HILFE FÜR
HIRNVERLETZTE
KINDER

AGGRESSION

hiki
BULLETIN
2022

Herausforderndes Verhalten

Wenn wir an unsere Grenzen kommen

AGGRESSION

04 Kinder, die die Regeln sprengen

08 «Moritz treibt mich manchmal an meine Grenze»

12 Herausforderndes Verhalten … und was es mit mir macht!

14 Den Schalter irgendwie umlegen

18 Wenn sie anders könnten, würden sie

26 Selbstschutz geht immer vor

30 Wenn Aggressionen im Wald verpuffen

SERVICE

17 Buch-/Filmtipps
22 Deeskalation
24 Rechtliches
29 Dies & Das
34 Unaufgeregter Umgang

WER IST HIKI

35 Unser Angebot

BEGRIFFE

Dieses Bulletin trägt den Titel «Aggression». Ärger und Wut sind menschliche **Emotionen.** Gelingt eine Verarbeitung dieser Emotionen nicht, können sie sich in Aggression verwandeln. **Aggression** ist ein Verhalten und hat viele Erscheinungsformen. In diesem Bulletin wird dafür der Begriff **herausforderndes Verhalten** verwendet. **Gewalt** bezeichnet eine Handlung, welche die psychische und physische Unversehrtheit missachtet.

LIEBE LESERINNEN UND LESER

Menschen mit herausforderndem Verhalten waren und sind meine besten Lehrmeister. Sie bringen uns schmerzlich an unsere Grenzen. Darin liegt ein unglaublicher Mehrwert. Sie fordern uns auf, uns neu zu entdecken. Vor allem die Profis müssen bereit sein, in den Spiegel der Selbstreflexion zu blicken, statt dies von den Angehörigen und den Menschen mit Behinderung zu erwarten.

Bei herausforderndem Verhalten führen etablierte Arbeitsansätze selten zu nachhaltig positiven Verhaltensänderungen. Wie wenn man eine eitrige Zahnwurzel einfach mit einer Plombe behandeln würde. In der Gesellschaft werden oft die Schwächsten als Problem stigmatisiert, während die «Starken» zu wenig bereit sind, Eigenverantwortung zu übernehmen und für notwendige Veränderungen zu sorgen.

Es ist an der Zeit, das eigene Verhalten, die gewohnten Abläufe und vor allem die unterdrückten Gefühle und Sehnsüchte zu reflektieren. Medikamente, Strukturen, psychologische und pädagogische Methoden sind aus meiner Erfahrung sekundär. Aufrichtiges, ausdauerndes Interesse am Gegenüber führt hingegen zu einer deutlichen Entspannung. Dann fühlen sich Menschen mit Behinderung verstanden – ein elementares Grundgefühl, für die Seele so unverzichtbar wie Sauerstoff für den Körper.

Ich fordere Sie alle auf, die ausgetretenen Pfade zu verlassen. Emotionale und emphatische Kompetenz sind der Schlüssel für echte Erkenntnisse und nachhaltige Veränderung. Menschen mit herausforderndem Verhalten brauchen beherzte, mitfühlende, reflektierte Menschen. Wagen Sie den mutigen Blick in den Spiegel!

Andreas Walter
Fortbildung «Wilde Rosen», Fallberatung, Supervision

Impressum

Hilfe für hirnverletzte Kinder
Mühlebachstrasse 43, 8008 Zürich
Tel. 044 252 54 54
info@hiki.ch, www.hiki.ch
PC 85-461 012-9

Redaktion
Vanda Mathis
Konzept/Design/Realisation
Linkgroup AG, Zürich
Fotos
hiki-Archiv, Shutterstock
(S. 1, 12, 18, 21, 24), iStock (S. 4),
Renate Wernli (S. 8, 9, 11),
Depositphotos (S. 20), zvg

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO

Kinder, die die Regeln sprengen

Von Barbara Lukesch

Das Risiko, dass Kinder mit kognitiven Beeinträchtigungen herausforderndes Verhalten zeigen, ist überdurchschnittlich gross. Drei Fachfrauen ordnen das Phänomen ein und schlagen Lösungen vor.

Die Situation war prekär. Der zehnjährige Sebastian* hatte sich in seinem Zimmer verschanzt, die Tür abgeschlossen und offenbar etwas in Brand gesetzt. Der Geruch, der aus seinem Zimmer drang, liess keinen anderen Schluss zu.

Pia Schacher geriet an ihre Grenzen. Die erfahrene hiki-Mitarbeiterin hatte Sebastian an diesem Tag zum ersten Mal gesehen. Seine Eltern waren überzeugt, dass ihr Sohn den Beizug der fremden Betreuerin gut verkraften würde. Schliesslich hatten sie ihm wiederholt von der netten Frau erzählt, die die nächsten zehn Tage mit ihm verbringen werde, während sie nach Mallorca in die Ferien reisen würden. Ausserdem wohnte der Knabe, der unter einer schweren Epilepsie leidet, einen Teil der Woche in einem Heim und war daran gewohnt, mit anderen Menschen klarzukommen.

Doch diesmal war Sebastian überfordert. Zu viel Hektik, zu viel Ungewohntes, die lange Trennung von seinen Eltern, dazu eine wildfremde Frau. Er sei in Panik geraten, erinnert sich Pia Schacher, weil die Situation «schlicht zu krass für ihn gewesen ist». Dank gutem Zureden sei es ihr schliesslich gelungen, ihn zum Einlenken zu bewegen. Er habe das Papier, das er angezündet hatte, bereits wieder ausgetreten und die Tür geöffnet. Was ihr entgegentrat, war ein verzweifelter kleiner Junge, der erst einmal eine halbe Stunde in ihren Armen weinte: «Nachher war das Eis gebrochen», erinnert sie sich, «und wir hatten eine Vertrauensbasis gefunden, auf der wir es gut miteinander hatten.»

Was Pia Schacher in diesem Moment erlebte, war zweifellos herausforderndes Verhalten: Sebastian stand dermassen unter emotionalem Druck, dass er mit seinem Verhalten auch seine Umgebung unter Druck setzte – beziehungsweise herausforderte.

> «Der Junge stand so stark unter Druck, dass er mit seinem Verhalten auch seine Umgebung unter Druck setzte.»
>
> **Pia Schacher**

Pia Schacher

war von 2011 bis 2019 in der Familienentlastung von hiki tätig. Sie betreute Kinder und Jugendliche während mehrerer Tage zu Hause. Dabei erlebte sie herausforderndes Verhalten zum Teil hautnah.

Schwierige Definition

Eva Ruchti ist Dozentin am Institut für Behinderung und Partizipation an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik in Zürich. Sie betont, dass es keine eindeutige und endgültige Definition für herausforderndes Verhalten gebe. Herausfordernd sei ein Verhalten immer dann, wenn es den Menschen im Umfeld Probleme bereite. Das könne von Person zu Person unterschiedlich empfunden werden; ja, sogar ein und dieselbe Person könne an verschiedenen Tagen unterschiedlich auf ein laut kreischendes Kind reagieren: «Heute gestresst, morgen gelassener.»

Auch Stefania Calabrese, Dozentin an der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit, legt Wert darauf, herausforderndes Verhalten eines Kindes oder Jugendlichen mit kognitiver Beeinträchtigung in Bezug zu seiner Umgebung und der jeweiligen Situation zu definieren: «Versteht man darunter ein starres Charaktermerkmal der Betroffenen, sucht man gar nicht erst nach Ursachen und Auslösern und verpasst die Chance, die Umgebung gemäss den Bedürfnissen der Einzelnen zu verändern.» →

* Name geändert

Schlagen, Schreien und Zerstören

Situationen, die als herausfordernd empfunden werden, können sehr unterschiedlich sein. Zum einen kann ein Kind aggressiv gegen aussen reagieren, indem es andere schlägt, tritt, an den Haaren reisst, beisst oder lauthals schreit. Denkbar sind auch Sachbeschädigungen. Pia Schacher erinnert sich an einen Knaben, der sich auch mit elf Jahren noch weigerte, sein Geschäft auf dem WC zu verrichten, und eines Tages die Klobrille zertrümmerte. Wieder andere neigen zu Selbstverletzungen, indem sie ihren Kopf gegen die Wand schlagen. Auch Antriebslosigkeit, Verweigerung, ja ein massiver Rückzug sind denkbar. Eva Ruchti, die viele Jahre als Heilpädagogin an Regel- und Sonderschulen unterrichtete und neun Jahre in einer Therapeutischen Wohnschulgruppe für Kinder und Jugendliche mit geistiger Behinderung und psychischen Störungen tätig war, erinnert sich an einen Knaben, der sich jeweils bei Unterrichtsbeginn unter seinem Pult verkroch.

«Herausfordernd ist ein Verhalten immer dann, wenn es den Menschen im Umfeld Probleme bereitet. Das kann von Person zu Person unterschiedlich empfunden werden.»

Eva Ruchti

Überforderung, aber auch Langeweile

Entsprechend vielfältig sind denn auch die Ursachen, die den jeweiligen Reaktionsweisen zugrunde liegen können. Fachleute nennen bei Kindern und Jugendlichen mit kognitiven Beeinträchtigungen unter anderem deren Schwierigkeiten mit der Sprache. Viele können nicht reden und verstehen oft auch nicht, was das Gegenüber ihnen sagen will. Eine derart eingeschränkte Kommunikation ziehe Frustration, Ärger, Wut, auch Verzweiflung und Ohnmacht nach sich: «Die Betroffenen fühlen sich unverstanden, übergangen, isoliert und überfordert», fasst Stefania Calabrese ihre Erfahrungen zusammen. Andere wieder litten unter Unterforderung und Langeweile, weil das Setting ihnen zu wenig Anregungen biete. Die Folgen? Gereiztheit, vielleicht gar Wut. Es könne auch passieren, dass ein Kind den vielfältigen sensorischen Reizen, die von einer Schulsituation ausgehen, nicht gewachsen sei. Der Lärm, die Hektik, das grelle Neonlicht, ein Geruch, den es nicht verträgt – und plötzlich gerät das Kind in Panik und schlägt um sich. Mangels Sprache kann es vielleicht auch nicht erklären, dass ihm etwas wehtut, und versucht, sich mit nonverbalem Verhalten zu helfen. Stefania Calabrese interpretiert herausforderndes Verhalten denn manchmal auch als «legitimen Schrei nach Aufmerksamkeit und Hilfe», die die Betroffenen nur auf diese Art bekommen könnten: «Damit bringen sie eine innere Notlage zum Ausdruck.»

Eva Ruchti hat innerhalb der Schule wiederholt erlebt, dass Situationen, in denen etwas Unerwartetes passiert, Kinder mit kognitiven Beeinträchtigungen stark stressen können. Bereits der Wechsel des Unterrichtsraums, und sei es nur vom Klassenzimmer in die Turnhalle, könne diese Kinder in Aufregung versetzen und bei ihnen herausforderndes Verhalten auslösen.

Eva Ruchti

hat als Lehrerin, Heilpädagogin und Coach jahrelange Erfahrungen im Umgang mit Kindern und Jugendlichen mit herausforderndem Verhalten. Sie ist Dozentin an der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik (HfH).

Beruhigen um jeden Preis

Was tun in solchen Situationen? Eva Ruchti betont, dass es in solchen Momenten wichtig sei, Ruhe zu bewahren und abzuwägen, was das Wichtigste sei. Übergänge wie der Zimmerwechsel müssten geplant und angekündigt werden. Selbst- und fremdverletzendes Verhalten dulde allerdings keinen Aufschub. Hier müsse sofort interveniert werden. Bei massiv selbst- oder fremdverletzendem Verhalten könne es nötig sein, weitergehende Massnahmen wie sedierende Medikamente oder gar eine Einweisung in eine psychiatrische Kinder- und Jugendklinik zu ergreifen. Hierzu bestünden klare gesetzliche Regeln. Dazu brauche es auch das Einverständnis der Erziehungsberechtigten und die Begleitung durch medizinische und möglicherweise auch polizeiliche Fachpersonen. Fälle dieser Art gebe es allerdings selten.

«Im Umgang mit herausfordernd-dem Verhalten brauchen wir Strategien, die zu einer Deeskalation und Beruhigung führen.»

Stefania Calabrese

Stefania Calabrese

doktorierte nach dem Studium der Sozial- und Sonderpädagogik in Erziehungswissenschaften. Als Dozentin und Projektleiterin ist sie für das Kompetenzzentrum Behinderung und Lebensqualität der Hochschule Luzern – Soziale Arbeit (HSLU) verantwortlich.

In der Regel, so Stefania Calabrese, erfordere herausforderndes Verhalten Strategien der Deeskalation beziehungsweise der Beruhigung. Eine Betreuerin oder ein Therapeut müsse in solchen Situationen ruhig und gelassen reagieren können. Manchmal bewähre es sich, mit klarer, unaufgeregter Stimme zu sprechen, vielleicht auch einmal eine Melodie zu summen oder etwas zu singen. Manchmal sei es allerdings auch hilfreich zu schweigen: «Nichts Schlimmeres, als wenn der Betreuer auch noch anfängt zu schreien und die beiden sich gegenseitig hochschaukeln.» In aufgeladenen Momenten könne sich darum auch ein Personenwechsel aufdrängen, der helfe, den Stresspegel zu senken. Von Eltern, deren Kind vorzugsweise in der Öffentlichkeit zu heftigen Reaktionen neige, wisse sie, dass es manchmal auch ganz simple, pragmatische Lösungen brauche: «Dann kann im Notfall der Lollipop die Allzweckwaffe sein, die allen Beteiligten etwas Entspannung verschafft.»

Eva Ruchti erzählt aus ihrer langjährigen Erfahrung, dass es viel bringe, wenn man die betroffenen Kinder in anspruchsvollen Situationen so weit wie möglich in die Suche nach Lösungen einbeziehe. Das führe dann automatisch zu individuellen Ideen und Vorgehensweisen, die oft nachhaltiger wirkten, als wenn man von allen Kindern das Gleiche verlange.

