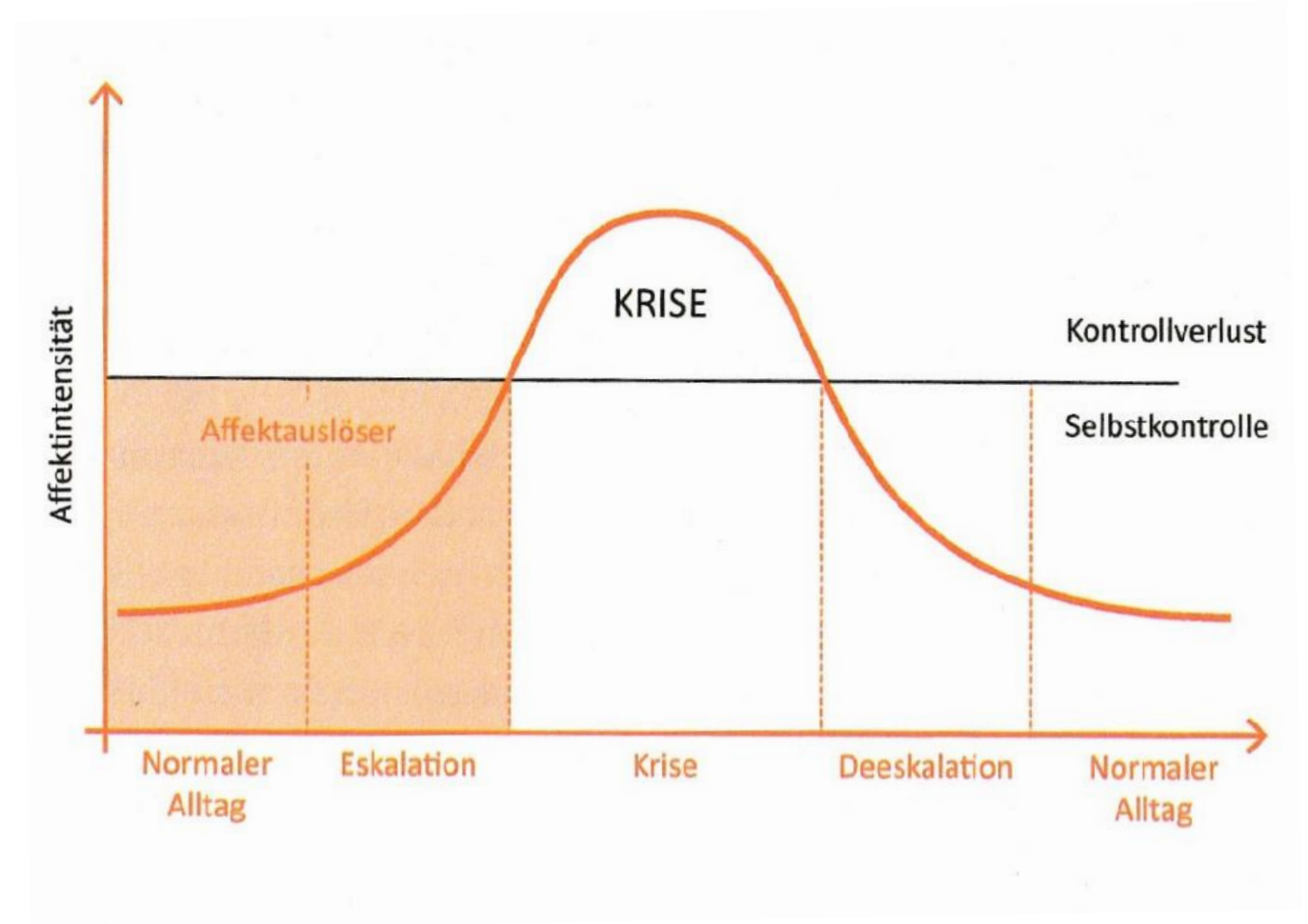
2) Auswerten des
Verhaltens nach
bestimmten
Kriterien und
Verstehen

03

3) Verändern der
Bedingungen bzw.
des eigenen
Verhaltens

01 Handeln in der Eskalation

- Stelle keine Anforderungen („Räum das auf“ oder „Entschuldige dich“)
- Vermeide dominante Körpersprache
- Setz dich etwas abseits hin
- Entspanne deine Muskulatur („Gefühlsansteckung“)
- Halte Abstand
- Lenke ab, statt zurecht zu weisen
- Sagen, was die Person tun kann
- Sorge für Ruhe- Entferne Schaulustige