Prävention hilft allen

Noch besser ist es natürlich, wenn es gelingt, bereits im Vorfeld Bedingungen zu schaffen, die den Bedürfnissen eines Kindes oder einer Jugendlichen entsprechen und sie davor bewahren, sich herausfordernd zu verhalten. Eva Ruchti sagt, dass dazu viel Fachwissen nötig sei. Lehrpersonen und Heilpädagoginnen müssten wissen, dass Kinder und Jugendliche mit einer kognitiven Beeinträchtigung auch in ihrer emotionalen Entwicklung betroffen seien. Während des schulischen Alltags sei es darum wichtig, immer wieder genau zu beobachten, in welchen Situationen sich ein Kind wohl- und sicher fühle. Darauf aufbauend könne dann eine individuelle Förderplanung erstellt werden.

Wertvoll sei auch die Erkenntnis, dass viele Kinder mit einer kognitiven Beeinträchtigung in starkem Masse auf klare Strukturen und Abläufe angewiesen seien. Dann könne eine Lehrperson beispielsweise mit Tagesplänen arbeiten, die sie entsprechend der Entwicklungsstufe des Kindes visualisiere. Stehe eine Abweichung vom Plan an, sei sie sich bewusst, dass sie diese, wenn möglich, rechtzeitig, klar und verständlich kommunizieren müsse: «Die Antizipation möglicher Stolpersteine und deren Beseitigung sind wichtige Präventionsmassnahmen.» Dazu sei es natürlich erforderlich, dass man die Kinder aufmerksam beobachte, um ihr Verhalten einschätzen zu können. Von Vorteil sei es auch, wenn man jene Massnahmen, die Erfolg versprechen, beibehalte. Funktioniere hingegen eine Intervention nicht, solle man darauf verzichten und sie nicht durchzusetzen versuchen.

Manchmal bringe es viel, wenn man seiner Intuition vertraue. Dann spüre man, dass es schon reichen könnte, wenn man ein aufgebrachtes Kind ablenke und auf sein Lieblingsthema anspreche: «Tobias, blühen denn die Blumen in deinem Garten schon?»

«Moritz treibt mich manchmal an meine Grenze»

Mit Susanne Schawalder* sprach Barbara Lukesch

Susanne Schawalder hat drei Kinder, darunter den inzwischen 19-jährigen Moritz, der stark kognitiv beeinträchtigt ist und immer wieder herausforderndes Verhalten zeigt. Sie erzählt, was das für eine Familie bedeutet.

Ein aufgestellter junger Mann – aber manchmal auch ziemlich herausfordernd.

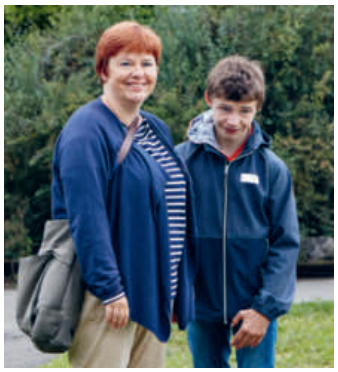
Susanne Schawalder, es war sehr schwierig, Eltern zu finden, die bereit waren, über das herausfordernde Verhalten ihrer Kinder zu sprechen. Was an diesem Thema ist so delikat, dass es regelrecht tabuisiert werden muss?
Ich glaube, dass viele Eltern Hemmungen haben und sich schämen. Jede Mutter wünscht sich doch ein wohlerzogenes Kind oder zumindest eines, das den anderen Kindern nicht wehtut, indem es sie beisst. Auch wenn man bei einem Kind mit einer Behinderung oft noch weniger beeinflussen kann als bei anderen Knaben und Mädchen, empfindet ein Elternpaar schnell einmal Schuld oder Scham. Schwierige Gefühle! Da schweigt man doch lieber.

Sie reden. Warum?
Meiner Meinung nach sollte man auch über solch schwierige Themen sprechen, damit sich andere Eltern nicht allein fühlen. Ich bin keine Perfektionistin und lasse mich nicht von überrissenen Ansprüchen verrückt machen; wir versuchen immer, unser Möglichstes zu geben, nicht mehr und nicht weniger. Hilfreich war auch, dass mein Mann und ich uns die Haushalts- und Familienaufgaben partnerschaftlich geteilt haben, was natürlich zu einer grossen Entlastung und Entspannung geführt hat.

«Meiner Meinung nach sollte man auch über solch schwierige Themen sprechen, damit sich andere Eltern nicht allein fühlen.»

Susanne Schawalder

Ihr Sohn Moritz ist jetzt 19 Jahre alt. Er hat einen genetischen Defekt, der ihn geistig stark beeinträchtigt. Er kann nicht reden, ist körperlich aber weitgehend unversehrt, auch wenn er erst mit acht Jahren laufen gelernt hat. Welche Formen von herausforderndem Verhalten zeigt Moritz?
Man muss vorausschicken, dass Moritz im Verlauf der Jahre etwas ruhiger geworden ist und heute seltener eine Person in seiner Umgebung angreift. Früher hat er die Leute regelmässig ins Gesicht oder in die Arme gekniffen oder an den Haaren gerissen. Das waren oft Attacken, die für die Betroffenen völlig überraschend kamen und sie sehr erschrecken konnten. Ganz abgesehen davon, dass sie mitunter wahnsinnig schmerzhaft waren, so stark, wie Moritz schnell einmal war. Auch seine jüngeren Geschwister kamen regelmässig dran, was für die beiden sehr belastend war. Die Folge? Die ganze Familie sass und sitzt mitunter auch heute noch wie auf Nadeln.



***Susanne Schawalder**

lebt mit ihrer Familie in Wädenswil. Im Frühjahr 2022 ist Moritz in den Wagerenhof in Uster umgezogen und verbringt alle 14 Tage ein Wochenende mit seiner Familie.

In welchen Situationen kann es zu solchen Eskalationen kommen?
Mit der Zeit haben wir sein Verhalten besser verstanden und wissen in etwa, wann es so weit ist und was er mit seinen Attacken ausdrücken will. Vor allem früher dienten sie dazu, mit seiner Umgebung eine Verbindung herzustellen und bei mir oder seinen Geschwistern eine Reaktion auszulösen. Weil er ja nicht reden kann, fehlen ihm normale Kommunikationsmöglichkeiten; er kann nicht sagen, was er will, und fühlt sich sicher auch oft missverstanden. Indem er jemanden an den Haaren reisst, provoziert er immerhin eine Art Antwort: Jemand kreischt oder quietscht. Heute fällt es uns leichter, uns mit ihm zu verständigen. Er beherrscht sogar zwei, drei Gebärden, mit denen er beispielsweise mitteilen kann, dass er Hunger hat – früher oft Anlass für herausforderndes Verhalten. Weil er generell schlecht warten kann, geriet er dann völlig aus dem Häuschen. →

Unter welchen Umständen kann er denn auch heute noch unkontrolliert und angriffig reagieren?
Schwierig sind nach wie vor Situationen, in denen er gestresst ist, weil zu viele Leute um ihn herum sind und es sehr laut und hektisch zugeht. Familienfeste tun wir uns nicht mehr an, weil wir ständig damit rechnen müssen, dass Moritz jemanden packt, kneift oder an den Haaren reisst. Das kann man nicht einmal aggressiv nennen, weil er mit den kognitiven Fähigkeiten eines Zweijährigen ja gar nicht weiss, was eine böswillige Aktion sein könnte. Nein, er handelt dann rein aus Überforderung.

Seiner Umgebung wird er trotzdem manchmal Angst einjagen.
Das ist zweifellos so, und das war immer ein riesiges Dilemma für mich. Zum einen will ich natürlich nicht, dass er jemandem wehtut, und zum anderen finde ich es traurig, wenn Menschen Angst vor ihm haben, weil sie mit einer Attacke rechnen müssen. Moritz liebt Menschen und tritt auch gern in Kontakt mit ihnen, einfach mit dem nötigen Abstand.

Wie reagieren Sie denn, wenn er sehr aufgebracht ist und andere Leute angreift?
Wie soll man seinen pflegebedürftigen Sohn bestrafen? Ihm kein Essen geben? Ihm eine Standpauke halten? Das geht einfach bei einem Menschen wie ihm nicht.

«Familienfeste tun wir uns nicht mehr an, weil wir ständig damit rechnen müssen, dass Moritz jemanden packt, kneift oder an den Haaren reisst.»

Susanne Schawalder

Aber Sie müssen doch etwas tun, wenn er jemanden mit seiner ganzen Kraft in den Unterarm kneift.
Dann sage ich laut und vernehmlich «Nein!» und versuche natürlich, ihn von der anderen Person zu trennen. Wichtig ist, dass man selber ruhig bleibt und nicht auch noch ausser sich gerät. Moritz ist in solchen Momenten ja dermassen aufgeregt und nervös, dass lautes Schimpfen alles nur noch schlimmer machen würde.

Gibt es präventive Massnahmen, dank denen es gelingt, Moritz davor zu bewahren, überhaupt auszurasten?
In der Schule haben die Lehrpersonen jeweils sehr viel Wert darauf gelegt, den Alltag für ihn mit Bildern zu strukturieren. Dann wusste er, was jeweils als Nächstes auf dem Programm steht. Sie haben nämlich realisiert, dass er immer dann in grossen Stress gerät, wenn irgendein Programmpunkt völlig überraschend für ihn kommt. Es reicht schon, wenn ihn jemand unerwartet anspricht. Ein Kind wie Moritz braucht Rituale und die immer gleichen Abläufe – alles andere stresst ihn.

Welche Strategien haben Sie innerhalb der Familie angewendet?
Wenn es wieder einmal eskalierte, mussten wir mitunter gewisse räumliche Trennungen vornehmen und Moritz in seinem Zimmer einsperren. Das klingt zwar schlimm, aber wir haben ja auch noch zwei andere Kinder, für die wir ebenfalls Verantwortung tragen. Eine andere Situation, die uns auch an den Rand bringen konnte, waren gemeinsame Autofahrten. Da war eine räumliche Trennung nicht möglich, und so haben wir eines Tages eine Art Gitter eingezogen, um uns vor Moritz zu schützen. Unser jüngerer Sohn hat das gehasst, und wenn jeweils ein Kollege von ihm bei uns mitfuhr, wollte er immer, dass das Gitter an dem Tag weggepackt werde. Mit einer Familie wie unserer fällt man natürlich ständig auf, was vor allem für Teenager mit viel Scham und Gefühlen von Peinlichkeit verbunden sein kann.

Inwieweit können Medikamente helfen? Beruhigungsmittel beispielsweise?
Wir haben es einmal mit Ritalin probiert, in der Hoffnung, damit seine Zappeligkeit etwas zu drosseln. Im besten Fall, so dachten wir, könne er sich damit besser konzentrieren. Doch er wurde ganz teigig und matt, was ja auch keine Lösung war.

Viel Körperkontakt, um sich sicher zu fühlen: Moritz mit seinem Vater.

Welche Rolle haben die hiki-Familienhelferinnen gespielt, die Sie regelmässig ein paar Wochen unterstützt haben?
Sie waren sehr wertvoll. Einerseits haben sie sich um Moritz gekümmert und sind mit ihm losgezogen. Er hatte nämlich schon früh Freude an seinem Dreirad, das man mithilfe einer Stange stossen konnte. Dazu haben sie uns daheim mehr Luft verschafft für unsere beiden anderen Kinder, die immer wieder unter dem Verhalten ihres ältesten Bruders gelitten haben. Rhea, die heute 17 ist, wohl weniger; sie hat gewusst, dass sie aufpassen muss und Moritz am besten ausweicht. Lou hingegen, heute 13, hat sich eher herausfordern lassen und sich in einer Art Kampfhaltung vor Moritz aufgebaut. Heute gehen sich die beiden Brüder so weit wie möglich aus dem Weg (seufzt).

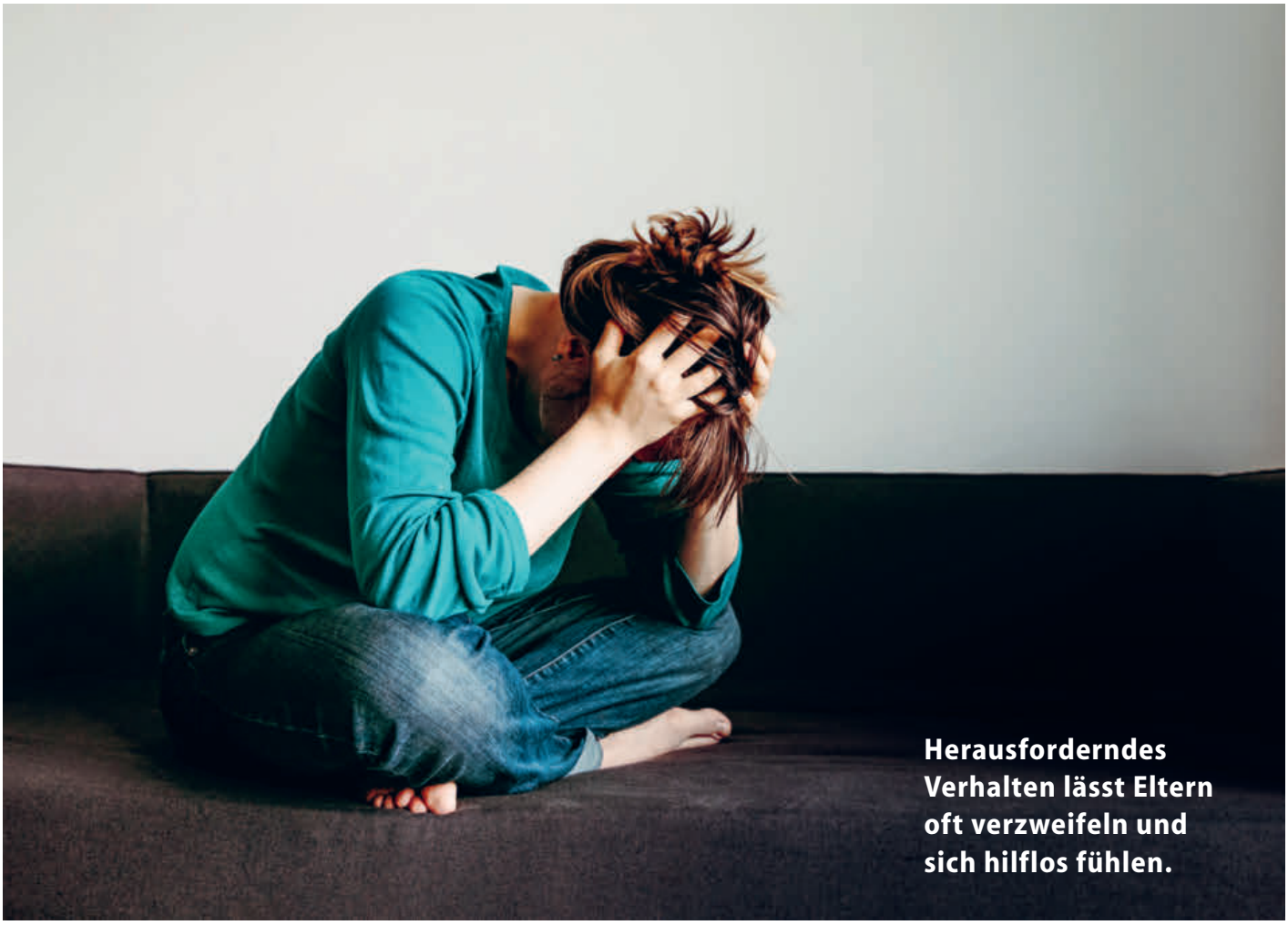
Macht Moritz Sie denn auch manchmal wütend?
Aber ja. Das passiert immer wieder. Es ist mir sogar schon passiert, dass mir die Hand ausgerutscht ist, weil er mich an meine Grenzen getrieben hat.

Und dann?
Schwierig. Ich spreche auf jeden Fall mit meinem Mann, der ja dank seiner Beteiligung an der Familienarbeit genau weiss, wie anspruchsvoll Moritz sein kann. Es ist – wie gesagt – eine Ausnahme, aber es kann passieren. Zum Beispiel, weil mir eine Attacke von Moritz wirklich sehr wehtut, aber auch weil er sich manchmal völlig querstellt und jede Kooperation verweigert.

Inwieweit hat der Alltag mit Moritz Ihre Ehe belastet?
Uns hat die familiäre Situation eher zusammengeschweisst; drum sind wir auch nach so langer Zeit noch ein Paar. Wir sind ein eingespieltes Team und wissen beide nur zu gut, dass es ohne den anderen nicht geht.

«Wir haben es einmal mit Ritalin probiert, in der Hoffnung, damit seine Zappeligkeit etwas zu drosseln. Doch er wurde ganz teigig und matt.»

Susanne Schawalder



Herausforderndes Verhalten lässt Eltern oft verzweifeln und sich hilflos fühlen.

Herausforderndes Verhalten … und was es mit mir macht!

Von Katrin Adler*

Die Autorin, Mutter eines Sohnes, dessen Verhalten die Umwelt häufig heraus-fordert und mitunter über-fordert, beschreibt (…), wann sie sich von seinem Verhalten herausgefordert fühlt. (…) Gleichzeitig macht sie deutlich, wie wichtig für sie und ihre Familie das «Verstehen» seines Verhaltens war.

(…) Thomas ist mittlerweile grösser als ich und er kann laufen – soweit er Lust dazu hat. (…) Er fährt sehr gerne U-Bahn, und wir freuen uns, ihm damit eine Freude machen zu können. Der Fussweg zur U-Bahn, das Warten, Einsteigen, Umsteigen und Aussteigen: alles kein Problem; im Gegenteil, es macht ihm riesigen Spass. Aber: Wenn wir nach einer U-Bahn-Tour an unserer Haltestelle aussteigen und es heisst: «Jetzt gehen wir nach Hause», dann bleibt er manchmal einfach stehen und lässt sich auf den Boden sacken – und da sitzt er dann und guckt. Er ist durch nichts zu bewegen. Dieses Verhalten war für mich jedes Mal absolut herausfordernd. Nachdem ich es mit gutem Zureden versucht hatte – teilweise bis zu einer halben Stunde lang – und er keine Anstalten machte, aufzustehen, wurde ich ungeduldig. Ich hatte keine Lust mehr auf die zehnte einfahrende U-Bahn, Thomas sollte bitte endlich aufstehen!

Voller Ungeduld redete ich weiter auf ihn ein: nichts. Dann wurde ich irgendwann wütend. Ich habe ihn dann mit voller Kraft hochgezerrt und versucht, seine Beine auf den Boden zu stellen. Er sollte sich endlich hinstellen. Dabei wurde Thomas natürlich auch wütend, denn er wollte nicht gehen – welche Beweggründe auch immer er hatte. Ich versuchte, ihn mit Zwang zum Gehen zu bringen – als Reaktion wurde er aggressiv und schlug mich. Wenn Thomas mich schlägt, kann das sehr schmerzhaft sein, und dem Reflex, sich zu wehren, nicht nachzugeben, ist schwer. (…) Schliesslich waren wir beide fix und fertig. Ich habe meinen Mann angerufen und gebeten, dass er uns mit dem Buggy abholt. Durch Thomas' Verhalten habe ich ein Wechselbad der Gefühle erlebt. Es entwickelte sich eine Gefühlsspirale. Thomas zeigte ein nicht gewünschtes und nicht erwartetes Verhalten. (…) Geschieht das alles in der Öffentlichkeit, kommt hier noch das Schamgefühl auf, wenn andere schauen, was denn da los ist.

«Wenn die negativen Gefühle langsam abflauten, schämte ich mich für mein unbeherrschtes Verhalten.»

Katrin Adler

(…) Mein falscher Ehrgeiz, Thomas irgendwie dazu zu bewegen, aufzustehen und nach Hause zu gehen, hat bewirkt, dass ich ihn mit allen Mitteln hinzustellen versucht habe – auch mit Gewalt. Das war natürlich fatal. Durch meine Anforderungen an ihn erzeugte ich bei Thomas Unwille, Unsicherheit, vielleicht sogar Angst; er wurde seinerseits aggressiv. Als Thomas mich dann körperlich attackierte, sah ich rot – und aus meiner Wut wurde Aggression. Irgendwann gab ich auf, Thomas' Willen brechen zu wollen – Resignation machte sich breit. Wenn die negativen Gefühle langsam abflauten, schämte ich mich für mein unbeherrschtes Verhalten. Oft genug bin ich nach diesem Gefühlschaos in Tränen ausgebrochen. Mein und auch Thomas' schönes Gefühl des Ausflugs waren verschwunden.

(…) Thomas' Verhalten hat sich nach dem Klinikaufenthalt nicht geändert – aber unsere Haltung ihm gegenüber dafür umso mehr. Sein emotionaler Entwicklungsstand ist mithilfe des Schemas der emotionalen Entwicklung, kurz SEO (siehe Dies & Das), bestimmt worden. Nach der Auswertung der Ergebnisse stand fest: Thomas' emotionaler Entwicklungsstand liegt bei sechs bis 18 Monaten. Das heisst: Für Thomas ist das Wichtigste, dass seine Grundbedürfnisse befriedigt werden – Schlaf-Wach-Rhythmus, Essensrhythmus und Nahrungsverwertung. (…) Da steckt also ein Baby in einem Teenagerkörper! Und ich habe versucht, dieses «Baby» in Normen und Regeln des sozialen Lebens zu pressen, indem ich sein Verhalten regulieren wollte. Dadurch habe ich fehlangepasstes Verhalten – insbesondere Aggression – verursacht. (…)

Seither behandeln wir Thomas in vielen Situationen wie ein Kleinkind – ja, fast wie ein Baby. (…) Natürlich zeigt er trotzdem noch auffälliges, manchmal sogar bewusst herausforderndes Verhalten, aber ich bewerte dieses nicht mehr als herausfordernd, sondern verstehe und akzeptiere, dass er sich genauso verhält, wie es ein kleines Kind im Alter von sechs bis 18 Monaten tut.

Ich verlange auch nicht mehr von mir, dass ich die Situationen, in denen Thomas ein auffallendes Verhalten zeigt, allein meistern muss. Ich gehe aus der Situation und hole mir Hilfe. Dadurch durchbreche ich die Spirale der negativen Gefühle wie Ungeduld, Scham, Wut oder Aggression. Wenn Thomas sich zum Beispiel im U-Bahnhof auf den Boden setzt, rufe ich gleich meinen Mann an und bitte ihn, uns mit dem Buggy abzuholen. Ich hocke mich dann neben meinen am Boden sitzenden Sohn und freue mich mit ihm über jede U-Bahn, die ein- und ausfährt. Wenn mein Mann dann kommt, schlägt sich Thomas vor Freude auf den Kopf und steigt in seinen Buggy. (…)

* Textausschnitte. Dieser Text wurde erstmals veröffentlicht in Gerhard Grunick, Nicola Maier-Michalitsch (Hrsg.): Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit Komplexer Behinderung, S. 144–153 (siehe Buchtipps).

Den Schalter irgendwie umlegen

Mit ihrem jüngsten Geschwister nimmt Simone vorsichtig Kontakt auf.

Von Sonja Berger*

Die Mutter von Simone erzählt, wie sie das herausfordernde Verhalten ihrer Tochter während vieler Jahre ertragen hat, bis sie nicht mehr konnte. Eine Lösung musste her und wurde zum Glück gefunden.

Zehn Jahre musste ich mich von meiner Tochter Simone buchstäblich «auseinandernehmen lassen». Sie kniff so oft und so fest, dass meine Arme jeweils grün und blau waren. Als Mutter fühlte ich mich wie ein Igel, der sofort seine Stacheln ausfährt, um sich zu schützen, sobald ich in ihre Nähe kam. Und das kam ich oft, da ich den Hauptteil der alltäglichen Pflege und Betreuung übernahm.

Als Simone zwölf Jahre alt war, daran erinnere ich mich gut, war ich so sehr am Ende meiner Kräfte, dass ich meinem Mann ein Ultimatum stellte: sie oder ich! Natürlich dachte ich nicht daran, ihn zu verlassen. Aber es war ein Hilferuf. So konnte es nicht weitergehen, ich hielt das nicht mehr aus.

Und es ging nicht nur mir so. Simone verhielt sich genauso herausfordernd gegenüber ihrem Vater und ihren drei Geschwistern – als diese noch Babys waren nicht, aber sobald sie ihr überlegen waren. Auch externe Betreuungspersonen wie die Kinderspitex oder die Familienhelferinnen von hiki fürchteten sich beinahe vor Simones Kneifen. Beim Windelwechseln mussten man eigentlich immer zu zweit sein. Im Entlastungsheim oder in der Tagesschule gerieten die Betreuenden oft an ihre Grenzen.

Die ersten ein, zwei Jahre mit Simone waren zwar anstrengend, aber nicht allzu schwierig. Sie wurde mit einer Cerebralparese geboren und hat eine sehr starke Spastik. Ihre Füsse waren immer wie verkrallt, die Zehen ganz verkrampft. Wir Eltern hatten schon länger den Eindruck, dass sie grosse Schmerzen haben musste. Und dass sie wegen dieser Schmerzen so aggressiv reagierte, sobald man sich ihr für die Körperpflege näherte oder mit ihr einen Therapie- oder Arzttermin wahrnehmen musste. Doch auch wenn wir immer mehr davon überzeugt waren, dass dies wirklich der Auslöser für ihr herausforderndes Verhalten war, mussten wir dafür erst eine Lösung finden.

Die behandelnde Ärztin am Kinderspital Zürich hatte von einem ganz neuen Einsatz einer Baclofen-Pumpe gegen die Spastik gehört und schlug vor, diese auszuprobieren. Um zu sehen, ob es überhaupt wirkt, machten wir vor der Implantation einen Versuch mit einmalig verabreichtem Baclofen. Kaum hatte Simone das bekommen, sah ich, wie ihre Füsse ganz weich wurden, sie war auch viel entspannter. Während der zwölf Stunden, in denen das Medikament wirkte, zeigte sie kein herausforderndes Verhalten. Deshalb entschieden wir uns für die Operation. Ich gab Simone sechs Monate, um zu schauen, ob sich ihr Verhalten bessert. Falls nicht, hätte ich eine Institution gesucht, denn ich konnte wirklich nicht mehr! →

«Zehn Jahre musste ich mich von meiner Tochter Simone buchstäblich ‹auseinandernehmen lassen›.»

Sonja Berger

«Als Simone zwölf Jahre alt war, daran erinnere ich mich gut, war ich so sehr am Ende meiner Kräfte, dass ich meinem Mann ein Ultimatum stellte: sie oder ich!»

Sonja Berger

Während der ersten drei Monate nach der Implantation der Pumpe hatte ich das Gefühl, sie nütze überhaupt nichts. Aber vermutlich waren Simones Verhaltensmuster in den zehn Jahren so eingefahren, dass sie automatisch abliefen, auch wenn sie keine Schmerzen mehr hatte. Auf jeden Fall erinnere ich mich noch genau an den Moment, der alles änderte: Ich setzte mich neben Simone und dachte sofort: «Oh nein, nicht aufgepasst, ich sitze viel zu nahe, und gleich kneift sie mich!» Als sich ihre Hand tatsächlich meinem Arm näherte, war ich aus einem anderen Grund überrascht: Simone streichelte mich. Wie wenn ein Schalter umgelegt worden wäre und sie sich endlich anders verhalten konnte!