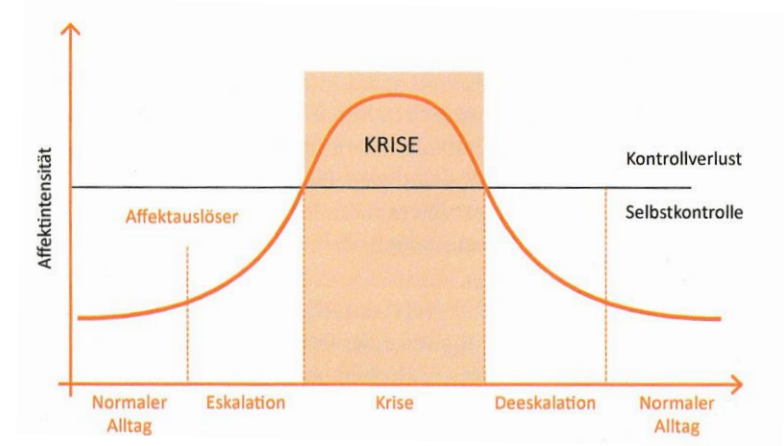
01 Handeln in der Krise

Gefährlich

- Schlagen
- Treten
- Beißen
- Kopf gegen die Wand schlagen
- Sich selbst oder jemand anderen verletzen

Schwierig

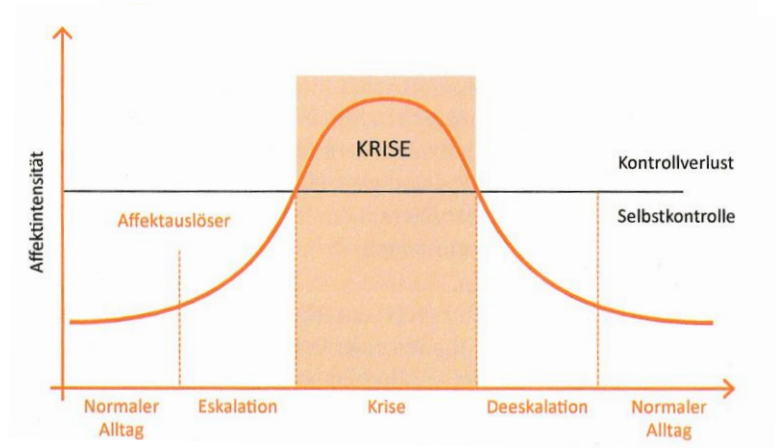
- Verweigerung
- Beleidigungen
- Weglaufen
- Möbel werfen
- In die eigene Hand beißen
- Sich ritzen oder schneiden



01 Handeln in der Krise

Schwierig

- Ruhe bewahren
(Gefühlsansteckung)
- Andere in Sicherheit bringen
- Etwas zu Ende bringen lassen
- Kein eskalierender
Körperkontakt → kein Fixieren
- Manchmal besser nichts zu tun
schnellere Beruhigung (Person
kann nicht kommunizieren)



• Gefährlich

- Unterstützung dazu holen
- Bei Angriff Schutzhaltung
einnehmen (es kommen keine
präzisen Angriffe)
- Nicht zurückweichen sondern
vorbeigehen

02 Auswerten des Verhaltens und Verstehen

Die beste Intervention ist es kritische Situationen schon vorab zu vermeiden oder sie so zu gestalten, dass sie für Personen lösbar sind

02 Auswerten des Verhaltens und Verstehen

- Wann tritt dieses Verhalten auf?
- Wann erlebt die Person am meisten Stress?
- Was konnte die Person in der Situation nicht meistern, was notwendig gewesen wäre?
- Würde es mit mehr Unterstützen gehen? Wenn ja mit welcher?