Seither zeigt Simone kaum mehr herausforderndes Verhalten. Es gibt Situationen, in denen sie noch kneift, zum Beispiel wenn es ihr zu eng wird, sie sich von Reizen überflutet fühlt oder sie eine Bezugsperson einfach nicht mag. Aber wenn man das respektiert, dann geht es sehr gut mir ihr. Seit kurzem versucht sie, ihre Abneigung durch eine Geste wie «Wegschubsen» auszudrücken. Auch das ist ein grosser Fortschritt. Im Pigna, wo die inzwischen 19-Jährige seit knapp einem Jahr lebt, habe ich bis jetzt keine Klagen über herausforderndes Verhalten gehört. Dort bekommt sie viel Freiraum und Verständnis. Man kann Simone beispielsweise nicht einfach an den Tisch stellen und ihren Rollstuhl fixieren, damit sie isst. Sie fährt dabei lieber herum. Wenn man dieses Bedürfnis akzeptiert, isst sie problemlos. Wenn sie eine Bezugsperson nicht mag, war an früheren Orten der Anspruch, dass sie das einfach zu ertragen habe. Natürlich kniff sie dann umso mehr. Simone braucht viel Vertrauen in eine Betreuerin oder einen Betreuer. Hat sie dies, wehrt sie sich nicht.

Mein Fazit nach diesen 18 anstrengenden Jahren: Am wichtigsten ist, sich von Anfang an Hilfe zu holen, auch wenn das Kind noch ganz klein ist. Man denkt immer: «Es geht schon!», aber irgendwann kann man einfach nicht mehr. Man muss sich Freiräume schaffen, auch wenn diese kosten, zum Beispiel mit dem Entlastungsdienst, mit Ferienlagern, mit der Entlastung von hiki. Oder auch nur für ein paar Stunden dank der Unterstützung durch die Grosseltern. Diese Oasen erlauben es, wieder Kraft zu tanken.

* Aufgezeichnet von Vanda Mathis

Systemsprenger

NORA FINGSCHEIDT, 2019

Egal ob Pflegefamilie, Wohngruppe oder Schule, die neunjährige Benni fliegt sofort wieder raus: zu laut, wild und unberechenbar. Ein Film, der unter die Haut geht und die Hilflosigkeit von Benni und ihrem Umfeld schonungslos aufzeigt.

www.systemsprenger-film.de

Aggression

JESPER JUUL, 2014

Aggression ist unerwünscht: in unserer Gesellschaft und besonders bei unseren Kindern. Der bekannte Familientherapeut zeigt, was wir mit der Unterdrückung dieser legitimen Gefühle anrichten, wie wichtig es ist, diese zuzulassen, und wie wir mit ihnen konkret umgehen können.

www.fischerverlage.de

BUCH-/FILMTIPPS

(k)eine Alternative haben zu herausforderndem Verhalten?!

CLAUDIO CASTAÑEDA, NINA FRÖHLICH, MONIKA WAIGAND, 2019

Viele Menschen mit Kommunikationseinschränkungen zeigen herausforderndes Verhalten. Dieses Praxisbuch will Bezugspersonen helfen, durch langfristige Veränderungen im Alltag echte Alternativen zu finden. Zum Buch gibt es auf der Website viel Praxismaterial zum Downloaden.

www.ukcouch.de

Kommunizieren durch Berühren

URSULA BÜKER, 2014

Die Autorin zeigt, wie sie basale Förderprinzipien auf Kinder mit einer Behinderung anwendet, die herausfordernde Verhaltensweisen zeigen. Indem sie Verhalten und Körperlichkeit zusammen sieht, öffnet sie neue Entwicklungswege für diese Kinder und ihre Familien.

www.verlag.bvkm.de

Herausforderndes Verhalten von Menschen mit geistiger Behinderung

JACQUES HEIJKOOP, 2014

Der Autor zeigt neue Wege für die Begleitung von Menschen mit geistiger Behinderung und schwierigen Verhaltensweisen. Dabei liegt der Schlüssel im Aufbau vertrauensvoller zwischenmenschlicher Beziehungen.

www.beltz.de

Die Waldmänner

STEFAN LAUR, 2014

Jeden Tag, bei jedem Wetter ziehen Menschen mit einer Behinderung – und meist herausforderndem Verhalten – in den Wald, um dort im Auftrag des Försters die Natur zu pflegen. Im Wald finden sie Raum zur Entfaltung, Autonomie und eine sinnvolle Beschäftigung.

www.youtube.com > Die Waldmänner

Das Alter der Gefühle

TANJA SAPPOK, SABINE ZEPPERITZ, 2019 (2. AUFLAGE)

Bei einer geistigen Behinderung ist neben der kognitiven meist auch die (sozio-)emotionale Entwicklung beeinträchtigt, verzögert oder unvollständig – was zu schweren Verhaltensauffälligkeiten führen kann. Berücksichtigt man den emotionalen Entwicklungsaspekt, hilft das, diese zu verstehen und besser damit umzugehen. Das Buch wurde für die zweite Auflage überarbeitet und an das neue Diagnostikinstrument SEED angepasst.

www.hogrefe.com

Herausforderndes Verhalten bei Menschen mit Komplexer Behinderung

GERHARD GRUNICK, NICOLA MAIER-MICHALITSCH, 2017

Verhalten hat immer einen Grund – und auch einen Sinn. Davon ausgehend bietet dieses Buch theoretisches Wissen, Berichte aus der Praxis und Hilfen für den Alltag im Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen.

www.verlag.bvkm.de

Herausforderndes Verhalten vermeiden

BO HEJLSKOV ELVÉN, 2017 (2. AUFLAGE)

Eine neue, inspirierende Sicht auf herausforderndes Verhalten: Dieses Buch zeigt auf, dass eine ungünstige Umgebung oder unrealistische Anforderungen häufig die Auslöser dafür sind. Der praktische Leitfaden schlägt einfache und effektive Strategien vor, um mit Problemsituationen umzugehen und das Verhalten zum Positiven zu verändern.

www.dgvt-verlag.de

Wenn sie anders könnten, würden sie

Von Vanda Mathis

«Menschen, die sich richtig verhalten können, werden es auch tun.» Dieser oft zitierte Satz von Bo Hejlskov Elvén bringt eine neue Herangehensweise auf den Punkt. Was versteht man unter herausforderndem Verhalten? Und wie kann man damit umgehen? Um diese und weitere Fragen geht es im folgenden Text.

Aggressionen gehören zum Menschen. Der bekannte Familientherapeut Jesper Juul schrieb in seinem Buch über kindliche Aggression, wie wichtig es sei, die Notwendigkeit und den Nutzen dieses starken Gefühls anzuerkennen. Ohne Aggression sei der Mensch nicht fähig, Karriere zu machen, guten Sex zu haben und Träume zu verwirklichen. Wut ist eine natürliche Reaktion auf einen körperlichen oder seelischen Schmerz. Ein Antrieb, sich zu wehren, etwas zu ändern, etwas zu erreichen. Alle Kinder durchlaufen Phasen wie das Trotzalter oder die Pubertät, in denen sie vorübergehend mehr aggressives Verhalten zeigen. Bei Kindern mit einer Behinderung ist dies allerdings häufiger, intensiver und meist über einen längeren Zeitraum der Fall. Im Folgenden geht es vor allem um diese Form von Aggression.

Aggressives oder auffälliges Verhalten wird heute meist als herausforderndes Verhalten bezeichnet. Dieser Begriff leitet sich vom international verwendeten Challenging Behaviour ab, der die besondere Herausforderung (challenge) für das soziale Umfeld beim Einordnen dieses Verhaltens betont. «Herausforderndes Verhalten ist ein Verhalten, das den Menschen um die betreffende Person Probleme bereitet», definiert es Bo Hejlskov Elvén in seinem viel beachteten Buch*.

Wir sind also herausgefordert. Aber warum? Weil dieses Verhalten stört, nervt, in der Öffentlichkeit vielleicht peinlich ist, weil wir uns dadurch provoziert fühlen oder gar psychisch oder physisch verletzt werden. Dazu kommt ein Gefühl der Ohnmacht, weil alles, was wir bis jetzt gegen dieses Verhalten unternommen haben, nichts genützt hat. Eltern und andere Bezugspersonen sind damit oft überfordert, was völlig nachvollziehbar ist, da auch Fachkräfte hier nicht selten an ihre Grenzen stossen. Die Person, die das herausfordernde Verhalten zeigt, ändert es nicht von sich aus. Entweder hat sie keinen Grund, dies zu tun, weil es für sie sinnvoll ist und kein Problem darstellt. Oder sie hat gar nicht die nötigen Kompetenzen, um sich anders zu verhalten.

Vielfältige Formen und Gründe

Zu den herausfordernden Verhaltensweisen zählen Geräusche, Schreien, Weinen, Schimpfwörter, Drohungen, (Auto-)Aggression – zum Beispiel wenn jemand beisst, sich oder andere schlägt, kratzt, den Kopf gegen Gegenstände haut, sich die Haare ausreist (Trichotillomanie) – und Sachaggressionen – zum Beispiel wenn jemand Geschirr zerschlägt oder Dinge herum wirft –, dann Gereiztheit, Wutausbrüche, sexuelle Auffälligkeiten, Einnässen, Einkoten, Kotschmieren, Essstörungen, zwanghaftes Verhalten, aber auch Apathie, Rückzug, Stereotypien, Verweigerung und Weiteres. Sogenannte externalisierende, also gegen aussen gerichtete Verhaltensweisen sind für alle im Umfeld herausfordernd. Sie fallen auf, stören, verstören oder machen manchmal sogar Angst. Internalisierende, gegen innen gerichtete Verhaltensweisen wie Rückzug und Passivität sind weniger störend, für die betreffende Person häufig aber genauso problematisch.

Häufige Gründe für herausforderndes Verhalten sind nach Elvén zu hohe Anforderungen an Verhaltenssteuerung, kommunikative Fähigkeiten, Überblick, Geduld, Flexibilität oder Empathie. Menschen mit einer kognitiven Behinderung haben ausserdem oft wenig zentrale Kohärenz (Wahrnehmung von zu vielen Details, sensorische Überempfindlichkeit), eine schwach ausgeprägte Theory of Mind (Empathie, Perspektivenwechsel) sowie Probleme mit den exekutiven Funktionen (Emotions- und Impulskontrolle, Handlungsplanung). Dazu kommen eingeschränkte Kommunikationsmöglichkeiten: Wer Sprache nicht ausreichend nutzen kann, «dem bleibt oft nur das Verhalten, um sich auszudrücken», stellen Castañeda, Fröhlich und Waigand fest. All diese Faktoren erhöhen die Wahrscheinlichkeit für herausforderndes Verhalten.

Wut ist eine natürliche Reaktion auf einen körperlichen oder seelischen Schmerz – ein Antrieb, sich zu wehren, etwas zu ändern, etwas zu erreichen.

In ihrem Praxisbuch unterscheiden sie zwölf verschiedene Funktionen von herausforderndem Verhalten. Es kann dabei helfen, eine Person zu steuern oder Effekte auszulösen, etwas zu fordern oder abzulehnen, Kontakt aufzunehmen und Aufmerksamkeit zu erreichen, die Kontrolle zu behalten, Unwohlsein auszudrücken, unangenehme Wahrnehmungen zu überlagern oder zu vermeiden. Herausforderndes Verhalten kann der Stimulation oder Regulation dienen, aufgrund von Missverständnissen entstehen oder Ausdruck einer Krise sein. Einen weiteren wichtigen Grund für herausforderndes Verhalten sieht Jacques Heijkoop in mangelnder Selbstwirksamkeit. Diese Aufzählung zeigt, wie komplex herausforderndes Verhalten ist. Castañeda, Fröhlich und Waigand beschreiben obige Punkte sehr anschaulich, ebenso die entsprechenden Reaktionsmöglichkeiten. Je nachdem, welchen Auslöser oder welche Funktion das Verhalten hat, gibt es andere Ansatzpunkte, um das herausfordernde Verhalten zu vermeiden oder damit umzugehen. In ihrer UK-Ideenkiste (UK = Unterstützte Kommunikation) stellen die Autorinnen und Autoren viel praktisches Material zum Thema zur Verfügung (siehe Buchtipps). →

Auch wenn herausforderndes Verhalten von der Umwelt häufig als Provokation der betroffenen Person interpretiert wird, ist dies oft nicht das tatsächlich zugrunde liegende Motiv. Um überhaupt provozieren zu können, sind kognitive Leistungen nötig, über die viele Menschen mit kognitiven Einschränkungen nicht verfügen. Diese Auffassung teilt auch Elvén, wie das eingangs erwähnte Zitat zeigt.

Berg-und-Tal-Fahrt der Erregung

In seinem Buch entwirft Elvén in Anlehnung an Breakwell (siehe S. 22) ein Stressmodell, um herausforderndes Verhalten zu erklären. Im Normalzustand ist das Erregungsniveau tief, treten Stressfaktoren auf, erhöht es sich. Nähert sich eine Person der Auslösephase, gibt es Warnsignale. Die Person ist noch in der Lage, das Erregungsniveau über Regulationsstrategien zu senken. Wir nutzen häufig mentale Strategien wie tief durchzuatmen, bis zehn zu zählen, sich etwas Schönes vorzustellen, Menschen mit kognitiven Behinderungen hingegen eher regulierende Verhaltensweisen (Oberkörperschaukeln, Wedeln, Lautieren, Schreien, Rennen). Die können für andere Menschen herausfordernd sein, helfen der betreffenden Person aber, ihr Erregungsniveau zu senken. Gelingt dies nicht, folgt eine Krise, ein Overload oder Meltdown: Die Person «rastet aus», es kommt zur Selbst- oder Fremdverletzung, zur Zerstörung von Gegenständen oder zu einer Erstarrung der Person.

Viele Stressauslöser wie Langeweile, warten zu müssen, Schmerzen, plötzliche Geräusche, unerfüllbare Anforderungen, Frustrationen und so weiter sind bekannt. Elvén fügt neben diesen situativen Stressfaktoren noch lang andauernde hinzu: Schlafprobleme, Überempfindlichkeit gegenüber Reizen, schwache zentrale Kohärenz verbunden mit unstrukturierter Umgebung, Schwierigkeiten mit der Impulskontrolle, schmerzhafte Grunderkrankungen usw. Ist der Grundstresslevel dadurch erhöht, braucht es wenig, bis die Grenze für das Auftreten von herausforderndem Verhalten erreicht ist. Einfach ausgedrückt: Wenn jemand schon müde und gereizt ist, explodiert er wegen jeder Kleinigkeit.

Auslöser vermeiden, Eskalationen verhindern

Je besser es gelingt, sich in die Besonderheiten in Wahrnehmung, Kommunikation und Verhalten der Betroffenen einzufühlen und sie zu verstehen, desto eher kann man mit dem eigenen Verhalten, mit dem Angebot passender Hilfsmittel oder der Förderung der Kommunikation helfen, herausforderndes Verhalten zu vermeiden oder zu vermindern.

Auch wenn herausforderndes Verhalten von der Umwelt häufig als Provokation der betroffenen Person interpretiert wird, ist dies oft nicht das zugrunde liegende Motiv.

Um herausforderndes Verhalten zu verstehen, schlägt Heijkoop vier Punkte vor: erstens die Form: Wie sieht das Problemverhalten aus? Kennt man den Auslöser? Kann man dem Problemverhalten zuvorkommen? Zweitens die Frequenz: Wie häufig kommt es in bestimmten Situationen vor? Drittens die Intensität: Mit wie viel Kraft wird das Verhalten ausgeführt? Viertens die Verbreitung: Wie sehr berührt das Problemverhalten das übrige Leben des Betroffenen?

Körperkontakt statt Distanz hilft manchmal, herausforderndes Verhalten zu vermindern.

Kinder mit herausfordern-dem Verhalten muss man oft vor sich selbst schützen.

Gelingt es nicht, die Auslöser zu vermeiden, dann ist besonders in einer Krisensituation ein unaufgeregter Umgang die beste Lösung (Low-Arousal-Ansatz). Man sollte Blickkontakt und Berührungen vermeiden, um zusätzliche Stressfaktoren zu umgehen, keine Stärke demonstrieren – zum Beispiel sich setzen, um kleiner zu wirken, seitlich stehen –, ruhig und unaufgeregt sprechen, möglichst kontrolliert, strukturiert und vorhersehbar reagieren, warten, umlenken oder ablenken und Verständnis für den Auslöser demonstrieren und kommunizieren, gegebenenfalls mit Unterstützter Kommunikation.

Das Schwierigste ist, Verhaltensweisen wie Beissen, Schlagen, Spucken, Kratzen, Beschimpfungen nicht als persönliche Provokation wahrzunehmen und stattdessen die eigenen Emotionen zu regulieren. Das ist entscheidend, denn die übertragen sich auf das Gegenüber. Bemerkt ein Mensch mit herausforderndem Verhalten, dass die Bezugsperson in Aufregung oder gar Panik gerät, wird es für ihn unerträglich. Je ernster die Krise, umso genauer scheint er die Emotionen der Betreuenden wahrzunehmen und sich davon anstecken zu lassen. Sind die Betreuenden unsicher oder gar verängstigt, führt das fast sicher zu problematischem Verhalten. Soll ein Kind oder ein Jugendlicher mit Behinderung ruhig bleiben, müssen Eltern oder Betreuende wegen dieser Gefühlsansteckung selbst ruhig bleiben. Keine leichte Aufgabe in einer Stresssituation! Man sollte sich überlegen, was einem dabei hilft: durchatmen, zählen, kurz weggehen – ausser es droht eine akute Selbst- oder Fremdgefährdung – oder falls möglich um Ablösung bitten.

Auch körperorientierte Zugänge können bei herausforderndem Verhalten weiterführen. Besonders Ursula Büker hat den von Andreas Fröhlich entwickelten Ansatz der Basalen Stimulation in diesem Kontext angewandt und viele positive Erfahrungen gesammelt, die sie in ihrem Buch beschreibt.

Erziehungsmethoden anpassen

«Normale» Erziehungsmethoden wie konsequent zu sein, Belohnungen oder Bestrafungen funktionieren bei Kindern mit einer Behinderung nur bedingt. Beispielsweise spricht das, was Elvén prägnant als «Eiscreme ist besser als Streit» ausdrückt (Ablenkung, nachgeben), gegen die normale pädagogische Intuition. In einer Eskalation geht es jedoch nicht darum, sich in einem Machtkampf durchzusetzen, sondern dem betroffenen Kind oder Jugendlichen zu helfen, wieder daraus herauszukommen. Die Befürchtung, dass man es gerade damit für sein herausforderndes Verhalten belohnt und dieses verstärkt, hält Elvén für unbegründet. Wenn es so einfach wäre, könnte man auch positives Verhalten leicht mit Belohnungen verstärken. Aber die Wahrnehmungs- und Repräsentationsschwierigkeiten bei einem kognitiv behinderten Kind erschweren diesen Lernprozess. Deshalb wirken auch Strafen nicht wirklich.

Das Schwierigste ist, Verhaltensweisen wie Beissen, Schlagen, Spucken, Kratzen oder Beschimpfungen nicht als persönliche Provokation wahrzunehmen.

Zusammenfassend lässt sich sagen: Herausforderndes Verhalten ist ein Kommunikationsversuch, der nicht negativ bewertet werden sollte. Und jedes Verhalten hat einen Sinn. Es liegt an uns, diesen zu entschlüsseln und die Gründe zu verstehen. Ziel aller Bemühungen sollte es sein, Kindern und Jugendlichen mit herausforderndem Verhalten beim Erlangen und Erhalten ihrer Selbstkontrolle zu helfen. Wir müssen lernen, sie zu begleiten, statt uns in ein Gerangel mit ihnen hineinziehen zu lassen.

* Quellenangaben: siehe Buchtipps

Deeskalation

Unter Deeskalation versteht man das Durchbrechen einer bestehenden oder sich anbahnenden Aggressionsphase. Anhand des Breakwell-Modells wird dies hier kurz erklärt.

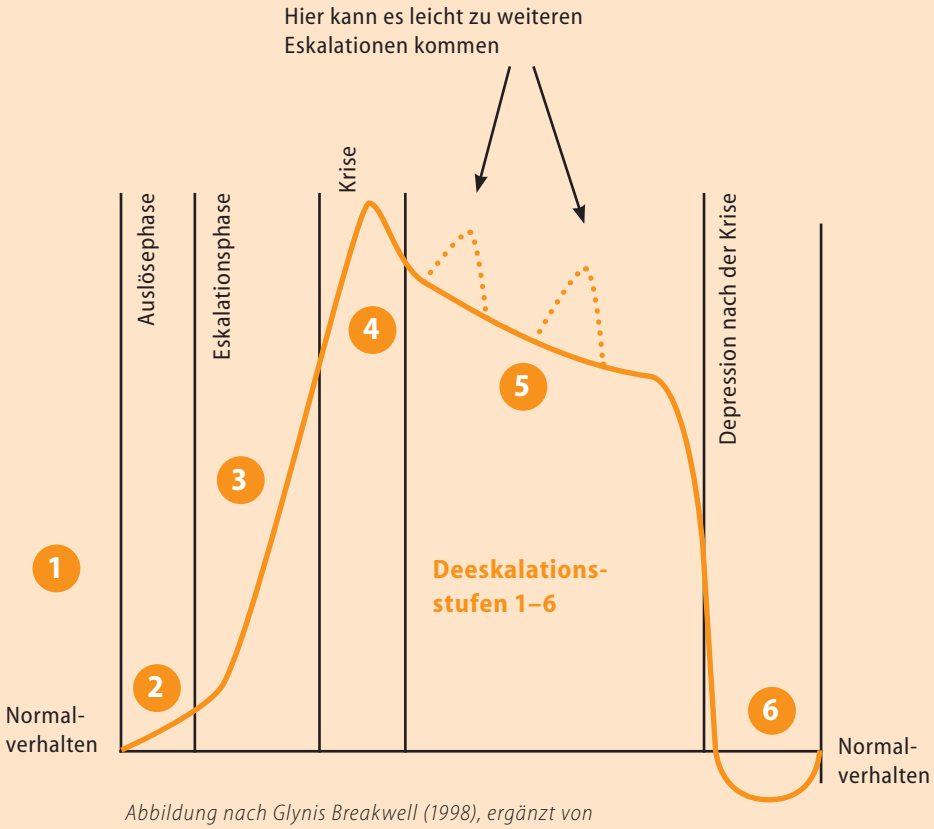


Abbildung nach Glynis Breakwell (1998), ergänzt von Sonja Gross (2019)

In den meisten Fällen erfolgt ein Wutausbruch nicht plötzlich. Glynis Breakwell* hat Gewaltausbrüche in vielen verschiedenen Situationen untersucht und ein Modell dazu entwickelt, wie sie typischerweise ablaufen: Zuerst gibt es eine Auslösephase, dann eine Eskalationsphase, in der sich schon erste Anzeichen erkennen lassen, gefolgt von der Krise beziehungsweise dem Gewaltausbruch. In jeder Eskalationsphase gibt es angepasste Handlungsmöglichkeiten, um die Situation zu entschärfen. Fast alle Deeskalationsmethoden richten sich danach.

Verminderung aggressionsauslösender Reize

In der Auslösephase geht es darum, alles, was zu unnötigem Stress führt, zu vermeiden: lange Wartezeiten, Hitze und Lärm, Unsicherheit, Zeitdruck, unrealistische Anforderungen. Auch Dinge, die da sind, die man jedoch nicht bekommt, können Frustration und Aggressivität fördern, zum Beispiel herumstehende Kekse, die man nicht essen darf, oder eine Game Station, die man nicht benutzen darf. Auch strukturelle Gewalt kann aggressionsfördernd sein, das Erleben von Selbstbestimmung und Entscheidungsmöglichkeiten wirkt hingegen deeskalierend. Ist eine Person wütend, kann sie weitere Personen anstecken, denn durch die Spiegelneuronen im Gehirn übertragen sich Emotionen von Mensch zu Mensch. Auch gestresste Betreuungspersonen haben diese Wirkung.

Früherkennung

Deeskalierende Massnahmen sind umso erfolgreicher, je früher man eine drohende Eskalation erkennt. Vor fast jeder Eskalation gibt es Frühwarnzeichen: ein angespanntes Gesicht, eine lautere Stimme, Emotionen wie Ärger oder Frustration. Die einen ziehen sich zurück, wenn es ihnen nicht gut geht, andere reden besonders viel oder wirken angespannt. Auf dieser Stufe bemerken Betroffene ihre erhöhte Erregung noch nicht, aber für Aussenstehende ist sie schon wahrnehmbar.

Verbale Deeskalation

Erhöht sich das Erregungsniveau weiter, droht die Situation zu eskalieren. Ziel in dieser Phase ist es, dem Betroffenen und sich selbst zu helfen, aus der Situation rauszukommen. Dabei ist es wichtiger zu deeskalieren, als sich durchzusetzen. Die betreuende Person sollte zwei Dinge reflektieren: Wie wirkt der andere auf mich? Was löst sein Verhalten bei mir aus? Wichtig ist, sich bewusst zu machen, dass Beschimpfungen und Beleidigungen in dieser Phase die Notlage des Menschen ausdrücken und nicht persönlich gemeint sind. Auf der anderen Seite sollte man überlegen: Wie wirke ich auf den anderen? Welche Gefühle löse ich mit meiner Körperhaltung, Mimik oder Gestik aus?

Es empfiehlt sich, Distanz einzuhalten, eine seitliche Körperhaltung einzunehmen, keine ruckartigen Bewegungen zu machen und aufdringlichen Augenkontakt zu vermeiden. Gefühle der betroffenen Person sollen anerkannt und akzeptiert werden, zum Beispiel nicht: «Schrei nicht rum!», sondern: «Ich merke, wie wütend du gerade bist. Ich verstehe das. Ich will dir helfen.» Belehrungen oder auf die Person einzureden, bringt nichts, denn in diesem emotionalen Zustand ist sie nicht aufnahmefähig. Zwei bis drei Sätze sollten reichen. Manchmal helfen Fragen nach einem lösungsorientierten Ansatz wie: «Was hilft dir jetzt? Was wäre deiner Meinung nach der nächste Schritt?» Wenn die Person selbst nicht weiss, was ihr guttut, sollte man ein Angebot machen. Je nach Person und Situation kann es hilfreich sein, in einen anderen Raum zu gehen, sich zu bewegen, zu spazieren, sich mit Musik abzulenken, eine Atemübung zu machen oder ein Glas Wasser zu trinken.

ProDeMa®

Dieses 2006 von Ralf Wesuls in Deutschland gegründete Institut verfolgt das Ziel, Mitarbeitenden des Gesundheits- und Sozialwesens professionelles Handeln im Umgang mit Aggression und Gewalt zu vermitteln. Neben berufsbegleitenden Ausbildungen, Fortbildungen und Trainerweiterbildungen wird jeweils auch eine ProDeMa-Fachtagung organisiert.

www.prodema-online.de

Sicherheit herstellen

Steigert sich die Situation trotzdem weiter bis zur Krise, ist das vorrangige Ziel, Sicherheit herzustellen und Schaden zu vermeiden. Auf keinen Fall sollte man sich auf einen Kampf einlassen, selbst wenn Sachen kaputtgehen und man stärker ist. Personen, die in der Nähe sind, sollten sofort aus dem Raum gebracht und Fluchtwege für den Notfall freigehalten werden. In dieser Phase ist es wichtig, andere zu Hilfe zu holen und gegebenenfalls eingeübte Festhaltetechniken anzuwenden, um selbst- und fremdverletztendes Verhalten zu verhindern.

Cool-down

Nach der Krise folgt die Erholungsphase, wobei das Erregungsniveau nicht sofort auf den Normalzustand sinkt, sondern noch ein bis zwei Stunden stark erhöht bleibt. In dieser Zeit kann es leicht zu weiteren Eskalationen kommen, wenn die betroffene Person wieder einem Auslöser ausgesetzt wird.

Nachbetreuung

Das Erregungsniveau sinkt in dieser Phase unter den Normalzustand ab und es kommt zur «Depression nach der Krise» mit Gefühlen wie Trauer, Scham oder Verleugnung. Die betroffene Person soll dabei unterstützt werden, wieder zum Normalzustand zurückzukehren. Wichtig ist es auch sicherzustellen, dass es nicht zu einem Abbruch der Beziehung kommt, die in der Krise stark belastet wurde. Um dies zu zeigen, kann man der Person etwas Gutes tun und fragen, wie es ihr geht.