02 Auswerten

Datum Monat							
Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8:00-9:00	Grün	Grün	Rot	Grün	Grün	Grün	Grün
9:00-10:00	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün
10:00-11:00	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Rot
11:00-12:00	Grün	Grün	Grün	Grün	Grün	Rot	Grün
12:00-13:00	Gelb	Grün	Grün	Grün	Grün	Gelb	Gelb
13:00-14:00	Gelb	Grün	Grün	Grün	Grün	Gelb	Rot
15:00-16:00	Rot	Rot	Rot	Grün	Grün	Rot	Grün

- Wann sind kritische Situationen?
- Übergänge?
- Braucht es eine Zwischenmahlzeit?
- Ruhephasen?
- Hilfe bei Übergängen?
- Struktur?
- Sozialkontakt?
- Unterschiede Woche und Wochenende?
- **Grün:** ok, **Gelb:** kritisch, **Rot:** gefährlich
- Im Team besprechen
- Über mehrere Wochen beobachten
- Herausfinden von Warnsignalen



02 Auswerten: Fragen zur Eskalation

Was versuchte die Person um die Selbstkontrolle aufrecht zu erhalten?
(Verweigern, weglaufen, nein sagen, stimmung)

War die Strategie ok? Hätte es funktioniert wenn wir uns nicht eingemischt hätten?

Bekam die Person die Möglichkeit sich zu sammeln und die Selbstkontrolle wieder zu erlangen

Haben wir gegen die Strategie der Person gearbeitet?

Was haben wir getan, um die Person zu unterstützen wieder Selbstkontrolle zu erlangen?

War unser Verhalten kontraproduktiv
(laute Stimme?)



02 Auswerten des Verhaltens und Verstehen

Haben wir die Krise verstärkt oder eingedämmt?

Hatte die Person einen Ruheplatz zum Runterkommen?

Waren es zu viele Anforderungen?

Gab es eine gute Struktur?

03 Verändern- Warum Werkzeug

- Hat die Person verstanden, warum sie das machen soll? (Bsp. Zahnarzt)
- Erklären von Zusammenhängen. Arbeiten mit Bildern und Geschichten
- Bsp.: Bilderbücher, Social stories



03 Verändern- Was Werkzeug

- Hat die Person verstanden, was sie machen soll?
- Visuelle Hilfe, die zeigt was von einem erwartet wird
- Auch immer wieder etwas verändern, um Flexibilität zu trainieren
- Plan, To-do-Liste
- Ruhephasen
- Wo braucht es Hilfestellung?



03 Verändern- Wo Werkzeug

Hat die Person verstanden, wo die Aktivität stattfinden soll und wo es unpassend ist?

(Z.B. Man kann nicht überall seine Hose ausziehen)

Wo wird was gemacht und erwartet

Unterstützung auch hier durch Bilder

Wo ist mein Platz

Wo darf man welches Verhalten zeigen



03 Verändern- Wie Werkzeug

- Hat die Person verstanden, wie sie etwas machen soll?
- Soziale Skripte und Handlungspläne
- Wie spreche ich mit jemand?
- Wie frage ich?
- Wie telefoniere ich?
- Auch hier mit visueller Anleitung möglich: Hände waschen, Anziehen....





Wenn wir es schaffen die Anforderungen anzupassen, können viel Eskalationen vermieden werden – Selbstkontrolle



Menschen, die sich richtig verhalten können, werden es auch tun

- Die üblichen Erziehungsmethoden funktionieren bei Menschen mit geistigen Behinderungen, neuropsychiatrischen Störungen oder Menschen in Ausnahmesituationen oft nicht
- Ziel: Erhalt/ Wiedererlangung der Selbstkontrolle
- Methoden sollen Vertrauen aufbauen
Gehen sie in keinen Machtkampf-
Ablenkung ist besser als Machtkampf
Ein Eis ist besser als eine Eskalation

Manfred Ortner

Klinischer und Gesundheitspsychologe

Praxis Petersgasse,

Petersgasse 119, 8010 Graz

ortner@praxis-petersgasse.at

0699 18284539



Literatur

Bo Hejlskov Elvén, Bo (2015): *Herausforderndes Verhalten vermeiden*, 1. Auflage, dgvt-Verlag

Bo Hejlskov Elvén, Bo (2022): *Handeln, Auswerten, Verändern: Vom unaufgeregten Umgang mit Menschen mit einer Autismus-Diagnose und einer an Autonomie orientierten Pädagogik*, 1. Auflage, dgvt-Verlag

Greene, Ross (2019) *Verloren in der Schule*, 1. Auflage, Hogrefe