Nachbearbeitung

Erst wenn der Normalzustand erreicht ist, kann eine Nachbesprechung erfolgen. Denn erst jetzt ist die Person wieder richtig aufnahmefähig und kann die Informationen verarbeiten. Auch eine Nachbesprechung im Team ist hilfreich, um den Verlauf zu besprechen, Früherkennungszeichen festzuhalten und die ergriffenen Deeskalationsmassnahmen auszuwerten. Um für ein nächstes Mal besser gewappnet zu sein, sollten die Schlussfolgerungen gut dokumentiert werden.

* Glynis M. Breakwell (1998): Aggression bewältigen. Umgang mit Gewalttätigkeit in Klinik, Schule und Sozialarbeit, Huber, Bern.

DEKIM®

Das Deeskalationstraining und Krisenmanagement bei Menschen mit geistiger Behinderung befähigt Betreuende, in akuten Krisensituationen einen professionellen und wertschätzenden Umgang mit Menschen verschiedener Behinderungsformen und Behinderungsgrade zu haben. Es vermittelt verbale und nonverbale Kommunikationsfähigkeiten sowie streng defensive körperliche Selbst- und Fremdschutztechniken. Die Website stellt zahlreiche Fachartikel, Checklisten, Tests, Dokumentationsbögen und Videos zur Verfügung.

www.fobiport.de

Wilde Rosen

Unter diesem Begriff haben Bettina Specht und Andreas Walter ein gewaltfreies Konzept für die Begleitung von Menschen mit herausforderndem Verhalten entwickelt. Dieses basiert auf der Humanistischen Psychologie und versteht die Emotionen Wut und Ärger als wichtigen Teil des Gefühlslebens. Aber kaum jemand hat gelernt, mit diesen Gefühlen sinnvoll umzugehen. Deshalb braucht es ein je nach Person angepasstes Angebot, um Wut auf sozial verträgliche Art auszudrücken, ohne jemanden zu verletzen. Der Ansatz «Wilde Rosen» zeigt Grenzen beim Aggressionsausdruck auf und lässt gleichzeitig einen Freiraum für den Ausdruck zu. Entscheidend ist die innere Haltung: Statt sich in einen Machtkampf zu verwickeln, ist man für die angreifende Person da, bietet emotionale Begleitung an und zeigt akzeptable Wege, um mit Wut umzugehen. Dadurch entstehen Vertrauen und gesunde Autorität.

abseminare@gmx.de

Rechtliches

Menschen, die sich herausfordernd verhalten, üben oft Gewalt aus. Häufig erleben sie deshalb auch Gewalt durch andere als Gegenreaktionen auf ihr Verhalten, zum Beispiel Einschränkungen der Bewegungsfreiheit, Fixierungen und so weiter. Wie und wann diese angewendet werden dürfen, ist rechtlich klar geregelt.

In Wohn- und Betreuungseinrichtungen sind Kinder, Jugendliche und erwachsene Menschen mit einer Behinderung mit vielfältigen Formen von Einschränkungen konfrontiert, ganz besonders, wenn sie herausforderndes Verhalten zeigen. Diese Einschränkungen beginnen bereits im Kleinen und wirken rasch alltäglich. Institutionen befinden sich in einem Spannungsfeld zwischen der Wahrnehmung des Betreuungsauftrags und der Gewährleistung des Rechts auf persönliche Freiheit. Die Bundesverfassung schützt die Freiheitsrechte, insbesondere die körperliche und geistige Unversehrtheit und die Bewegungsfreiheit (SR 101 Art. 10), sowie die Persönlichkeit gegen Verletzungen (SR 201 und ZGB Art. 28).

Freiheitsbeschränkende Massnahmen (FbM)

greifen in die physische oder psychische Unversehrtheit ein und erfolgen ohne Zustimmung oder gegen den (bei erschwerter Kommunikation gegen den mutmasslichen) Willen der betroffenen Person. Sie umfassen Freiheitseinschränkende Massnahmen (FeM) und Bewegungseinschränkende Massnahmen (BeM). Die medikamentöse Bewegungseinschränkung (Ruhigstellen) fällt hingegen unter die Medizinischen Massnahmen (MeM). FbM sind immer als letztes Mittel zu betrachten für den Fall, dass keine milderen Massnahmen ausreichen.

Freiheitseinschränkende Massnahmen (FeM)

umfassen auch Autonomieeinschränkungen oder Massnahmen zur Regelung des Zusammenlebens. Dazu gehören in Institutionen zum Beispiel die Schliessung der Tür in der Nacht, der Zwang zum gemeinsamen Essen auf der Wohngruppe, ein abgeschlossener Kühlschrank, Einschränkung von Kommunikationsmitteln und Medien, Kleidervorschriften. Von den betroffenen Personen werden diese Situationen als Einschränkung erlebt und müssen rechtlich gut begründet sein.

Bewegungseinschränkende Massnahmen (BeM)

wie Sitzgurte, Zewi-Decken, Bettgitter dürfen nur dann zum Einsatz kommen, wenn weniger einschneidende Massnahmen nicht ausreichen (ZGB Art. 383 ff.). Sie dienen dazu, eine ernsthafte Gefahr für das Leben oder die körperliche Integrität der betroffenen Person oder Dritter abzuwenden oder eine schwerwiegende Störung des Gemeinschaftslebens zu beseitigen. Die betroffene Person und ihre medizinische Rechtsvertretung kann bei BeM jederzeit schriftlich Beschwerde bei der Behörde (Kesb) am Sitz der Einrichtung einreichen (ZGB Art. 385).

Bei der Einführung des neuen Kindes- und Erwachsenenschutzrechts 2013 wurde die Handhabung der BeM im Kinder- und Jugendbereich im Gegensatz zum Erwachsenenbereich nicht auf gesetzlicher Grundlage geregelt. Doch auch hier stellen BeM einen Eingriff ins Grundrecht dar. Die gesetzliche Vertretung muss zwingend schriftlich ihre Zustimmung erteilen. Eine BeM im Kindes- und Jugendbereich gelangt nur im Falle einer Gefährdungsmeldung an die Kesb.

Medizinische Massnahmen (MeM)

umfassen Behandlungen gegen den Willen einer Person. Eine Ärztin oder ein Arzt muss diese schriftlich verordnen (ZGB Art. 377 ff.). Alle oben genannten Massnahmen müssen transparent angeordnet, protokolliert, laufend überprüft und an die Situation angepasst werden.

Andererseits haben Kinder mit einer Behinderung ein grösseres Risiko, Opfer von Gewalt zu werden, als Kinder ohne Behinderung – dies haben gemäss einer Übersicht der Stiftung Kinderschutz Schweiz zahlreiche Studien gezeigt. Sie können ihre eigenen Bedürfnisse weniger gut ausdrücken, haben mehr Mühe, ihre Grenzen aufzuzeigen, und laufen deshalb eher Gefahr, Gewalt in allen Formen zu erleben. Der grössere Betreuungsaufwand, die erschwerte Beziehung zum behinderten Kind oder das als schwierig erlebte Verhalten des Kindes bringt einige Bezugspersonen – Eltern wie auch professionelle Betreuende – dazu, ein behindertes Kind zu misshandeln. Fachpersonen übersehen die Anzeichen auf Misshandlung oder Vernachlässigung bei behinderten Kindern leichter. Kinder und Jugendliche mit Behinderungen haben aber selbstredend die gleichen Rechte auf Unversehrtheit und Schutz wie alle anderen Kinder. Die Kinderrechtskonvention gilt natürlich auch für sie.

Selbstschutz geht immer vor

Mit Yildiz Ünver* sprach Vanda Mathis

Herausforderndes Verhalten begegnet den Mitarbeitenden der Kinder-Reha Schweiz in ihrer täglichen Arbeit häufig, besonders bei Kindern oder Jugendlichen mit Verletzungen des Frontalhirns oder mit kognitiver Beeinträchtigung. Wie das Team einen guten Umgang damit gefunden hat, erzählt die Psychologin Yildiz Ünver.

Die Kinder-Reha Schweiz in Affoltern am Albis hat als eine der ersten Institutionen in der Pädiatrie ein systematisches Aggressionsmanagement aufgebaut. Wie kam es dazu? Yildiz Ünver erinnert sich an den Jungen, der sozusagen der letzte Tropfen im Fass war und es zum Überlaufen brachte: Als Folge eines Schädel-Hirn-Traumas hatte er ein sehr schweres Frontalhirnsyndrom, das seine Impulskontrolle und Selbststeuerung stark beeinträchtigte. Andere Fähigkeiten waren nicht betroffen, er konnte laufen, sprechen, lernen. Aber wenn er aus irgendeinem Grund wütend wurde, verlor er die Kontrolle, wurde unglaublich aggressiv und verletzte sich und andere. Dies brachte die Betreuenden und zu Hause auch seine Eltern immer wieder an ihre Grenzen. Nach so einem Ausbruch weinte der Junge und es tat ihm wahnsinnig leid. Es gelang ihm aber nicht, sein Verhalten zu steuern.

Was könnte in so einer Situation hilfreich sein? Yildiz Ünver, damals als klinische Psychologin in der Reha tätig, und Anita Stooss, Pflegeexpertin APN, erhielten 2015 den Auftrag, eine Ausbildung als Trainerin Aggressionsmanagement NAGS zu absolvieren und ein Konzept für ein Aggressionsmanagement zu erarbeiten. Der Chefarzt Andreas Meyer-Heim und der Leiter Pflegedienst Luk De Crom setzten als Ziel, alle Mitarbeitenden mit direktem Patientenkontakt mit Grundkursen zu schulen und dadurch zu befähigen, sich in herausfordernden Situationen kompetent und handlungsfähig zu fühlen. Das Konzept war 2017 fertiggestellt, und seither wurden 80 Prozent der Mitarbeitenden geschult. Herausforderndes Verhalten ist ein interdisziplinäres Thema und betrifft Fachpersonen, aber beispielsweise auch den Hausdienst und natürlich die Eltern. Als Erstes wurden alle für das Thema sensibilisiert. Im Grundkurs erlernten sie verbale Deeskalationsmethoden und körperliche Interventionen wie Befreiungs- und Festhaltetechniken. Durch diesen systematischen Prozess, der nun schon einige Jahre verfolgt wird, ist die Kinder-Reha sehr weit im professionellen Umgang mit herausforderndem Verhalten. Im Kinderspital Zürich ist man gerade daran, die Mitarbeitenden flächendeckender zu schulen.

***Yildiz Ünver,**

Psychologin MSc, ist eidgenössisch anerkannte Psychotherapeutin und NAGS-Trainerin. Sie arbeitete elf Jahre im Psychologischen Dienst der Kinder-Reha Schweiz des Kinderspitals Zürich. Seither ist sie weiterhin im Kinderspital Zürich tätig und führt zusammen mit Anita Stooss die AY! Prävention Deeskalation Training GmbH.

www.ay-training.ch

Herausforderndes Verhalten aus Not

«Kneifen, Spucken, Beissen, mit den Füssen treten, mit Gegenständen werfen – diese und viele andere Verhaltensweisen bezeichnen wir als herausfordernd», erklärt Yildiz Ünver. «Warum? Weil sie eine Herausforderung für die Umgebung bedeuten und eine Reaktion verlangen. Um konstruktiv damit umgehen zu können, dürfen wir sie nicht verurteilen, sondern müssen Veränderungen möglich machen. Hinter herausforderndem Verhalten steht die Not des Kindes. In dem Moment stehen keine anderen Strategien zur Verfügung.» Meist geht es um Anforderungen, die ein Kind zu diesem Zeitpunkt nicht erfüllen kann.

Neben Anforderungen können Überforderung und Überförderung – zu viele Therapien und zu wenig therapiefreier Raum – Aggressionsauslöser sein, auch Termindruck oder allgemein stressige Situationen. Bei Kindern und Jugendlichen, die nicht kommunizieren können, sind es häufig auch Schmerzen oder ungestillte Grundbedürfnisse wie Hunger, Durst oder Müdigkeit. «Dass Reizüberflutung zu herausforderndem Verhalten führen kann, ist inzwischen allgemein bekannt. Aber dass es auch eine Reizüberflutung sein kann, wenn Kinder dauernd ‹besprochen› werden, wenn Eltern oder Betreuende ihnen dauernd alles erklären, sie sozusagen dauerbeschallt werden, das ist uns weniger bewusst. Gerade bei hirnorganischen Syndromen oder auch bei Cerebralparese kann dies aber eine Reizüberflutung bedeuten», erzählt die Psychologin von ihren Erfahrungen.

Zum Glück werde heutzutage der emotionale und der kognitive Entwicklungsstand immer öfter abgeklärt, zum Beispiel mithilfe des SEED (siehe Dies & Das), findet Yildiz Ünver. Die Abklärungsresultate zeigen die Diskrepanz zwischen einzelnen Entwicklungsbereichen auf. «Wenn sie das erstmals hören, fällt es Eltern, aber auch Fachpersonen oft wie Schuppen von den Augen», weiss die Psychologin. «Sie merken, dass die Kinder oder Jugendlichen gar nicht über die nötigen Regulationsmechanismen verfügen, die sie in Stresssituationen bräuchten. Körperlich sind sie vielleicht bereits in der Pubertät, vom Entwicklungsalter her aber eher noch wie ein Kleinkind. Meist verhalten sie sich eben nicht gewollt herausfordernd, sondern können gar nicht anders.»

Selbstschutz

Doch auch wenn das Kind nichts dafür kann, dass es sich so verhält, müsse man sich schützen. Im Umgang mit herausforderndem Verhalten stehe an erster Stelle, dass man sich selbst nicht wehtue und keinen Schaden nehme, betont die Psychologin. «Hier erlebe ich oft, dass sich zum Beispiel Eltern, aber auch Pflegende kneifen lassen, bis sie ganz blaue Arme haben. Sie sagen dann: ‹Das Kind versteht das nicht, es macht es nicht extra, das ist einfach so, also muss ich es ertragen.› Aber damit tun wir dem Kind Unrecht, denn wir geben ihm gar nicht die Chance, einen verträglicheren Umgang zu erlernen. Wird man körperlich angegriffen, soll man unbedingt zeigen, dass es wehtut, und Distanz schaffen.»

Damit wären wir bei einem zentralen Thema: Nähe und Distanz. Yildiz Ünver findet es wichtig, einen gesunden Abstand zu pflegen und sich immer zu fragen, welche Nähe eine Intervention braucht. Bei der Körperpflege kommt man einem Kind notgedrungen sehr nahe, aber es macht beispielsweise einen grossen Unterschied, ob man sich frontal nähert oder von der Seite. «Einem Jugendlichen mit spastischer Cerebralparese die Fussorthesen anzuziehen oder nur schon die Schuhe zu binden, kann ganz schön gefährlich sein, weil man leicht einen Fusstritt abbekommt. Positioniert man sich aber seitlich statt von vorne, ist man viel weniger in der Gefahrenzone.» Solche einfachen Tipps helfen im Pflegealltag oft sehr, die Situation zu entspannen.

Kratzt oder kneift ein Kind sich selber oder die Betreuungsperson, kann man auch auf Hilfsmittel zurückgreifen. Ein langärmliger, dicker Pulli zum Beispiel hilft schon viel. Selbstschutz sei ein ganz wichtiger Aspekt, betont Yildiz Ünver nochmals: «Ich erlebe oft, dass Pflegende und Angehörige sehr viel aushalten. Sie sagen, dass sei jetzt einfach so. Aber die eigene Sicherheit geht immer vor! Denn wenn sie sich nicht schützen, können mit der Zeit alle nicht mehr, dann wird es doof und das Kind oder der Jugendliche verliert alle Sympathien.» Eine Möglichkeit ist, dass man sich in der Betreuung abwechselt, denn nicht alle stört das Gleiche. So kann man sich entlasten. →

> «Auch wenn das Kind nichts dafür kann, dass es sich so verhält, muss man sich selbst schützen.»
>
> **Yildiz Ünver**

Systematisches Vorgehen

«Kommt es in Stresssituationen zu herausforderndem Verhalten, versuchen wir erst, verbal zu deeskalieren. Ganz wichtig dabei ist – besonders bei Kindern mit einer kognitiven Beeinträchtigung –, dass man knapp, klar und ruhig spricht», so Yildiz Ünver. «Wenn nichts mehr geht, dann muss man das Kind oder den Jugendlichen festhalten – aber immer körpernah, was für die Person angenehmer ist.» Das heisst, zum Beispiel die Arme am Körper des Kindes anlegen und nicht wegspreizen. «Hier kommen auch die sogenannten Befreiungstechniken zum Zuge: Wie kann ich mich befreien, wenn mich jemand hält, etwa am Arm, an den Haaren, an den Kleidern? Der Trick ist, nicht zu versuchen, die angreifende Hand wegzureissen, sondern eine Zugentlastung zu geben, zum Beispiel die Hand erstmals noch fester an sich zu pressen.» Es gibt verschiedene Techniken, wie man sich über den Daumen und mit sorgsamem Druck aus dem Griff befreien kann. «Das muss natürlich alles geübt werden, so auch die Festhaltegriffe», empfiehlt Yildiz Ünver. Es gibt fünf Basisgriffe, mit und ohne Festhalten, allein oder im schwierigsten Fall als Team. Direkt zu Beginn wird festgelegt, welche Person den Lead und damit auch die Kommunikation übernimmt. So wird verhindert, dass alle auf das Kind oder den Jugendlichen einreden und Unklarheiten entstehen.

Nach einer Eskalation ist eine Nachbesprechung ganz wichtig, um die Beziehung zu neutralisieren und Veränderung zu ermöglichen. Bevor man das machen kann, muss man aber lange genug warten, denn ein Cool-down braucht seine Zeit. Versucht man zu früh, den Konflikt zu klären, ist das Erregungsniveau noch zu hoch und eine Eskalation schnell wieder möglich.

> «Es gehört nicht zur Jobbeschreibung für Eltern von Kindern mit herausforderndem Verhalten, sich selbst verletzen lassen zu müssen.»
>
> **Yildiz Ünver**

Geschulter Umgang

Die Erfahrungen in der Kinder-Reha motivierten Yildiz Ünver und Anita Stooss dazu, Aggressionsmanagement auch für andere Institutionen im Gesundheits- und Sozialbereich anzubieten. Sie organisieren Basiskurse, Workshops, Fallbesprechungen und Praxisbegleitungen. Für Eltern bieten sie keine Einzelberatungen an. Aber wenn sich mehrere Eltern, zum Beispiel an einer Schule oder in einem Elternverein, zusammentun und einen Workshop organisieren möchten, dann übernehmen sie das sehr gern.

Für Eltern könne ein solcher Workshop sehr hilfreich sein: «Was mache ich, wenn mich mein Kind an den Haaren reisst? Wenn es sich beisst?» Es werden grundlegende Strategien für den Umgang überlegt und konkrete Befreiungstechniken angeschaut. Beobachtungsinstrumente wie der ABC-Bogen (siehe Dies & Das) können helfen, die Not des Kindes hinter dem herausfordernden Verhalten zu erkennen. Was braucht es? Was löst das Verhalten aus? Besonders wichtig ist dies bei selbstverletzendem Verhalten: Was steht dahinter? «Hier ist Kreativität gefragt: Kann ein Ärmel oder ein Helm helfen? Eine Ablenkung? Wie kann das Kind andere Regulationsmechanismen lernen? Oft ist es eine nicht ganz einfache Suche, bis man den Gründen auf die Spur kommt», weiss Yildiz Ünver.

Fachpersonen rät sie, die Eltern zu unterstützen. «Sie sollen den Eltern sagen, dass die Herausforderung wirklich sehr gross ist, und sie darin bestärken, dass sie Grenzen setzen dürfen und es okay ist, selber Grenzen zu haben. Es gehört nicht zur Jobbeschreibung für Eltern von Kindern mit herausforderndem Verhalten, sich selbst verletzen lassen zu müssen. Ich sage Eltern auch immer, dass sie ihren Job gut machen, auch wenn sie oft genau das Gegenteil empfinden!»

Beratung für Familien

Elisa Diaz Perez führt in Deutschland eine Beratungsstelle, bietet aber auch Online-Beratungen an. Sie hat einen sehr breiten Erfahrungs- und Wissenshintergrund und befasst sich auch speziell mit herausforderndem Verhalten (siehe Blog > November 2019).

www.elisadiazperez.com

ABC-Bogen

Dieses Beobachtungsinstrument hilft bei der Suche nach Gründen für herausforderndes Verhalten. Die ABC-Analyse zeigt, welche Situationen diesem unmittelbar vorausgingen (Antecedents), welche Verhaltensweisen gezeigt wurden (Behaviour) und welche Reaktionen der Betreuenden folgten (Consequences).

www.fobiport.de > Checklisten

DIES & DAS

SEED

Die Skala der Emotionalen Entwicklung – Diagnostik (früher SEO) erhebt den emotionalen Entwicklungsstand bei Menschen mit kognitiven Einschränkungen. Sie wird vor allem in Institutionen oder Beratungsdiensten eingesetzt und dient zur Diagnostik von Verhaltensauffälligkeiten, zur Therapie- und Förderplanung. Anhand eines Fragenkatalogs wird im Gespräch mit nahen Bezugspersonen das Verhalten in verschiedenen Alltagssituationen beurteilt. Dazu gehören beispielsweise Essen, Waschen oder Anziehen und die Interaktion mit Bezugspersonen oder mit Gleichaltrigen. Diese deutsche Version wurde 2018 von Tanja Sappok, Sabine Zepperitz, Brian Fergus Barrett und Anton Došen entwickelt.

www.testzentrale.ch > SEED

Opferhilfe

Sind Menschen mit einer Behinderung selbst mit herausforderndem Verhalten oder gar Gewalt in ihrem Umfeld konfrontiert, können sie oder ihre Angehörigen Hilfe holen. Wer in der Schweiz durch eine Straftat in seiner körperlichen, psychischen oder sexuellen Unversehrtheit unmittelbar beeinträchtigt wurde, kann Opferhilfe beanspruchen. Sie steht auch Angehörigen offen und umfasst Beratung, Soforthilfe und längerfristige medizinische, psychologische oder juristische Hilfe sowie finanzielle Leistungen. Die Adressen der Opferhilfe-Beratungsstellen für Kinder und Jugendliche sind auf der neuen Website aufgeführt.

www.opferhilfe-schweiz.ch

Fachstelle Verhalten

Diese niederschwellige Anlaufstelle der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik (HfH) bietet Betroffenen und Fachpersonen aus schulischen, heilpädagogischen und therapeutischen Arbeitsfeldern kostenfreie Kurzberatungen zu Fragen rund um herausfordernde Situationen und Verhaltensauffälligkeiten im Kontext von Schule und Familie.

www.hfh.ch > Fachstelle Verhalten

DeFAP

Arnt Iffländer-McDole und Melanie Christen bieten Beratung für Institutionen, aber auch für Eltern und Angehörige im Bereich Deeskalation, Aggressionsmanagement und Prävention. Diese können vor Ort oder online stattfinden. Dadurch sollen Eltern wieder mehr Sicherheit im Umgang mit ihren Kindern bekommen und neue Handlungsstrategien entwickeln können. Auch der Austausch mit anderen betroffenen Eltern ist von grosser Bedeutung, um sich nicht allein mit der Problematik zu fühlen.

www.defap.ch

ASS-Beratungsstelle

Die Stiftung Kind und Autismus in Urdorf führt seit 1994 eine Beratungsstelle für Menschen im Autismusspektrum, deren Familien und das erweiterte Umfeld. Da viele Kinder und Jugendliche mit einer Mehrfachbehinderung auch autistische Züge haben, kann eine Beratung hier weiterhelfen. Diese kann persönlich vor Ort oder auf der Beratungsstelle erfolgen, per Telefon oder per E-Mail.

www.kind-autismus.ch > Beratungsstelle

NAGS

Das Netzwerk Aggressionsmanagement im Gesundheits- und Sozialwesen Schweiz ist ein Zusammenschluss von Fachpersonen in den Bereichen Psychiatrie/Medizin, Pflege, Psychologie und Sozialpädagogik. Es fördert einen bewussten, professionellen Umgang mit Aggression und Gewalt mit dem Ziel der grösstmöglichen Sicherheit für alle Beteiligten. Auf der Website gibt es eine Liste mit allen geprüften Trainerinnen und Trainern sowie weitere Informationen.

www.nags.ch

Wenn Aggressionen im Wald verpuffen

Von René Staubli

Seit 2003 läuft in Basel-Stadt ein Projekt, das auf die Natur setzt, um Klienten mit herausfordernd-dem Verhalten besser betreuen zu können. Vom «Waldplatz» profitieren beide Seiten: die Betreuten, aber auch die Mitarbeitenden der involvierten Tagesstätten. Eine Bilanz nach fast 20 erfolgreichen Jahren.

Mittagessen nach getaner Arbeit: Die «Waldmänner» wärmen sich an einer Suppe.

Laut Konzeptpapier waren es «verschiedene, sehr entscheidende Gegebenheiten», welche die Verantwortlichen vor beinahe 20 Jahren dazu bewogen, das Projekt Waldplatz zu planen und zu realisieren: Das Basler Tageszentrum Klosterfiechten war mit «herausforderndem Verhalten einzelner Klientinnen und Klienten» konfrontiert. Die daraus resultierende «Energiedichte» war wegen der hohen Auslastung der Betreuungsstätte und der knappen Raumverhältnisse gross. Im Klartext: Aggressionen konnten schlecht abgeführt werden, laute Schreie sorgten oft für allgemeine Unruhe, es kam zu Sachbeschädigungen, Eigen- und Fremdverletzungen.

Zehn Jahre später, Anfang 2014, erschien der 30-minütige Dokumentarfilm «Die Waldmänner» von Stephan Laur. Er zeigt auf, wie wohl und ausgeglichen sich aggressiv verhaltende Menschen mit Beeinträchtigung unter idealen Bedingungen fühlen können. Der damalige Leiter des Tageszentrums, Andreas Fink, zieht mit seinen Mitarbeitenden eine sehr positive Bilanz; die Bilder, die auf YouTube nach wie vor zu sehen sind, gehen unter die Haut. Zum Beispiel, wenn ein Klient Holz sammelt und hoch konzentriert an einem dicken Ast riecht – ein sinnliches Erlebnis. Oder wenn ein anderer in bester Laune erklärt, warum er am Rande eines Waldwegs eine Rinne freischaufelt – damit das Regenwasser abfliessen kann, wie er stolz erklärt.

Eine dritte Sequenz zeigt, wie ein Klient in grosser Erregung plötzlich laut herumschreit und einen grossen Wasserkanister von einem Tisch stösst. Was in engen Räumen eskalieren könnte, ist im Wald viel leichter aufzufangen. Der Betreuer bietet dem Klienten zunächst einen beruhigenden Spaziergang an, was dieser jedoch verweigert. Darauf händigt er ihm eine dünne Matratze aus, damit er sich in einigen Metern Entfernung auf einen Holzrost legen kann; die anderen arbeiten derweil unbeeindruckt weiter. Die Schreie verhallen in der Weite des Waldes und werden leiser, es kommt bald zu einer Beruhigung und schliesslich zur Rückkehr in die Gemeinschaft.

Im Wald findet jeder Raum zur Entfaltung, Autonomie und eine sinnvolle Beschäftigung.

«Wenn wir uns in einen Klienten hineinversetzen, sehen wir beispielsweise einen Menschen mit Beeinträchtigung, der sich aus verschiedenen Gründen nicht verstanden fühlt und sich schlecht ausdrücken kann», sagt einer der Betreuer. Das mache diesen Menschen wütend; er schlage sich vielleicht selber oder eine andere Person. In engen Räumlichkeiten eskaliere eine solche Situation relativ schnell: «Als Betreuer steht man dann im wahrsten Sinne des Wortes mit dem Rücken zur Wand.»

Wald gibt Raum

Im Wald sei das anders. Wenn jemand aggressiv werde, bekomme er deutliche Signale der Betreuenden: «Okay, du darfst jetzt aggressiv sein, du kannst wütend sein und brüllen, du kannst deine schlechten Gefühle loswerden.» Man versuche herauszufinden, was hinter dem Verhalten stehe und wie man das Problem zur Zufriedenheit aller lösen könne. Wenn jemand auf dem Waldplatz laut herumschreie oder den Kopf auf den Boden schlage, habe das «einfach nicht dieselbe Wucht und Dynamik wie innerhalb von Räumlichkeiten». Im Wald gelinge es, «Aggressionen auf sozialverträgliche Art und Weise überwiegend in körperliche Arbeit umzuleiten». →

Wenn jemand auf dem Waldplatz laut herumschreit, hat das einfach nicht dieselbe Wucht und Dynamik wie innerhalb von Räumlichkeiten.

Der Waldplatz wird jeden Tag und bei jedem Wetter genutzt.

Das gilt insbesondere auch für Menschen, die in ihren Institutionen herausforderndes Verhalten zeigten, Menschen mit Mehrfachdiagnosen wie Autismus, Epilepsie, geistiger Behinderung, psychischer Beeinträchtigung, Sprach- oder Hörproblemen. Dank der Arbeit und dem Verweilen in der Natur nehme die Aggressionsbereitschaft, die mit Eigen- und Fremdverletzung sowie Sachbeschädigung einhergehe, spürbar ab. Der Erfolg zeigt sich auch anderweitig, wie es im Projektbeschrieb heisst: «Die individuelle Medikation konnte in diesem Zusammenspiel überprüft und angepasst werden.» Man könne von einem eigentlichen «Empowerment» der Klienten sprechen. Menschen, die in ihren sonstigen Räumen eher getrieben und hektisch wirkten, erlebten im Wald eine ruhige, entspannte und wohltuende Zeit.

Dank der Arbeit und dem Verweilen in der Natur nimmt die Aggressionsbereitschaft spürbar ab.

Vielfältiges Programm

Im Projekt Waldplatz heissen die Klientinnen und Klienten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Von Montag bis Freitag werden zwölf in ihren Basler Wohnhäusern abgeholt und zum Sammelplatz beim Tageszentrum Klosterfiechten gefahren. Auf dem Weg zum Wald erfolgt zunächst der Einkauf der Nahrungsmittel für den Tagesbedarf. Um 9.45 Uhr treffen alle auf dem Waldplatz ein – die einen mit dem Fahrzeug, andere legen das letzte Teilstück zu Fuss zurück.

Während die eine Gruppe Feuerholz zusammenträgt, entzündet und am Brennen hält, bereitet die andere den Znüni vor. Anschliessend werden die anstehenden Tagesarbeiten besprochen – unter Zuhilfenahme von Bildern und Piktogrammen, die auch Klienten mit ausgeprägten Sprach- und Verständnisschwierigkeiten Informationen, Sicherheit und Orientierung vermitteln. Am Ende wissen alle, was zu tun ist. Die meisten wissen auch ganz genau, welche Arbeiten ihnen am besten behagen

In Absprache mit dem Förster sammeln die Mitarbeitenden Äste vom Boden auf und schichten sie zu Haufen zusammen, die Kleintieren Unterschlupf bieten und langsam zu Humus verrotten. Sie lichten das Unterholz aus, damit junge Bäume Platz zum Wachsen haben, bessern Waldwege aus, zerkleinern Holz, befreien Entwässerungsrohre von wuchernden Pflanzen. Sie arbeiten das ganze Jahr über, bei Sommerhitze, Regen, Kälte und Schnee. Die nötigen Arbeitsgeräte – Äxte, Schaufeln, Handschuhe, ja selbst eine Kettensäge – lagern in einem fest stationierten Bauwagen.

Jeder Tag spricht alle Sinne an, und das in einem ruhigen Rhythmus: arbeiten, Pause machen, anfeuern, Mahlzeiten vor- und zubereiten, spazieren, kommunizieren, sinnliche Eindrücke sammeln, Freiheiten geniessen, der Natur begegnen, Leistung erbringen und dabei ein Stück weit zu sich selber finden.

Nach zweistündiger Arbeit gibt es Mittagessen, im Winter oft eine warme, selber zubereitete Suppe. Der Bauwagen, Hängematten oder der Waldboden laden zum Ausruhen ein, ehe es nach der einstündigen Pause weitergeht mit den Waldarbeiten. Danach werden die Werkzeuge geputzt und versorgt. Es gibt einen Zvieri, das Feuer wird gelöscht. Um 15.30 Uhr geht es mit dem Bus zurück ins Tageszentrum Klosterfiechten und danach weiter in die individuellen Wohngruppen, wo – wie am Morgen – Übergabegespräche mit den Betreuenden stattfinden.

Betreuer lernen von den Betreuten

Die Standortleiterin Daniela Wüthrich ist seit Februar dieses Jahres für das Projekt Waldplatz verantwortlich. An unserem Gespräch nimmt auch ihr Vorgesetzter Lambert Schonewille teil, Leiter Agogik und Entwicklung bei Leben in Vielfalt (L!V), einer Institution der baselstädtischen Sozialbehörden, zu deren Aufgabenbereich auch der Waldplatz gehört.

Das Feuer ist ein zentraler Ort auf dem Waldplatz, zum Kochen und zum Zusammensein.

Inzwischen verbringen von den insgesamt 100 Klientinnen und Klienten der sechs baselstädtischen Tageszentren 36 einen oder mehrere Tage pro Woche auf einem der beiden Waldplätze. Nachdem zu Projektbeginn fast ausschliesslich «schwere Fälle» berücksichtigt wurden, sogenannte Systemsprenger, beträgt deren Anteil heute nur noch 40 Prozent. Die Mehrheit stellen junge Männer ab 18 bis Mitte 30. Es sind auch zwei Frauen dabei. Das Angebot endet mit der Pensionierung.

Wüthrich und Schonewille sind sich einig, dass es dank dem Projekt Waldplatz beim Umgang mit herausforderndem Verhalten zu einer «massiven Weiterentwicklung unseres Wissens und unserer Professionalität» gekommen sei. Beide Seiten hätten profitiert: «Wir haben erkannt, dass oft nicht der Klient das Problem ist, sondern sein Umfeld, das ihm oder ihr nicht gerecht wird.» Im Wald könne man mitansehen, welche Wirkung die Identifikation mit einer sinnvollen Arbeit habe, wie wichtig es auch für diese Menschen sei, Verantwortung übernehmen zu können und sich an geeigneten Aufgaben zu beweisen.

LIV – Leben in Vielfalt

ist eine Institution des Kantons Basel-Stadt. Sie stellt Menschen mit einer kognitiven Beeinträchtigung begleitete Tagesstrukturen und dezentrale Wohngruppen zur Verfügung. Der Waldplatz ist ein Angebot der Tagesstruktur Klosterfiechten.

www.liv.bs.ch

Der Umgang mit den Klientinnen und Klienten sei differenzierter und individueller geworden. «Wir versuchen weit mehr als früher herauszufinden, wer welche Ressourcen hat und wie man sie aktivieren könnte. Und wir sind besser darin geworden, die oftmals verborgenen Fähigkeiten der Betreuten zu erkennen und zu fördern.» Das Setting im Wald mit den verschiedenen Betätigungsmöglichkeiten erleichtere diesen Beobachtungs- und Umsetzungsprozess. Die Auswirkungen seien auch in den Tageszentren spürbar. Auch dort werde den Klientinnen und Klienten von den Betreuenden wenn immer möglich mehr Verantwortung übertragen.

Auch hiki-Eltern können profitieren

Es stellt sich die Frage, in welcher Weise Eltern hirnverletzter Kinder von den Erkenntnissen des Projekts Waldplatz profitieren könnten. Natürlich gebe es in der Betreuung Unterschiede zwischen Erwachsenen und Kindern, räumen Schonewille und Wüthrich ein. Bei den Älteren gehe es um die Gestaltung einer geeigneten Beschäftigung, bei den Jüngeren auch noch um den Schulunterricht. Aber auch in der Familie und in Institutionen könnten gewisse Erfolgsrezepte angewandt werden: «Die Interessen des Kindes ergründen, vorhandene Kompetenzen erkennen, nutzen und fördern, wenn immer möglich die Nähe zur Natur suchen, Raum geben – und durch Beobachtung zu verstehen versuchen, warum herausforderndes Verhalten entsteht.»

Unaufgeregter Umgang

Zwölf Verhaltensweisen nach Bo Hejlskov Elvén, die dazu beitragen, das Erregungsniveau einer Person zu senken.*

01 Reagiere ruhig

Wenn du dich aufregst, kannst du niemandem helfen.

Reguliere dich.

Atme bewusst ein und aus.

02 Vermeide Blickkontakt

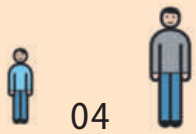
Blickkontakt ist Stress.

Schaue woanders hin.

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

03 Vermeide Berührungen

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



04 Halte Abstand

Wenn eine Person zurückweicht, geh auch zurück.

Stell dich seitlich, nicht gegenüber.

05 Demonstriere keine Stärke

Mach dich nicht gross, spann keine Muskeln an.

06 Setz dich hin

Du nimmst weniger Raum ein.

Deine Muskeln sind entspannt.

Du wirkst ruhig.

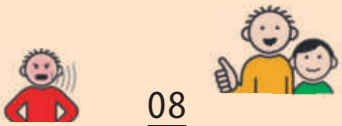
Aber: Bleib mobil, bring dich nicht in Gefahr!

07 Sprich ruhig

Schrei nicht.

Sprich ruhig.

Sprich nicht über das Verhalten, sondern über etwas anderes.



08 Billard-Trick

Sprich mit jemand anderem über etwas, das die Erregung senken kann.

09 Gib nach

Bestehe nicht auf irgendetwas!

Pass die Anforderungen an.

10 Tausche

Dein Kollege kann die Situation vielleicht entspannen.

11 Warte

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

12 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!

* © Nina Fröhlich, 2019
Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Wer ist hiki?

Wir unterstützen und vernetzen Familien mit hirnverletzten Kindern. Seit 1986.

Auch Kinder können Hirnverletzungen erleiden – sei dies vor, während oder kurz nach der Geburt, sei dies erst später durch einen Unfall oder eine Krankheit. Für die betroffenen Eltern bringt dies grosse Verunsicherung, viele Sorgen und offene Fragen mit sich. Hier leistet der Verein Hilfe für hirnverletzte Kinder Unterstützung. Wir bieten Beratung, Entlastung und Vernetzung.
Weitere Informationen unter: **www.hiki.ch**

hiki ist auf Spenden angewiesen, um seine langfristigen Projekte und Angebote weiterzuführen. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Unser Angebot in Kürze

Entlastung

Ein hirnverletztes Kind zu Hause zu betreuen, verlangt von der ganzen Familie viel Einsatz. Oft verzichten die Eltern auf Ruhepausen und erschöpfen ihre Kräfte im anspruchsvollen Alltag.

Bei der hiki-Entlastung übernimmt eine ausgebildete Fachperson während mehrtägiger Einsätze die Betreuung des behinderten Kindes sowie der Geschwister und führt den Haushalt. Eltern bekommen die Gelegenheit, ein paar Tage wegzufahren und aufzutanken oder ihren beruflichen und privaten Terminen nachzugehen.

Auch der Einsatz von Zivildienstleistenden entlastet die Familien. hiki ist als offizieller Einsatzbetrieb anerkannt und kann sogenannte Zivis vermitteln.

Beratung

Der Alltag mit einem hirnverletzten Kind stellt Familien vor besondere Fragen und Herausforderungen: Umgang mit der Behinderung, Alltagsbewältigung, Therapiemöglichkeiten, schulische Integration, Umgang mit den eigenen Ressourcen, Entwicklungsschritte des Kindes, Anschlusslösungen usw.

Hier bietet hiki Unterstützung durch die Familien-, Transfer- und Integrationsberatung. Geschulte Beraterinnen geben telefonisch Auskunft oder gehen für eine persönliche Beratung zur Familie nach Hause. Sie unterstützen die Eltern dabei, die Situation zu analysieren und individuelle Lösungen zu finden.

Finanzielle Unterstützung

Um ihr hirnverletztes Kind optimal zu betreuen und zu fördern, nehmen viele Eltern grosse Mühen und Kosten auf sich. Mit der finanziellen Direkthilfe kann hiki einen Beitrag an Therapien und Hilfsmittel leisten, die von keiner Versicherung bezahlt werden.

Die Betreuung eines hirnverletzten Kindes in der Vorschul- und Ferienzeit, wenn es selbst oder ein Elternteil krank wird, ist besonders intensiv und kann die Eltern an ihre Belastungsgrenzen bringen. Übernehmen andere den zusätzlichen Betreuungsaufwand, führt dies zu Mehrkosten. Auch hier kann hiki finanzielle Direkthilfe leisten und einen Teil der ausserordentlichen Betreuungskosten decken.

Austausch und Informationen

hiki ist Anlaufstelle für Betroffene, Interessierte und die Öffentlichkeit bei Fragen rund um das Thema Hirnverletzungen im Kindesalter. Wir stellen Informationen zur Verfügung und fördern den Austausch und die Vernetzung zwischen Betroffenen und Fachleuten.

Unsere Veranstaltungen wie der Elterntag, der Familientag oder das integrative Jugendweekend geben den Eltern hirnverletzter Kinder und Jugendlichen und den Betroffenen selbst die Möglichkeit, Informationen und Erfahrungen auszutauschen – und gemeinsam schöne Momente zu erleben.

Unser Angebot
– Entlastung
– Beratung
– Finanzielle Unterstützung
– Austausch und Informationen

hiki – Hilfe für hirnverletzte Kinder
Mühlebachstrasse 43
8008 Zürich
Tel. 044 252 54 54
info@hiki.ch
www.hiki.ch
PC 85-461 012-9

ZEWO
ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO