



Herausforderndes Verhalten  
vermeiden

Fachtag “UK-Praktiker - geht nicht, gibt’s nicht“  
22.09.2018 Weingarten

Nina Fröhlich





# Bo Hejlskov Elvén

- ursprünglich aus Dänemark
- lebt und arbeitet in Schweden
- klinischer Psychologe
- arbeitet mit Menschen mit geistiger Behinderung, psychischen Erkrankungen und aus dem Autismus-Spektrum
- sein Konzept „Low Arousal Approach“ (auf deutsch: „Unaufgeregter Umgang“)



Bo Hejlskov Elvén

# Herausforderndes Verhalten vermeiden

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

... sondern darum,  
es von vorneherein zu vermeiden.

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



19,99.-

# Wer bin ich?

## Nina Fröhlich

- SoL an einem SBBZ GE in Ispringen
- Beratungsstelle für UK und Autismus
- UK-Förderung, Grundstufe
- MBZ geistige Entwicklung in Karlsruhe
- Fortbildungen iPad und UK für das RP KA
- Referentin und Regionalleitung Ba-Wü der Gesellschaft für UK



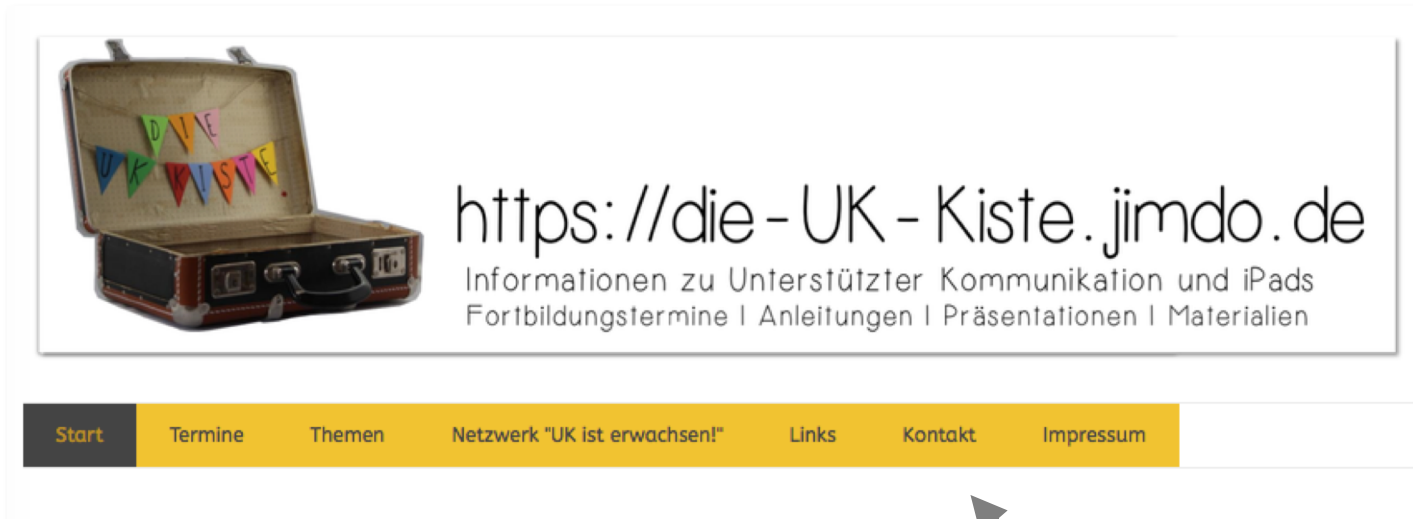
Ablauf

# Darum soll es heute gehen

1. Formen und Ursachen
2. das Stress-Modell als Erklärung für Herausforderndes Verhalten
3. Herausforderndes Verhalten vermeiden
  - a. Anforderungen anpassen
  - b. Selbstkontrolle fördern
  - c. Signale dokumentieren und rechtzeitig intervenieren
  - d. Krisen managen

# Download

Diese Präsentation  
(und viele der vorgestellten Materialien)  
könnt ihr auf der UK-Kiste herunterladen.

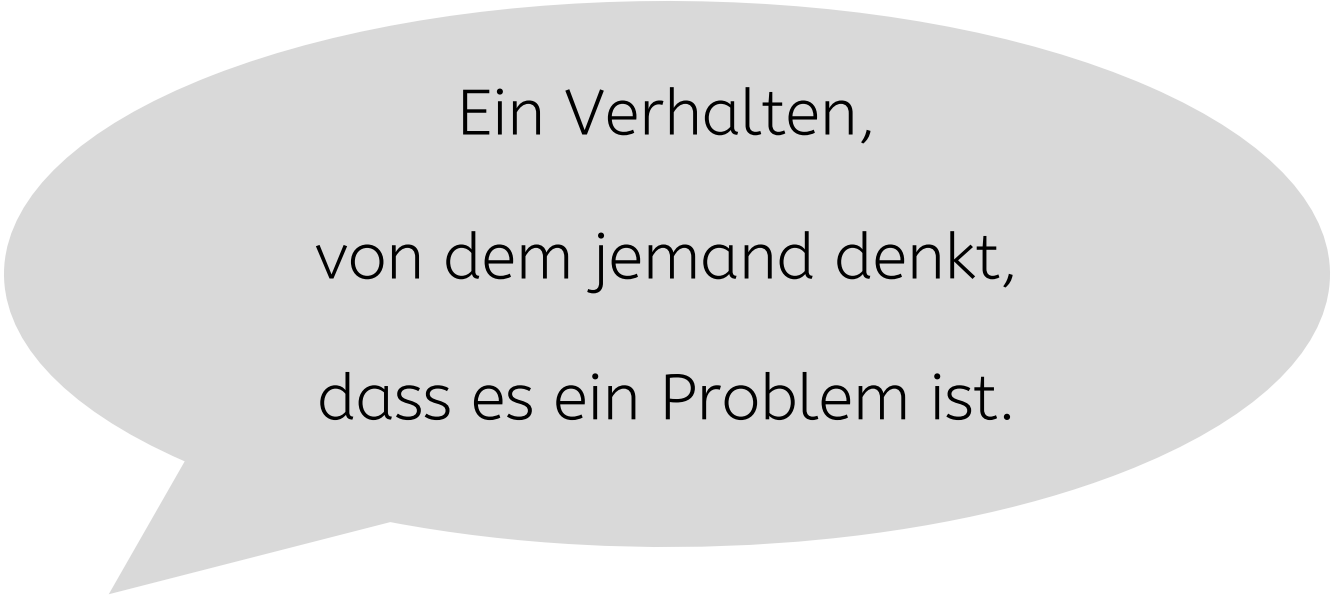


The screenshot shows a website header with a suitcase icon containing colorful bunting flags. The URL <https://die-UK-Kiste.jimdo.de> is displayed, followed by the text: "Informationen zu Unterstützter Kommunikation und iPads Fortbildungstermine | Anleitungen | Präsentationen | Materialien". Below this is a navigation menu with the following items: Start, Termine, Themen, Netzwerk "UK ist erwachsen!", Links, Kontakt, and Impressum. The "Kontakt" item is highlighted in yellow.

Darüber könnt ihr mich  
auch kontaktieren.

Definition

## Was ist herausforderndes Verhalten?



Ein Verhalten,  
von dem jemand denkt,  
dass es ein Problem ist.

Was ist herausforderndes Verhalten?

## Beispiele für Herausforderndes Verhalten



Was ist herausforderndes Verhalten?

# Beispiele für Herausforderndes Verhalten





Was ist herausforderndes Verhalten?

## unsere Aufgabe

- Das Umfeld der Person gerät immer dann in Schwierigkeiten, wenn es nicht die geeigneten Methoden im Umgang mit dem Verhalten zur Verfügung hat.
- Gefühl der Machtlosigkeit im Umfeld führt dazu, dass das Verhalten als problematisch definiert wird.
- Wird eine Veränderung der Situation gewünscht, muss diejenige Person die Verantwortung übernehmen, für die sie ein Problem darstellt.
- *Wir* müssen uns dazu die notwendigen Methoden aneignen.



Ursachen für  
herausforderndes Verhalten

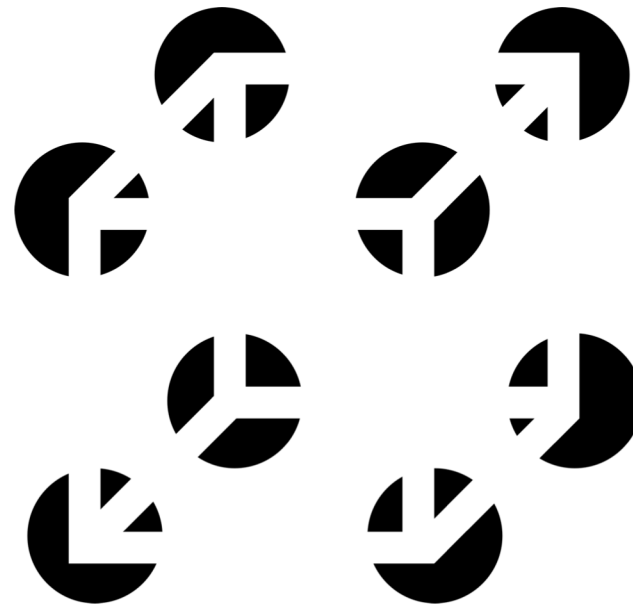
Was ist herausforderndes Verhalten?

das Problem mit der zentralen Kohärenz



Was ist herausforderndes Verhalten?

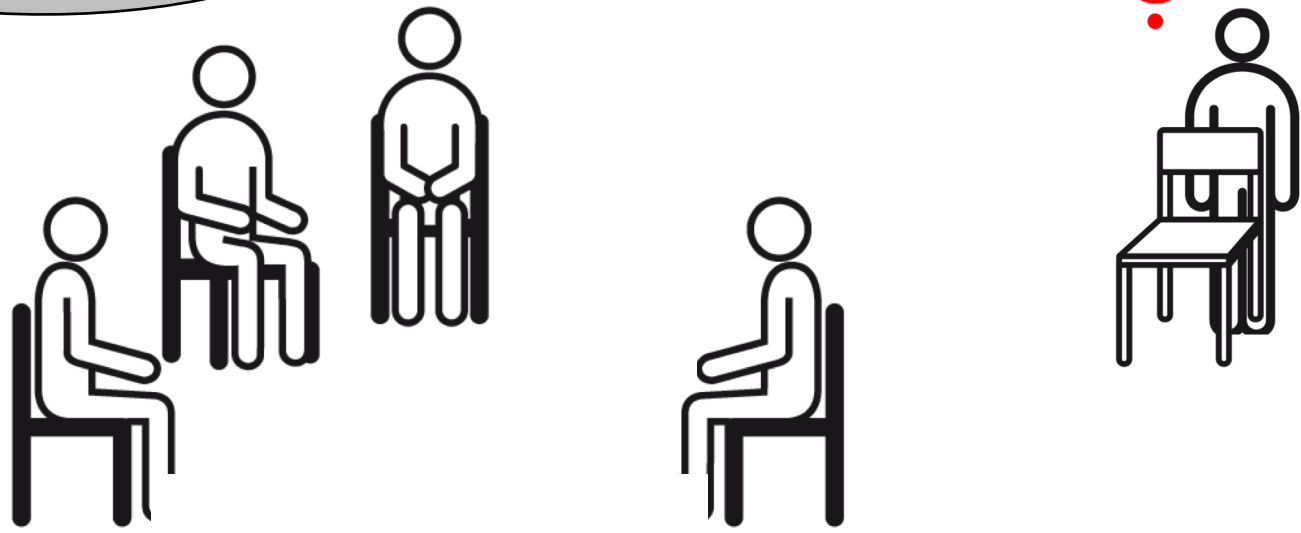
das Problem mit der zentralen Kohärenz



Was ist herausforderndes Verhalten?

# das Problem mit der zentralen Kohärenz

Setzt euch in den Stuhlkreis!



Was ist herausforderndes Verhalten?

## das Problem mit der zentralen Kohärenz

Für Kommunikation und Interaktion hat eine schwache zentrale Kohärenz ebenfalls große Auswirkungen:

- für die Interpretation sozialer Situationen ist es wichtig, den Gesamtzusammenhang zu erkennen.
- Oft muss auch Unsichtbares in die Interpretation einbezogen werden.
  - Für den Umgang mit Erwachsenen gelten andere Regeln als unter Gleichaltrigen.
  - An manchen Orten spricht man leiser, an anderen darf man normal laut sprechen, ...
- Dies gelingt Menschen aus dem AS nur schwer.

Was ist herausforderndes Verhalten?

# Reaktion auf zu hohe Anforderungen

Wir haben oft zu hohe Anforderungen in diesen Bereichen:

- Verhaltenssteuerung und Erkennen von Zusammenhängen
- kommunikative Fähigkeiten
- Überblick/Orientierung
- Geduld
- Anpassungsfähigkeit, Flexibilität
- Empathie
- Akquieszenz (= Zustimmungstendenz)
- positive Energie



Was ist herausforderndes Verhalten?

## ein Erklärungs-Modell: Stress

- hohe Anforderungen
- mangelnde Kompetenzen oder Strategien
- Missverständnisse und Fehlannahmen

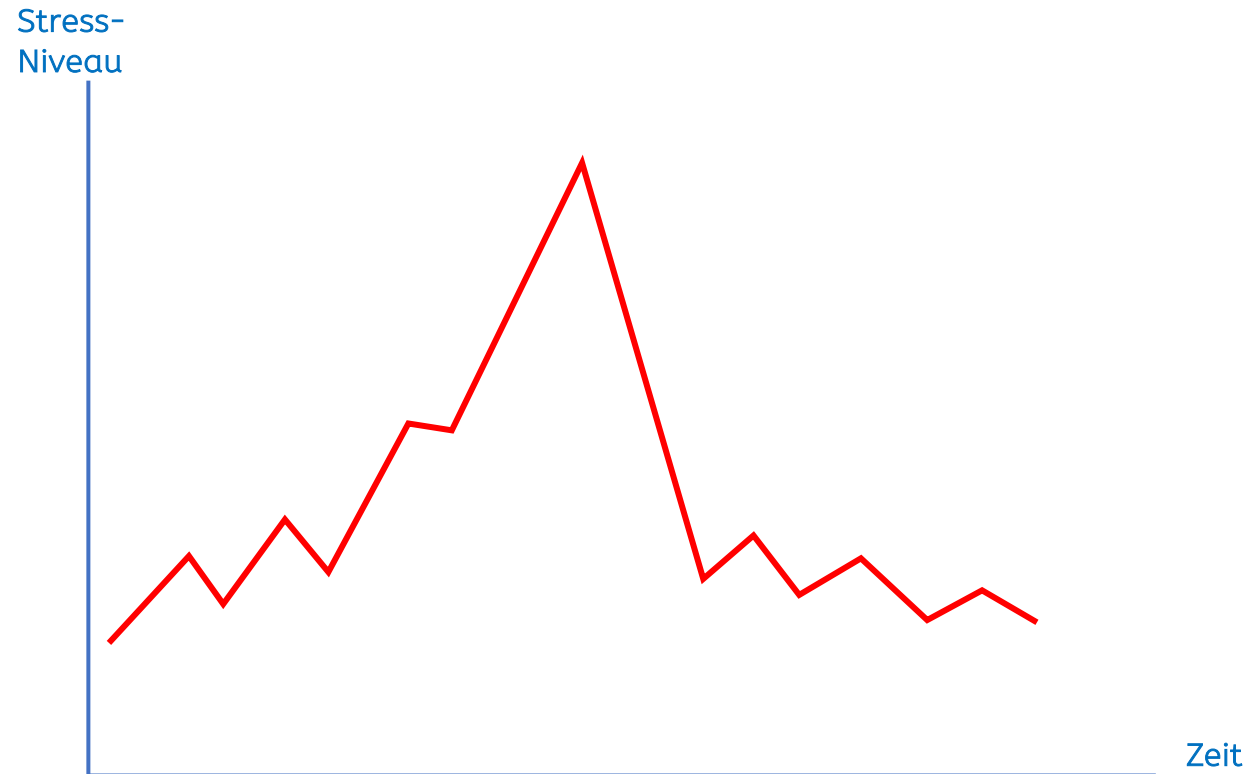
... das alles führt zu Stress!





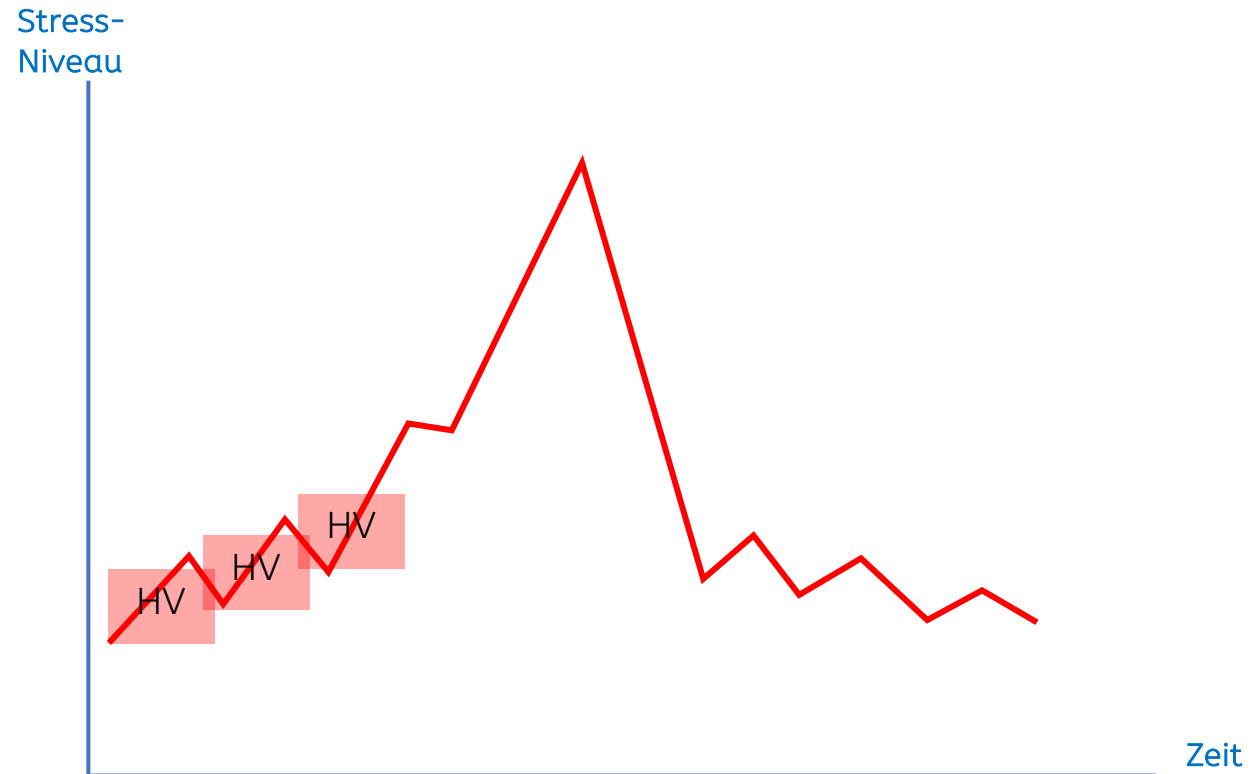
Stress-Modell als Erklärung für HV

das Stresslevel ist unterschiedlich hoch



Stress-Modell als Erklärung für HV

# Herausforderndes Verhalten



# HV zur Stressreduktion

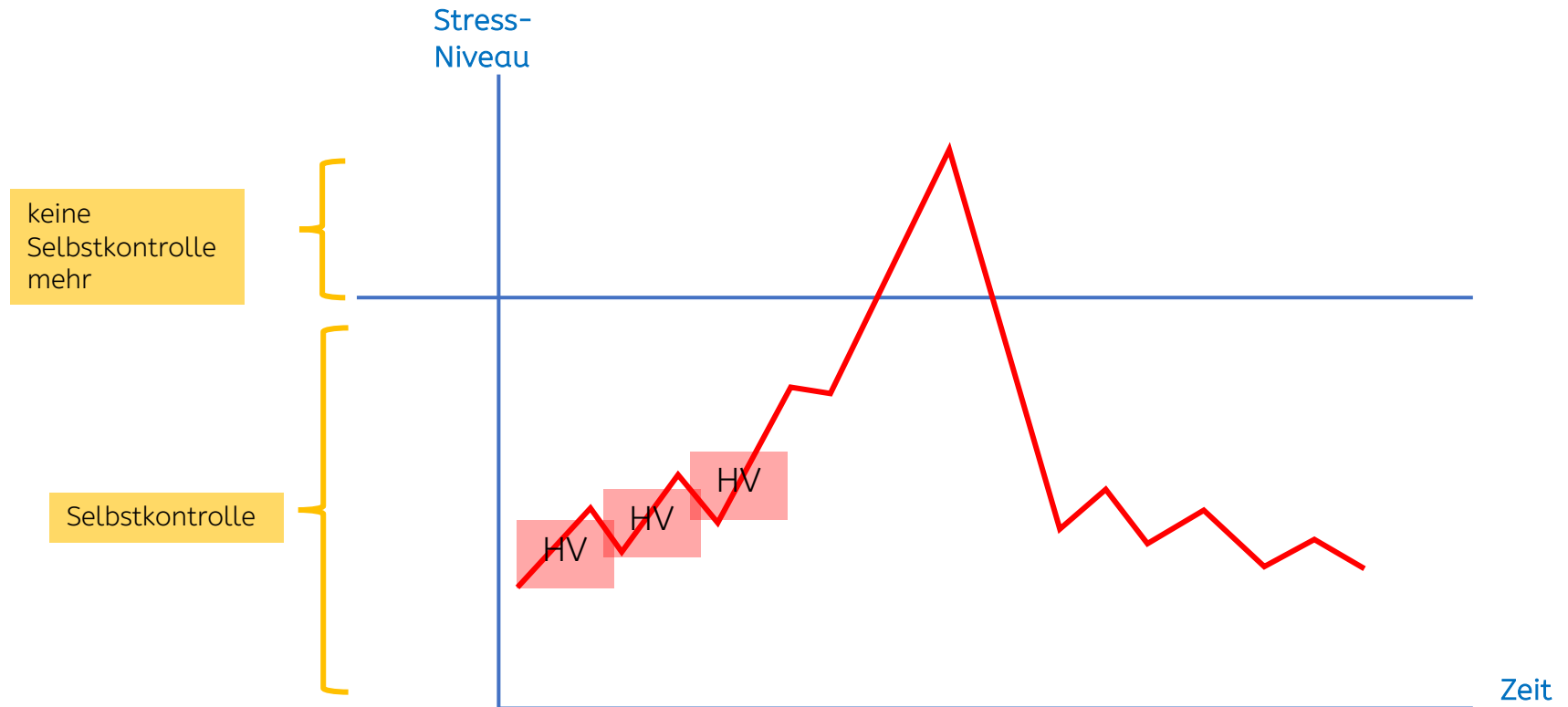
- lachen → sich weigern etwas zu tun
- weggehen → wegrehen, weglauen
- an etwas anderes denken → Stereotypien wie Klatschen, wedeln, ...
- an den Fingernägeln kauen, Lippe nagen → sich in die Hand beißen
- den anderen bitten, uns in Ruhe zu lassen → Schlagen, Treten, Dinge werfen, ...

Für uns ist das Verhalten herausfordernd.

Subjektiv ist es ein sinnvolles Verhalten mit dem Ziel, die Kontrolle zu bewahren und den Stress zu reduzieren.

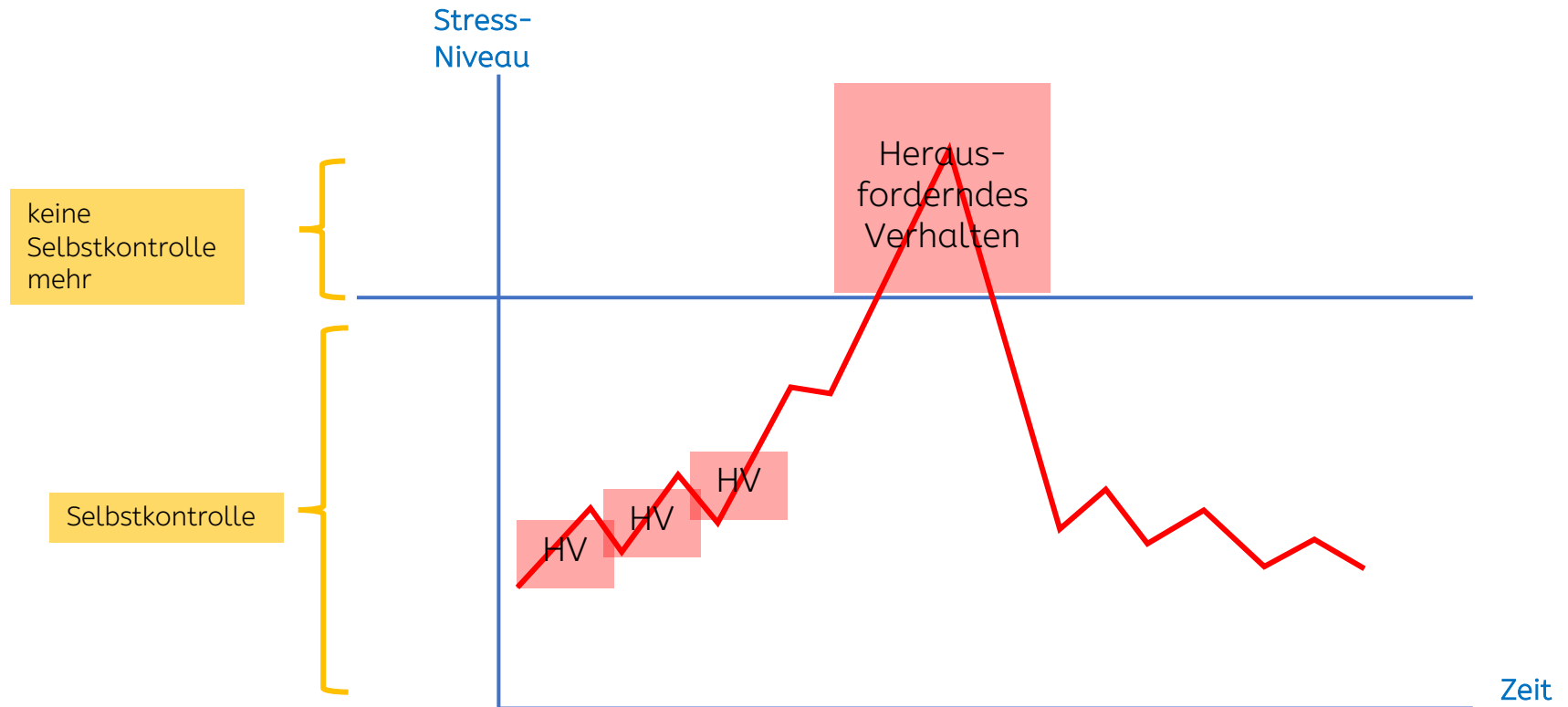
Stress-Modell als Erklärung für HV

# die magische Grenze: (Selbst-)Kontrollverlust



Stress-Modell als Erklärung für HV

# HV: die großen „Ausraster“



Stress-Modell als Erklärung für HV

## HV: die großen „Ausraster“

- extrem herausforderndes Verhalten
  - offene Gewalttätigkeit
  - Angst- und Panikattacken
  - schwere Selbstverletzungen
  - impulsive Suizidversuche
- nicht gewalttätiges herausforderndes Verhalten
  - Desorientierung/Verwirrung
  - Handlungsunfähigkeit
  - Realitätsverlust/ psychotische Episoden



# Selbstkontrolle

- kleine Babys haben Hunger und fangen an zu weinen  
Erwachsene, die Hunger haben, weinen in der Regel nicht  
→ sie haben gelernt, sich selbst zu kontrollieren
- Wodurch lernt man Selbstkontrolle?
  - wenn man die Erfahrung gemacht hat,  
dass man eine schwierige Situation kontrollieren konnte
  - je mehr schwierige Situationen man gemeistert hat,  
desto besser kann man sich in schwierigen Situationen kontrollieren
- Schlimme Fehlannahme:  
„Wir müssen die Kontrolle über unsere Schüler haben.“
  - Nein, die Schüler müssen selbst die Kontrolle haben, nur dann können sie im Vertrauen ein bisschen Kontrolle an uns abgeben und sich auf unsere Angebote einlassen.



# Selbstkontrolle

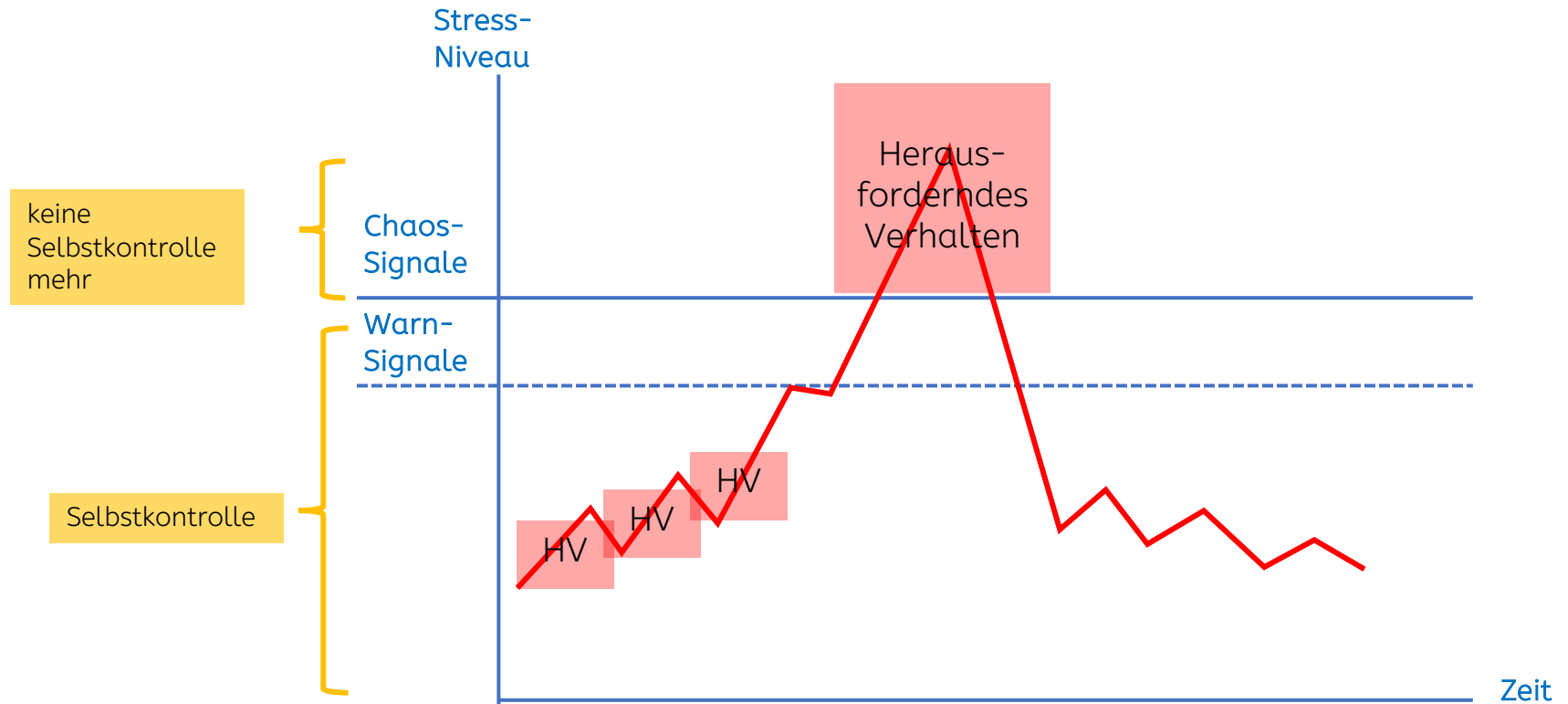
Wichtige Fragen:

- Wie können unsere Schüler die Selbstkontrolle behalten?
- Welche Strategien können unsere Schüler lernen, um auch unter Stress möglichst lange kontrolliert zu bleiben?
- Wie können sie die Kontrolle zurückbekommen, wenn sie sie verloren haben?



Stress-Modell als Erklärung für HV

# Warnsignale und Chaossignale



# Warnsignale

## persönliche Warnsignale

- Wörter oder Geräusche
- Bewegungsmuster
- Abschirmung gegen den stressigen Alltag (Rückzugsorte)
- Müdigkeit, Einschlafen
- Selbstverletzung zur Stressreduzierung
- Fixierung auf besondere Interessen

## negative Warnsignale

die erhöhen den Stress noch!

- Reizbarkeit und Aggressivität
- Unsicherheit und Angst
- Bauchschmerzen
- Überempfindlichkeiten
- Schlafstörungen
- zwanghafte Gedanken und Handlungen
- Unruhe

## Verlust vorhandener Fähigkeiten

- Hygiene und Ordnung
- Sprachfähigkeit
- Präsenz
- soziale Kompetenzen
- Konzentration
- Gedächtnis
- Alltagskompetenzen

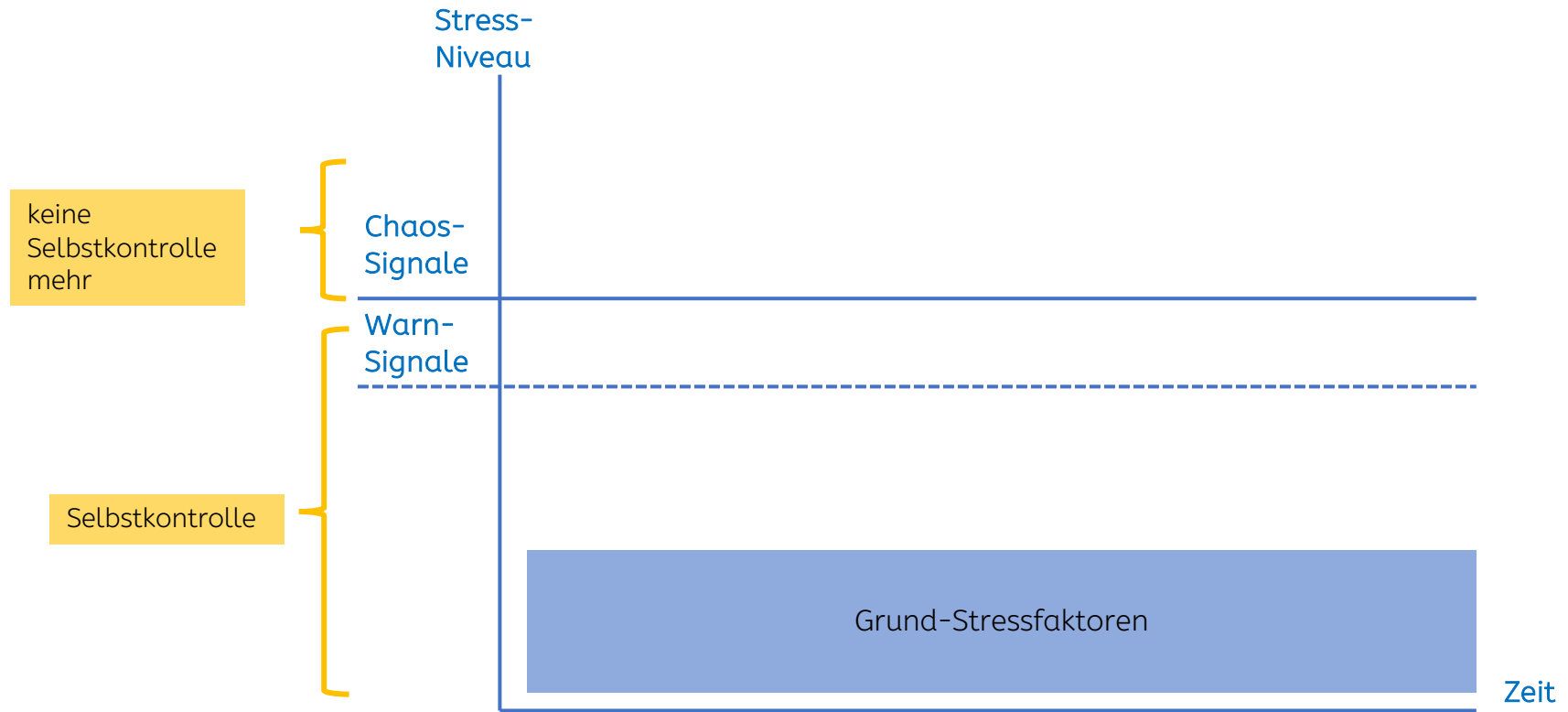
Stress-Modell als Erklärung für HV

# Woher kommt der Stress?

---

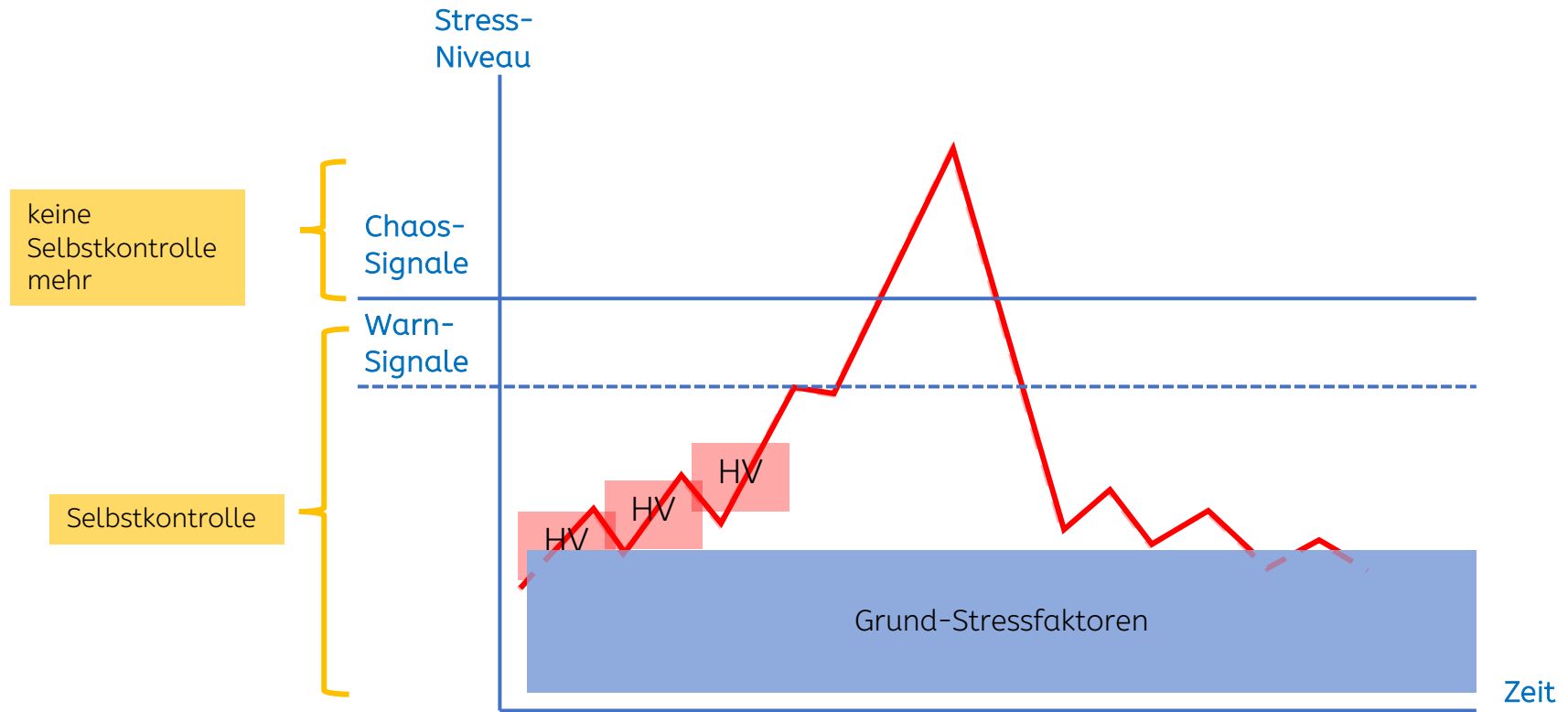
Stress-Modell als Erklärung für HV

# Grund-Stressfaktoren



Stress-Modell als Erklärung für HV

# Grund-Stressfaktoren

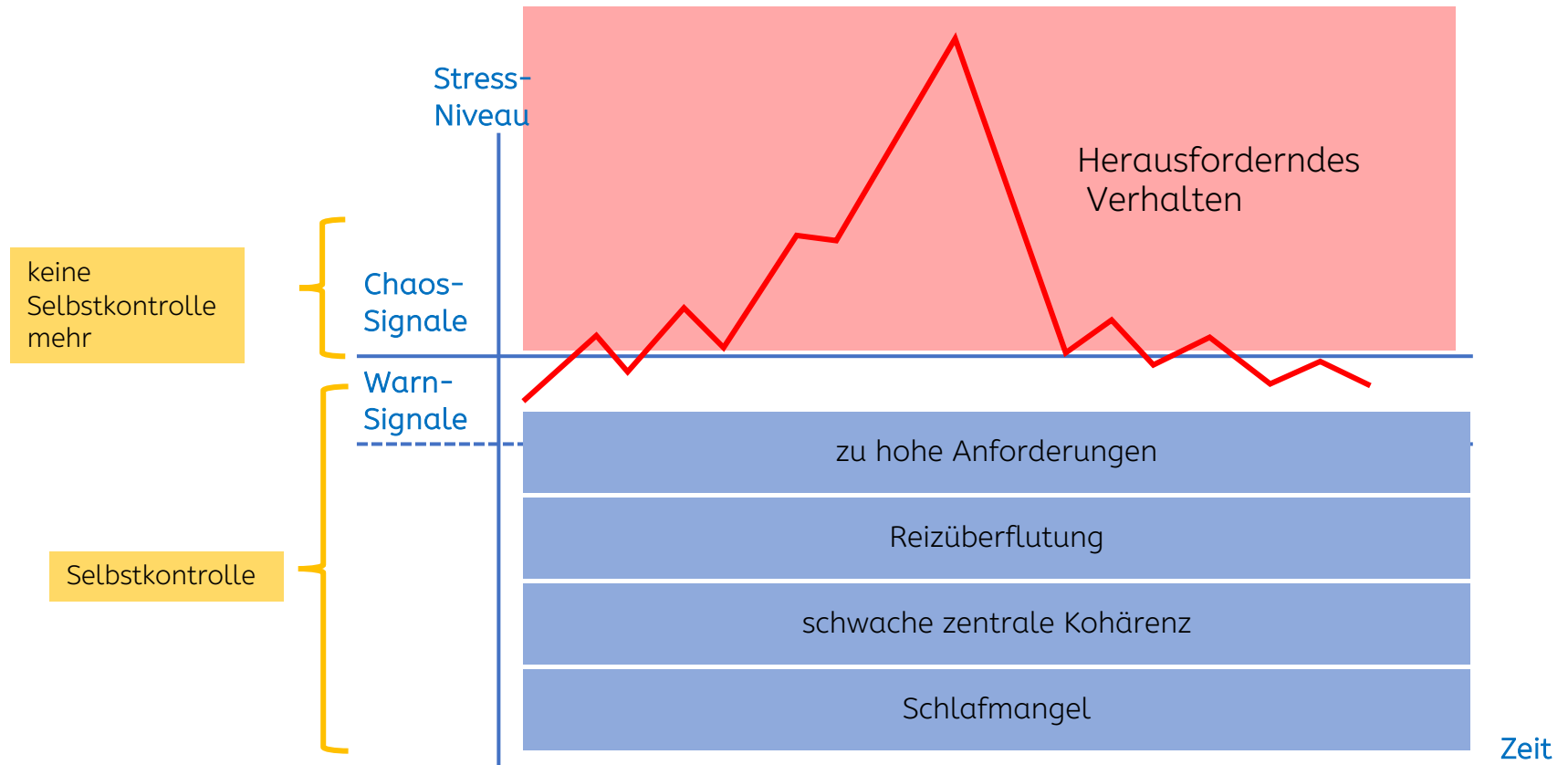


## Grund-Stressfaktoren

- schwache zentrale Kohärenz
- Impulskontrolle
- starke Emotionen bei anderen
- mangelnde Struktur
- Probleme innerhalb der Familie
- Reizüberflutung
- zu viele, zu hohe Anforderungen
- besondere Lebensereignisse
- Schlafstörungen
- Einsamkeit/ Entfremdung
- Pubertät
- Pollenallergie
- schmerzhafte Erkrankungen
- Beziehungsprobleme

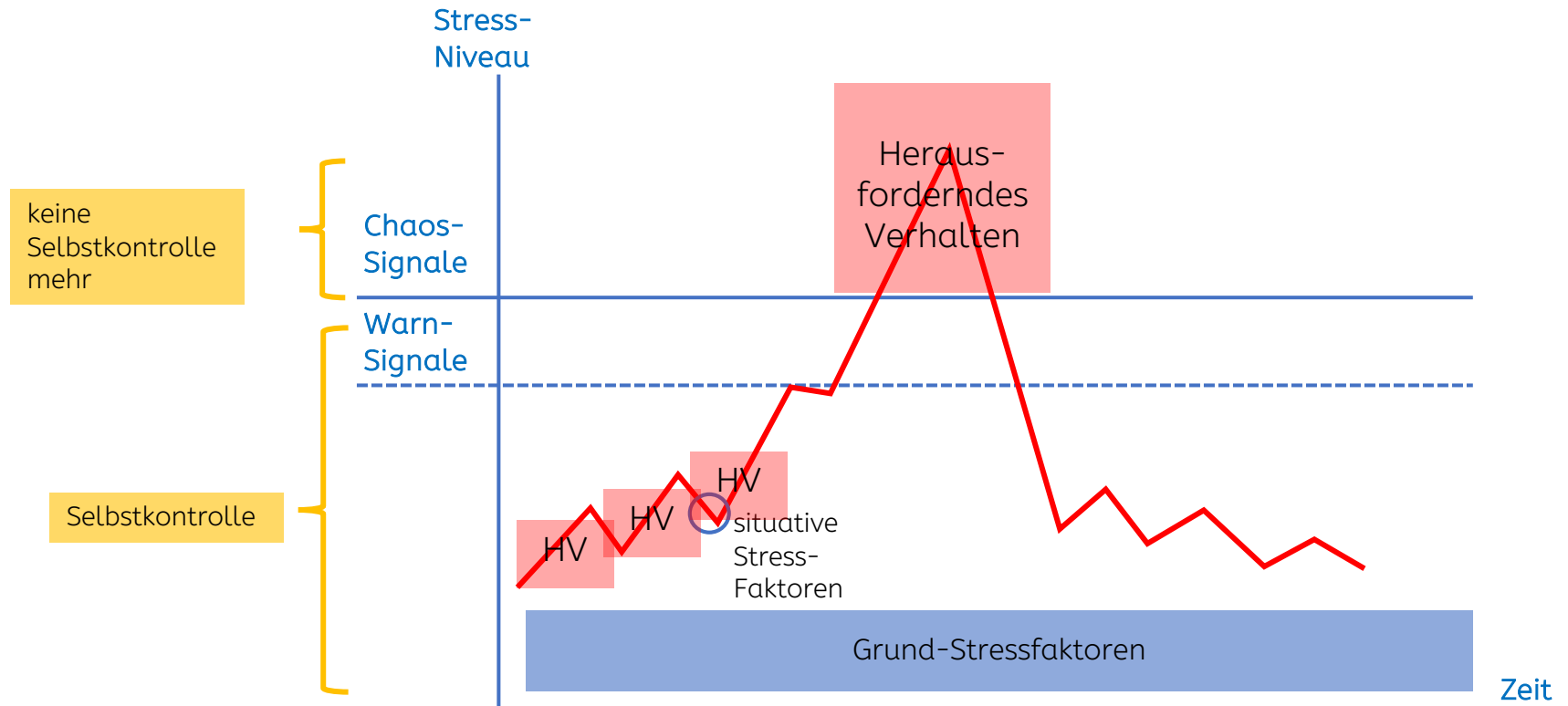
Stress-Modell als Erklärung für HV

# Grund-Stressfaktoren: ständig am Limit



Stress-Modell als Erklärung für HV

# situative Stressfaktoren





Stress-Modell als Erklärung für HV

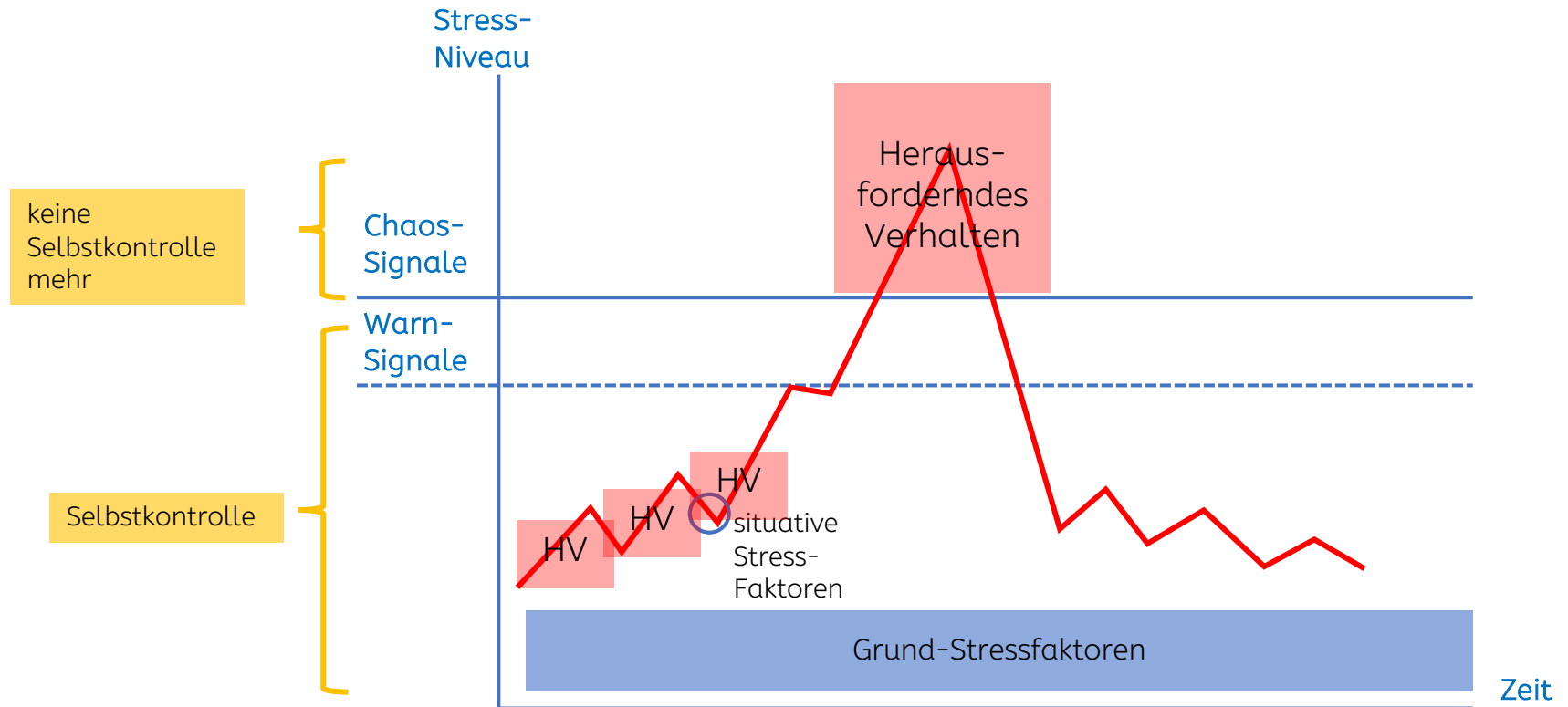
## situative Stressfaktoren

- Anforderungen
- Konflikte
- Unfähigkeit, sich verständlich zu machen
- Beschwerden und Schmerzen
- unerwartete Geräusche
- Vertretungen in der Betreuung
- Antipathien
- plötzliche Veränderungen
- Partys

... und sicher vieles mehr!

Stress-Modell als Erklärung für HV

# situative Stressfaktoren



Um das zu erkennen und zu verstehen  
müssen wir ...



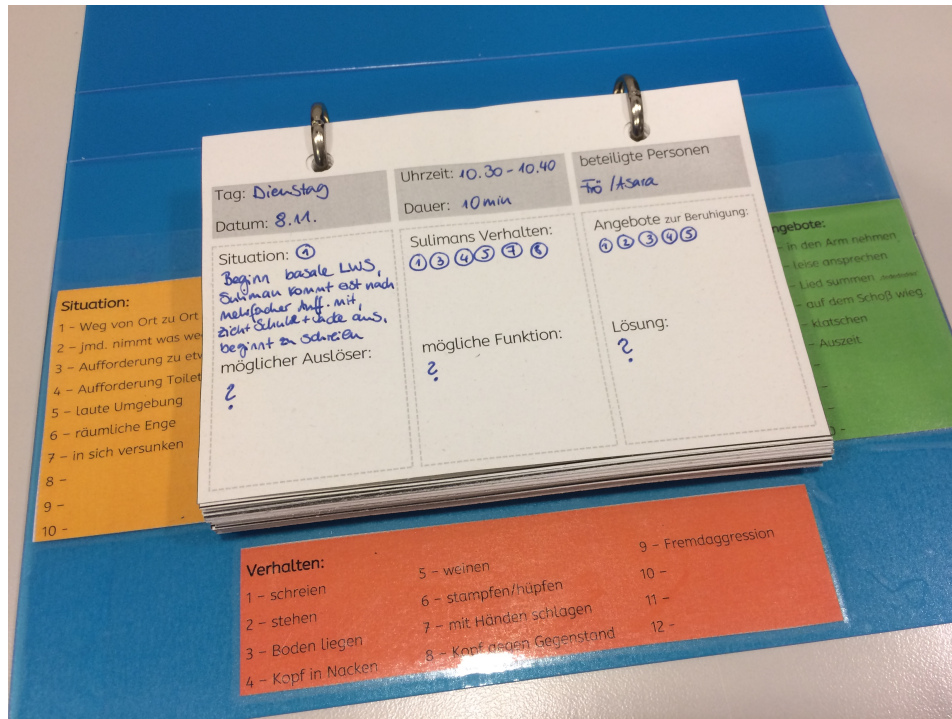
Um das zu erkennen und zu  
verstehen müssen wir genau  
„hinschauen“.

Ein Fragebogen kann dabei helfen!

Download unter:

<https://die-uk-kiste.jimdo.com/themen/herausforderndes-verhalten/>

# noch genauer hinschauen



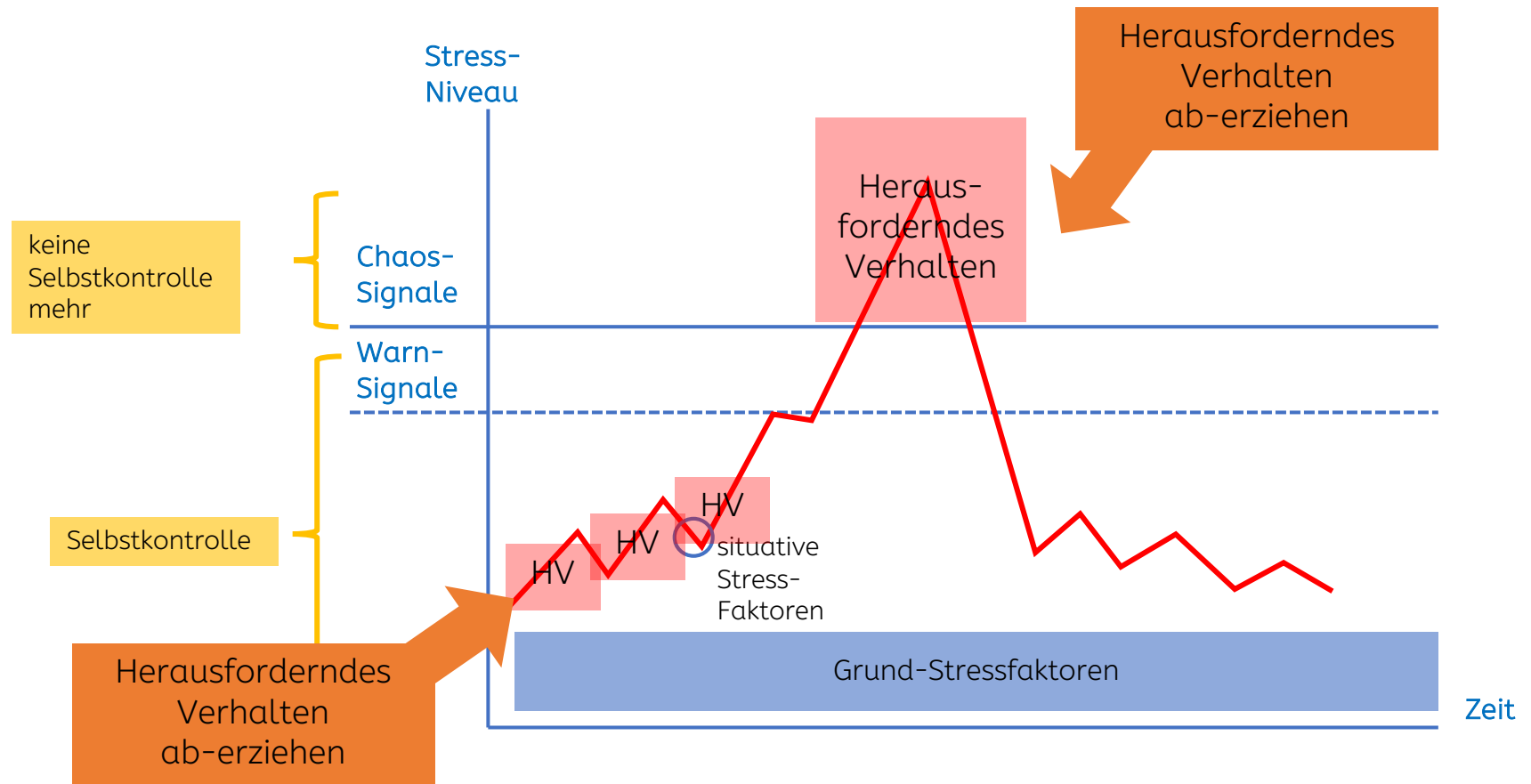
Kopiervorlage und Bastelanleitung zum Download unter:

<https://die-uk-kiste.jimdo.com/themen/herausforderndes-verhalten/>

Herausforderndes  
Verhalten vermeiden

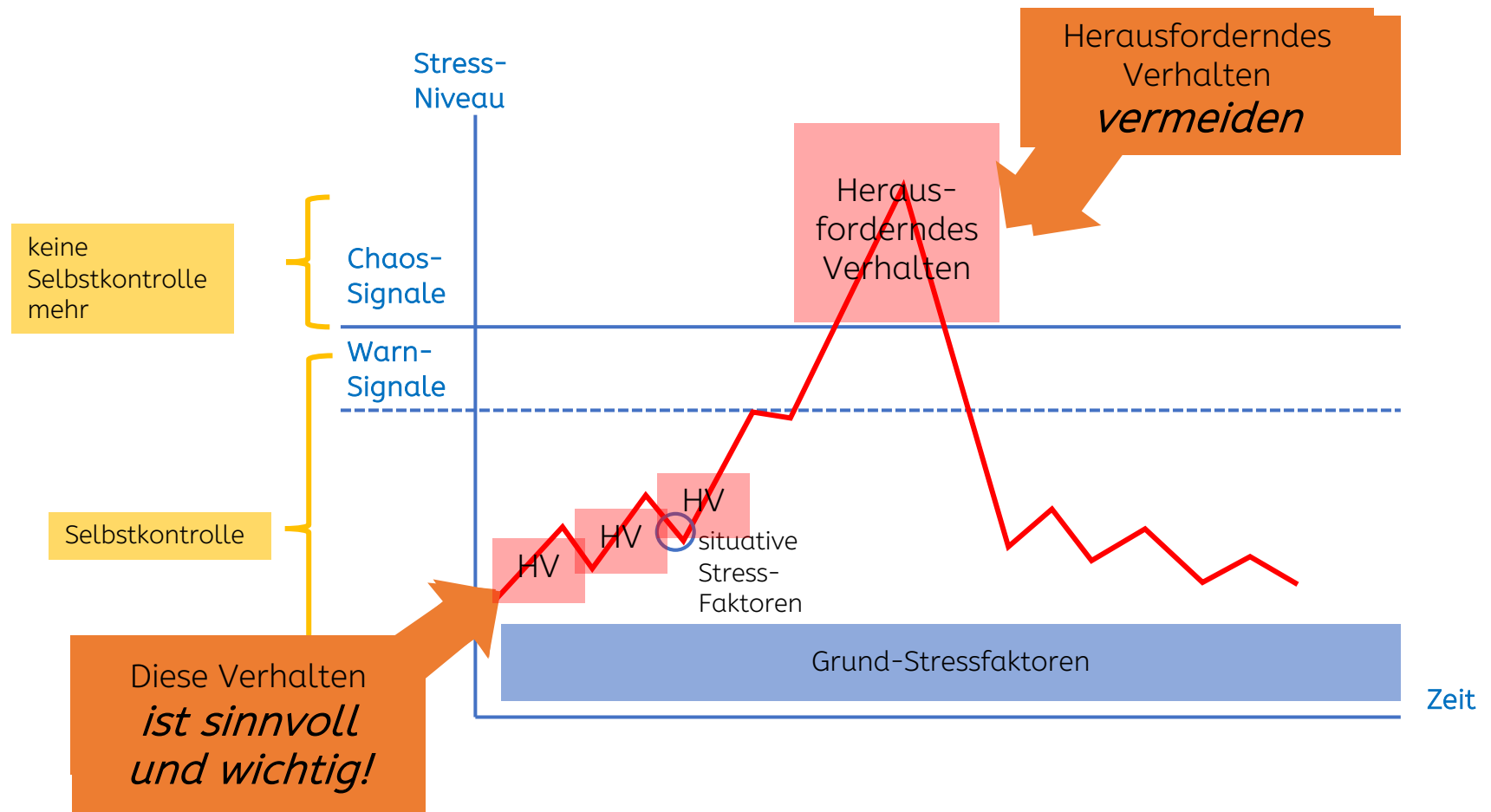
Stress-Modell als Erklärung für HV

# Was tun wir in der Regel?



Stress-Modell als Erklärung für HV

# Das Übel an der Wurzel packen



verschiedene Situationen

# verschiedene Werkzeuge

Verschiedene Situationen erfordern verschiedene Werkzeuge!

## Krisensituationen

- müssen wir managen
- keine Selbstkontrolle
- d.h. kein Lernen möglich
- Regeln, die für Lernsituationen gelten, gelten hier nicht!

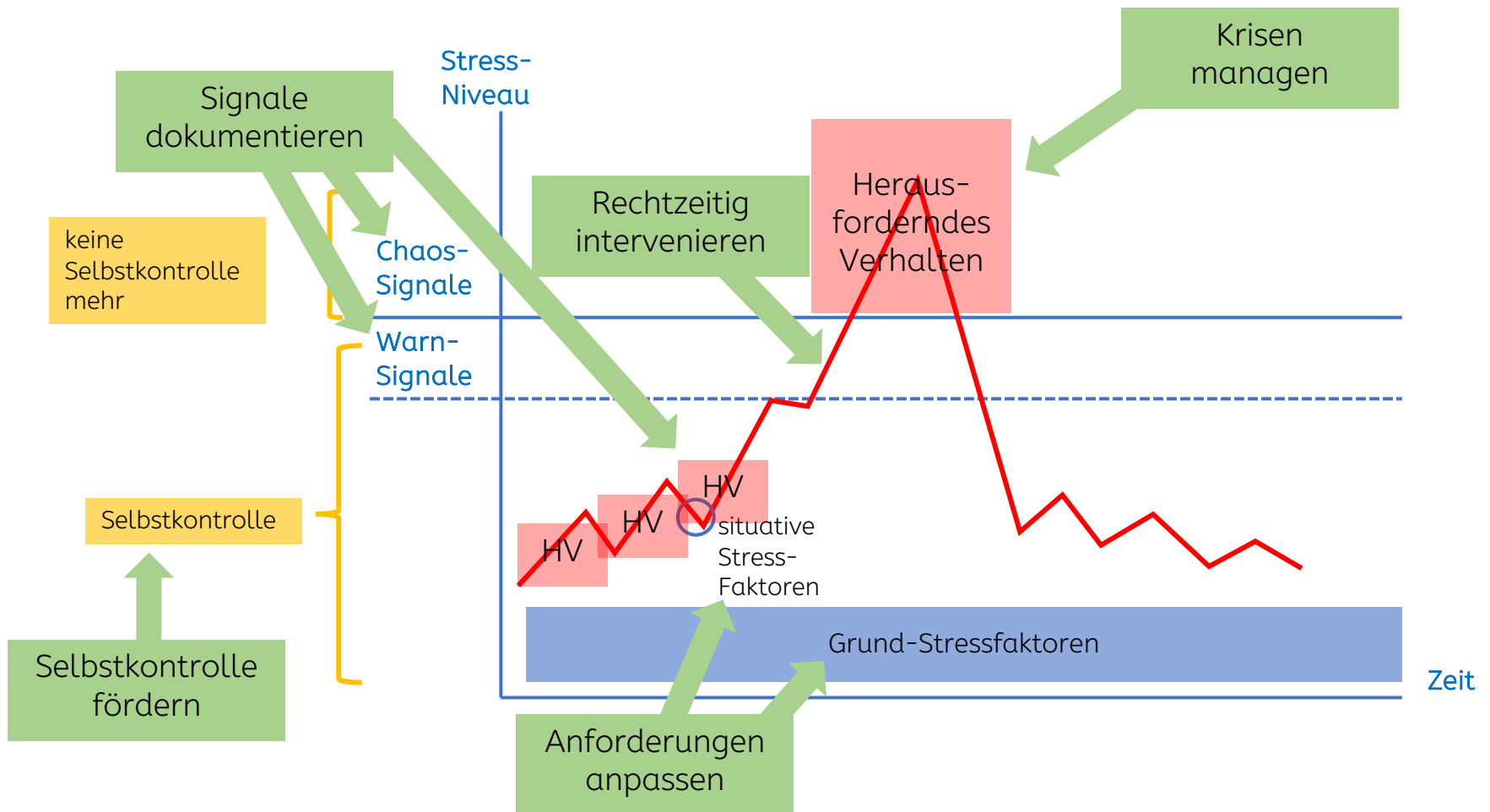
## Lernen

- Ziel: langfristige Veränderung
- geht nur unter guten Bedingungen
- man braucht Selbstkontrolle, um die Kontrolle ein Stück weit abgeben zu können: um kooperieren zu können.



verschiedene Situationen

# verschiedene Werkzeuge

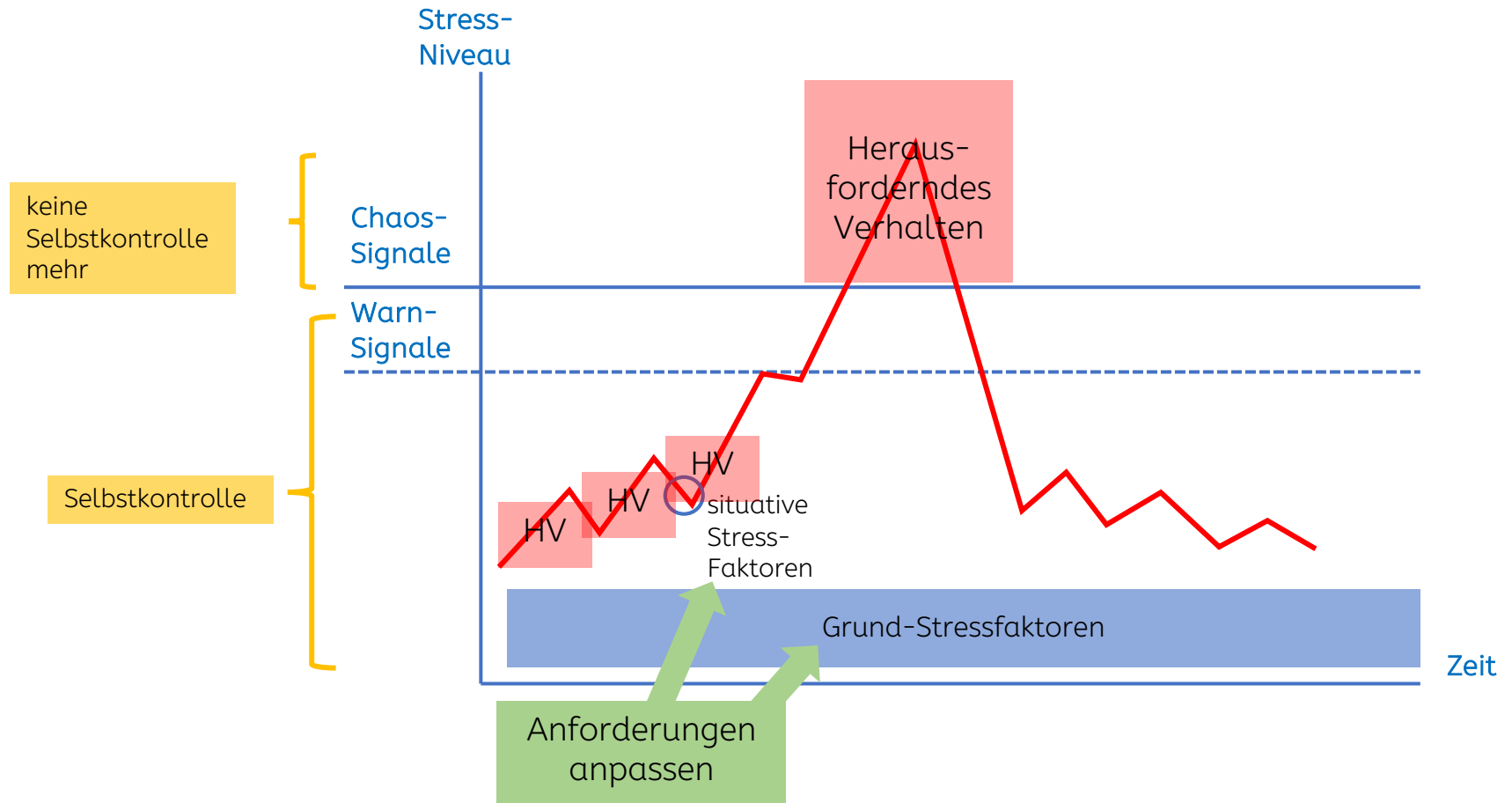


# Langfristige Veränderungen

Anforderungen anpassen,  
um herausforderndes Verhalten zu vermeiden

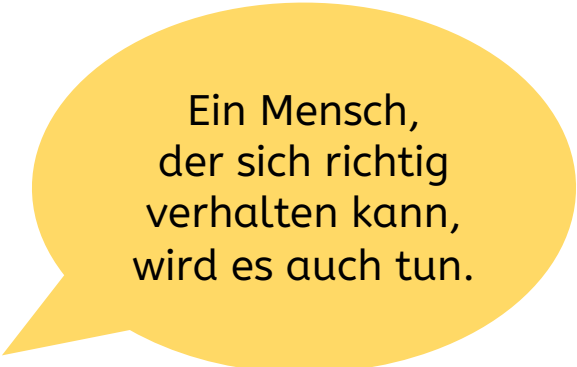
langfristige Veränderungen

# Anforderungen anpassen



# Anforderungen anpassen

- Anforderungen anpassen heißt: das richtige Maß an Druck (den geringstmöglichen Druck) ausüben, dann ist der Schüler in der Lage das Geforderte auszuführen.
- Jeder hat das recht jederzeit „Nein“ zu sagen. Unsere Aufgabe ist es, die Schüler dazu zu bringen, von sich aus „Ja“ zu sagen.
- Wenn eine Anforderung auf die richtige Weise gestellt wurde und nicht zu hoch ist, wird der Schüler sie wahrscheinlich erfolgreich ausführen.
- viele unserer Schüler haben „Anpassungsschwierigkeiten“: es ist besonders wichtig, die Anforderungen anzupassen!!!



Ein Mensch,  
der sich richtig  
verhalten kann,  
wird es auch tun.

Anforderungen anpassen

# Kommunikationsmöglichkeiten erweitern ...

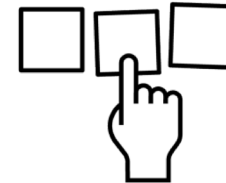
... damit mangelnde Kommunikationsmöglichkeiten  
kein Problem werden



Gebärden



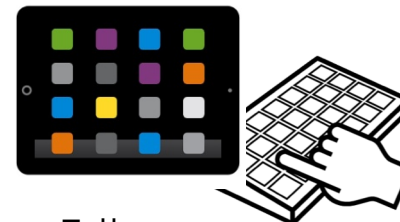
Kommunikationstafeln  
oder -bücher



Bildkarten



sprechende Tasten



Talker

Anforderungen anpassen

# Kommunikationsmöglichkeiten erweitern

Achtung bei sprechenden Schülern aus dem Autismus-Spektrum:

Auch bei großem Wortschatz ist oft die Pragmatik betroffen.

Sie können zwar sprechen,

wissen aber nicht, wozu sie kommunizieren

und wie sie Sprache nutzen können,

um andere zu steuern.

Hilfreich: z.B. Pragmatisch organisierte

Kommunikationsbücher (PODD) wie das Flip-Kommunikationsbuch

(Castañeda/Waignad)



Anforderungen anpassen

# Kommunikationsmöglichkeiten erweitern ...

... um mitteilen zu können, was ein Problem ist

 <p>Etwas tut weh.</p>	 <p>Mir ist schlecht.</p>	 <p>Ich habe Angst.</p>	 <p>Ich weiß nicht, was mir fehlt.</p>
 <p>Jemand hat mich geärgert.</p>	 <p>Ich habe mich gestritten.</p>	 <p>Es ist zu laut.</p>	 <p>Ich bin müde.</p>
 <p>Hunger</p>	 <p>Durst</p>	 <p>Mir ist langweilig.</p>	 <p>Ich habe keine Lust.</p>
 <p>Ich suche etwas.</p>	 <p>Ich brauche etwas in der Hand.</p>	 <p>Das ist zu schwierig.</p>	 <p>etwas anderes</p>

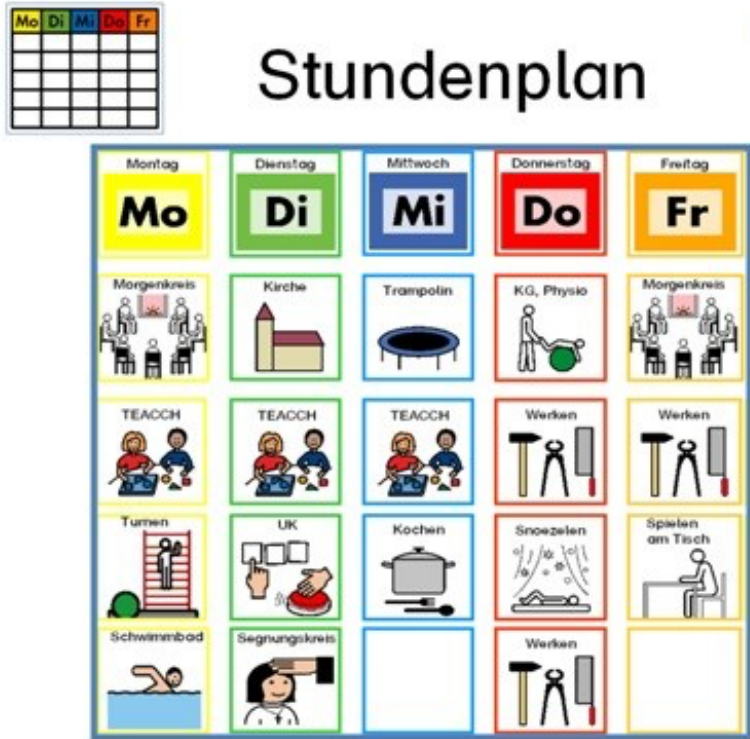
 Ich habe ein Problem

Anforderungen anpassen

Orientierung geben ...

... im Tagesablauf

**Stundenplan**



The image shows a weekly schedule grid titled "Stundenplan". At the top left is a small calendar grid with days Mo, Di, Mi, Do, Fr. The main grid has columns for each day: Montag (Mo), Dienstag (Di), Mittwoch (Mi), Donnerstag (Do), and Freitag (Fr). Each day's column contains five activity boxes with icons and text. A small photo of a person is in the top right corner.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Mo</b>	<b>Di</b>	<b>Mi</b>	<b>Do</b>	<b>Fr</b>
Morgenkreis	Kirche	Trampolin	KG, Physio	Morgenkreis
TEACCH	TEACCH	TEACCH	Werken	Werken
Turnen	UK	Kochen	Snoezelen	Spülen am Tisch
Schwimmbad	Segnungskreis		Werken	





Anforderungen anpassen

Orientierung geben ...

... bei Aufgaben



Anforderungen anpassen

Orientierung geben ...

... bei neuen oder schwierigen Abläufen





Anforderungen anpassen

Orientierung geben ...

... bei Aufgaben mit vielen Handlungsschritten



Anforderungen anpassen

## Tagesform beachten

Ich kann meine Schnürsenkel normalerweise gut binden.  
Nachdem ich in den 7 Stock gerannt bin, kann ich es nicht.

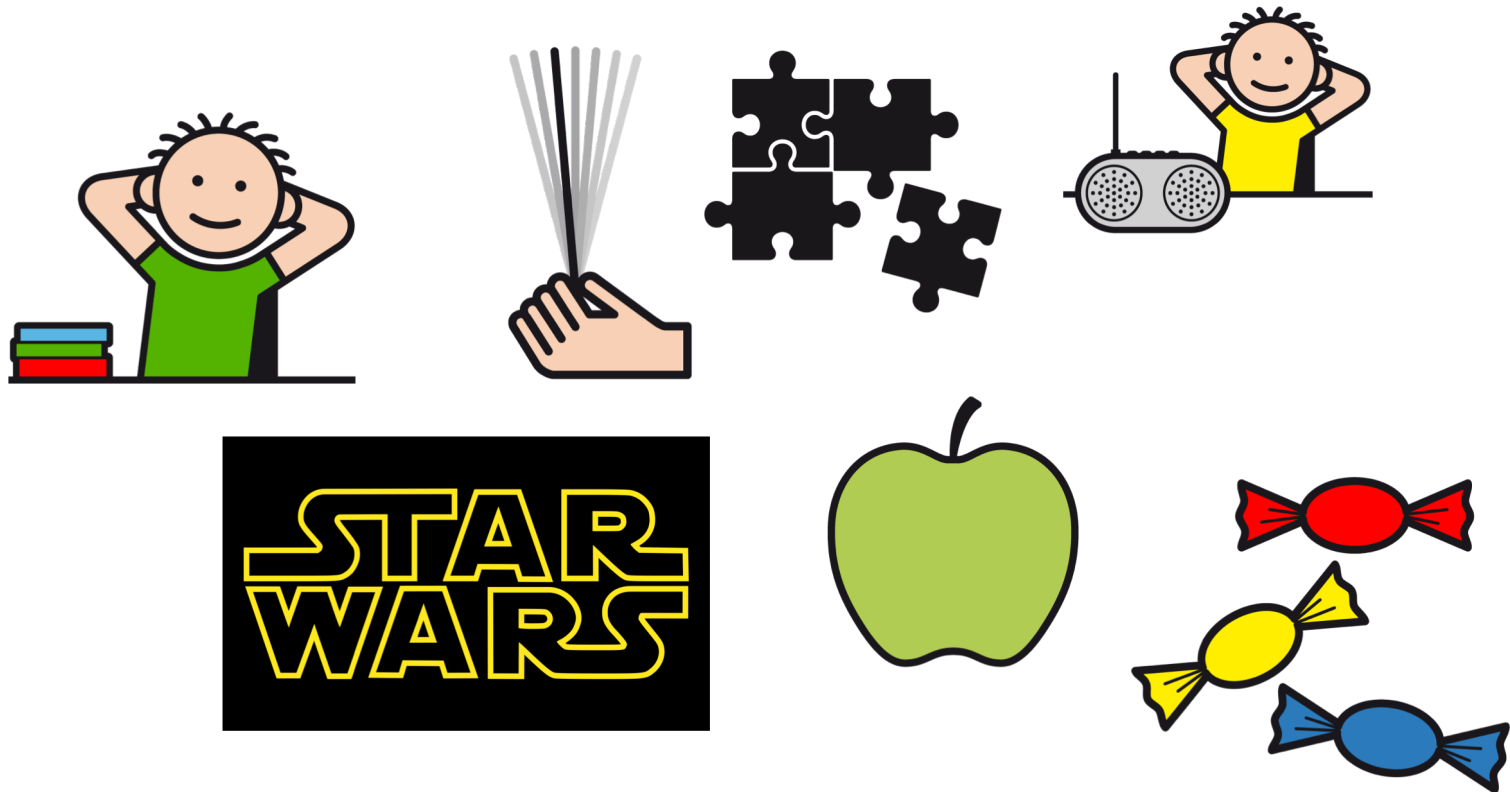
Nicht auf etwas bestehen,  
was jemand an guten  
Tagen kann!



Anforderungen anpassen

# Belohnungen ...

... *in* der Situation, damit der Zusammenhang klar ist!



Anforderungen anpassen

# Übergänge ankündigen





Anforderungen anpassen

etwas zu Ende machen lassen



Anforderungen anpassen

## Warten, bis der Schüler bereit ist

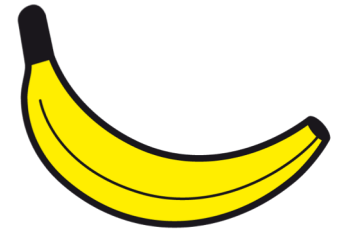
- Handlung/Wechsel, ... rechtzeitig ankündigen
- Wenn es Zeit ist: Aufforderung am besten mit Visualisierung geben.
- dann 2 Minuten warten, dabei die Aufforderung *nicht* wiederholen!





## Aktivitäten mit natürlichem Ende

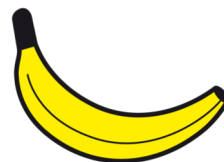
- manche Aktivitäten haben ein natürliches Ende, man muss sie nicht aktiv beenden



- manche Aktivitäten haben kein natürliches Ende, die sind schwieriger zu beenden



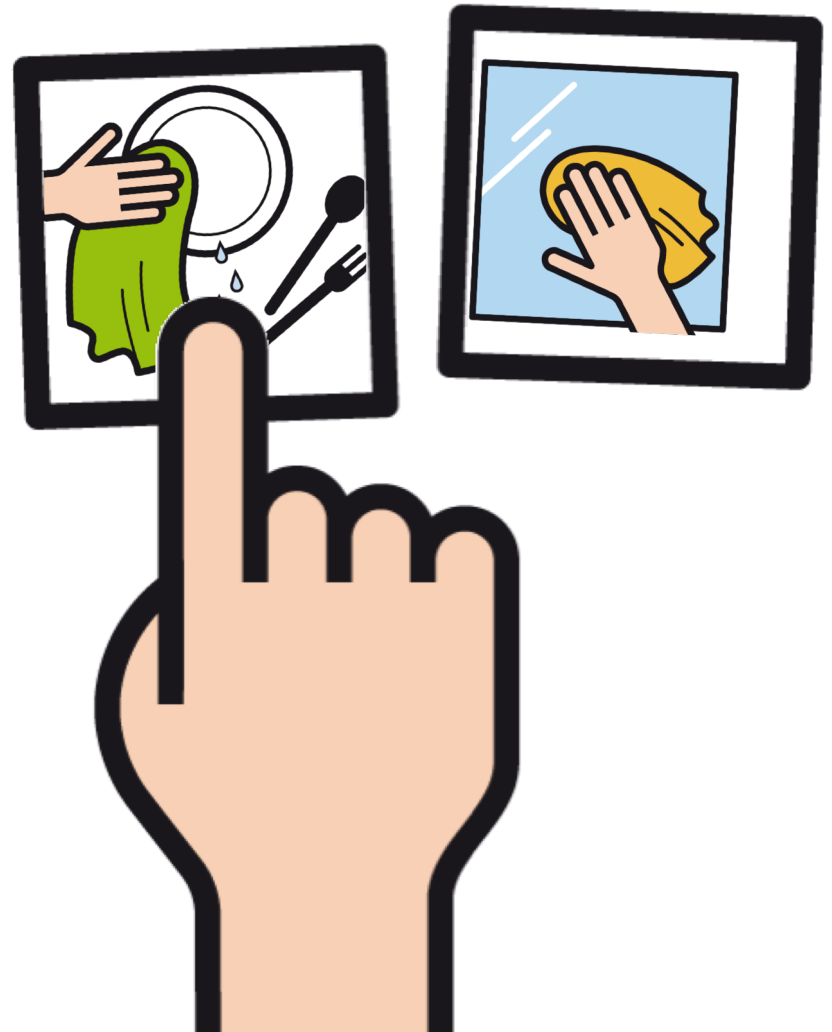
- beliebte Aktivität mit natürlichem Ende als Übergang



Anforderungen anpassen

# Wahlmöglichkeiten

Statt einer Aufgabe  
zwei zur Auswahl anbieten.



Anforderungen anpassen

schwierige Situationen berücksichtigen

... „Warten müssen“ kann man lernen.

Ideen geben, was man in der Warte-Zeit machen kann!

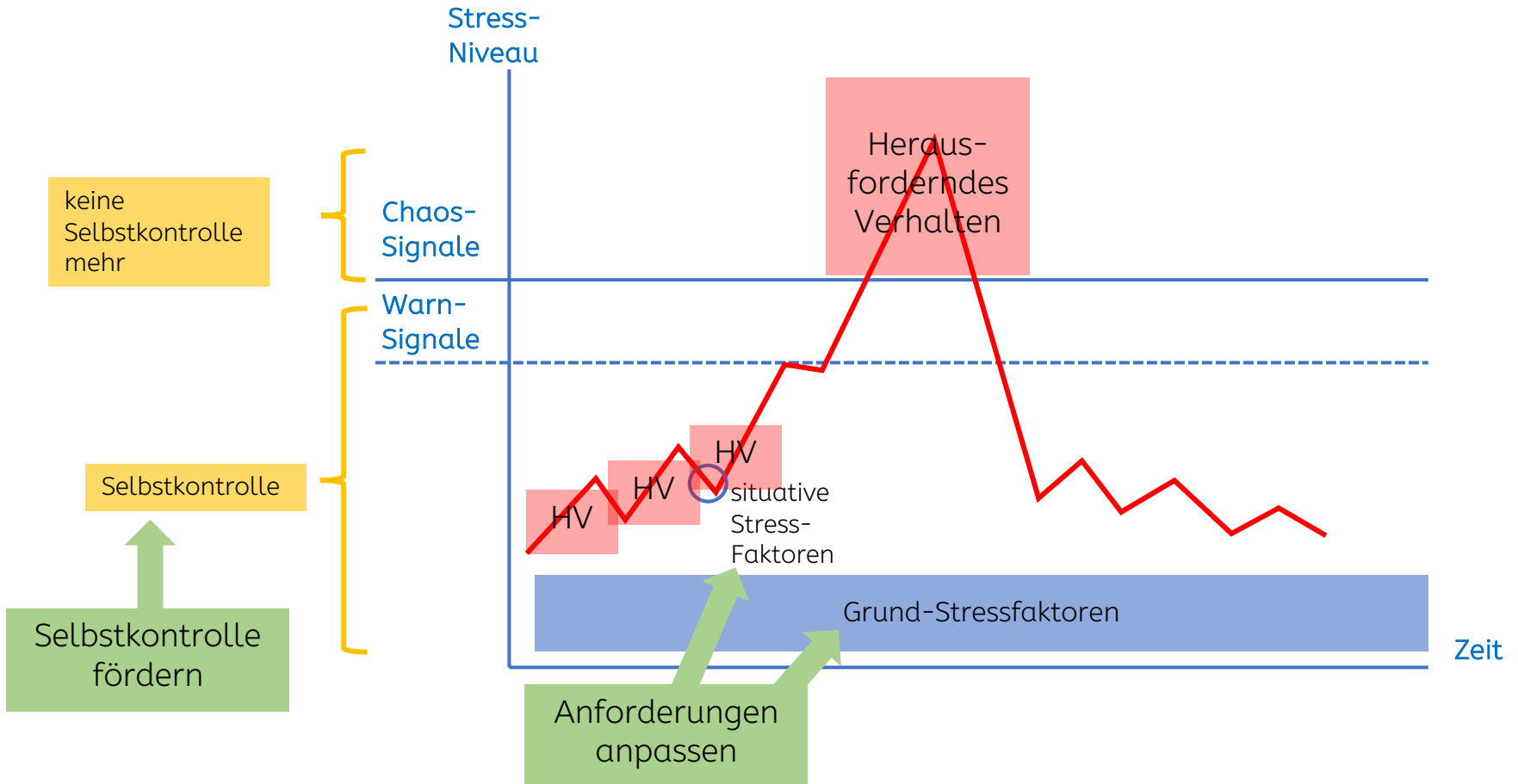


# Selbstkontrolle fördern

Wer sich selbst kontrollieren kann,  
kann seinen Stress-Pegel aktiv senken  
und gerät nicht in Chaos!

Herausforderndes Verhalten vermeiden

# Selbstkontrolle fördern



# Beruhigungsstrategien

Beruhigungsstrategien nutzen wir alle im Alltag, manche bewusst, manche unbewusst.

- tief durchatmen
- auf 10 zählen
- erst mal eine Runde drehen
- auf die Hände setzen
- sich vorstellen, wie wir jemandem eine Bratpfanne auf den Kopf hauen
- ...



Selbstkontrolle fördern

# Selbsterkenntnis fördern

- Warnsignale mit den Schülern reflektieren
- Selbsterkenntnis fördern
- Kommunikationsmöglichkeiten anbieten
- Handlungsmöglichkeiten aufzeigen

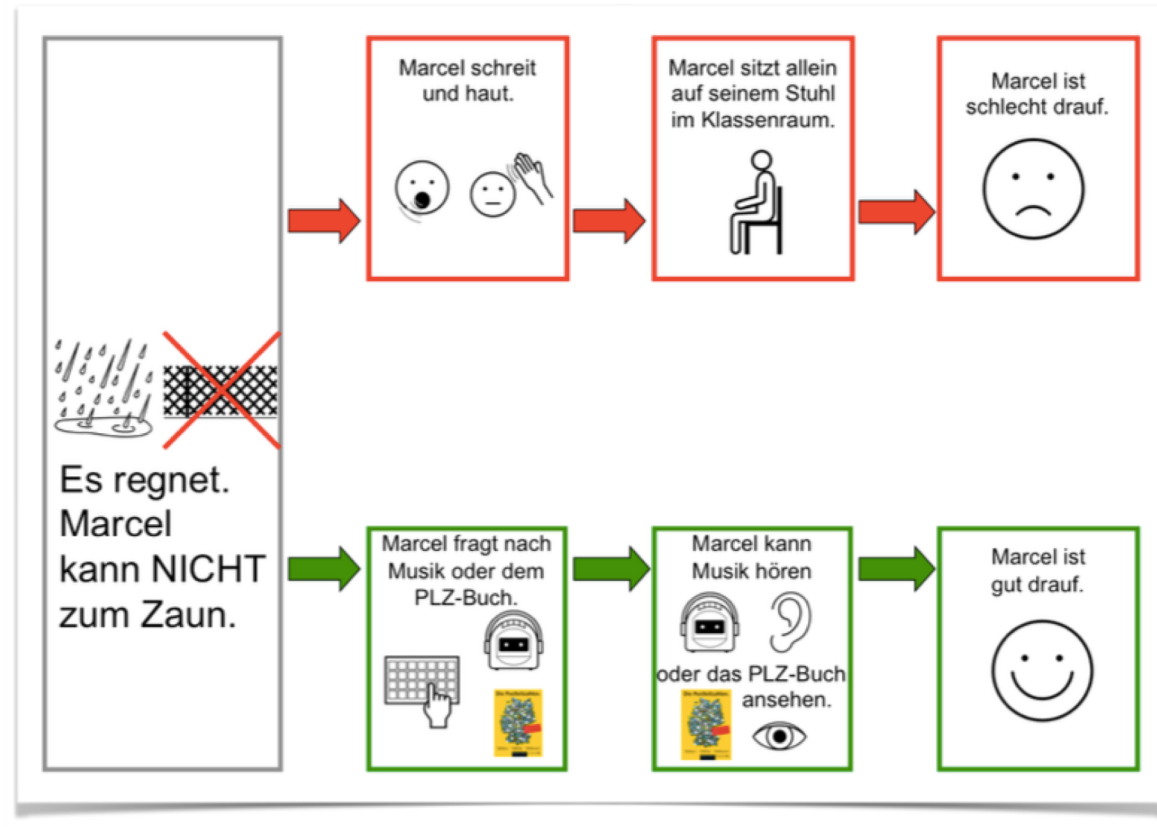
 <p>Ich brauche eine Pause.</p>	 <p>Ich muss mich bewegen.</p>	 <p>Ich muss auf 10 zählen.</p>	 <p>Ich möchte alleine sein.</p>
 <p>Ich brauche Kopfhörer.</p>	 <p>Ich möchte das iPad.</p>	 <p>Ich brauche meinen Lieblingsgegenstand.</p>	 <p>Du sollst mich massieren.</p>
 <p>Ich möchte in den kleinen Raum.</p>	 <p>Ich möchte nach draußen.</p>	 <p>Ich möchte mich verstecken.</p>	 <p>Ich möchte mich ausruhen.</p>
 <p>Ich brauche etwas zum Wedeln.</p>	 <p>Ich brauche etwas in der Hand.</p>	 <p>Ich brauche etwas im Mund.</p>	 <p>etwas anderes</p>

 Ich muss mich beruhigen

Selbstkontrolle fördern

# Alternativen-Pläne

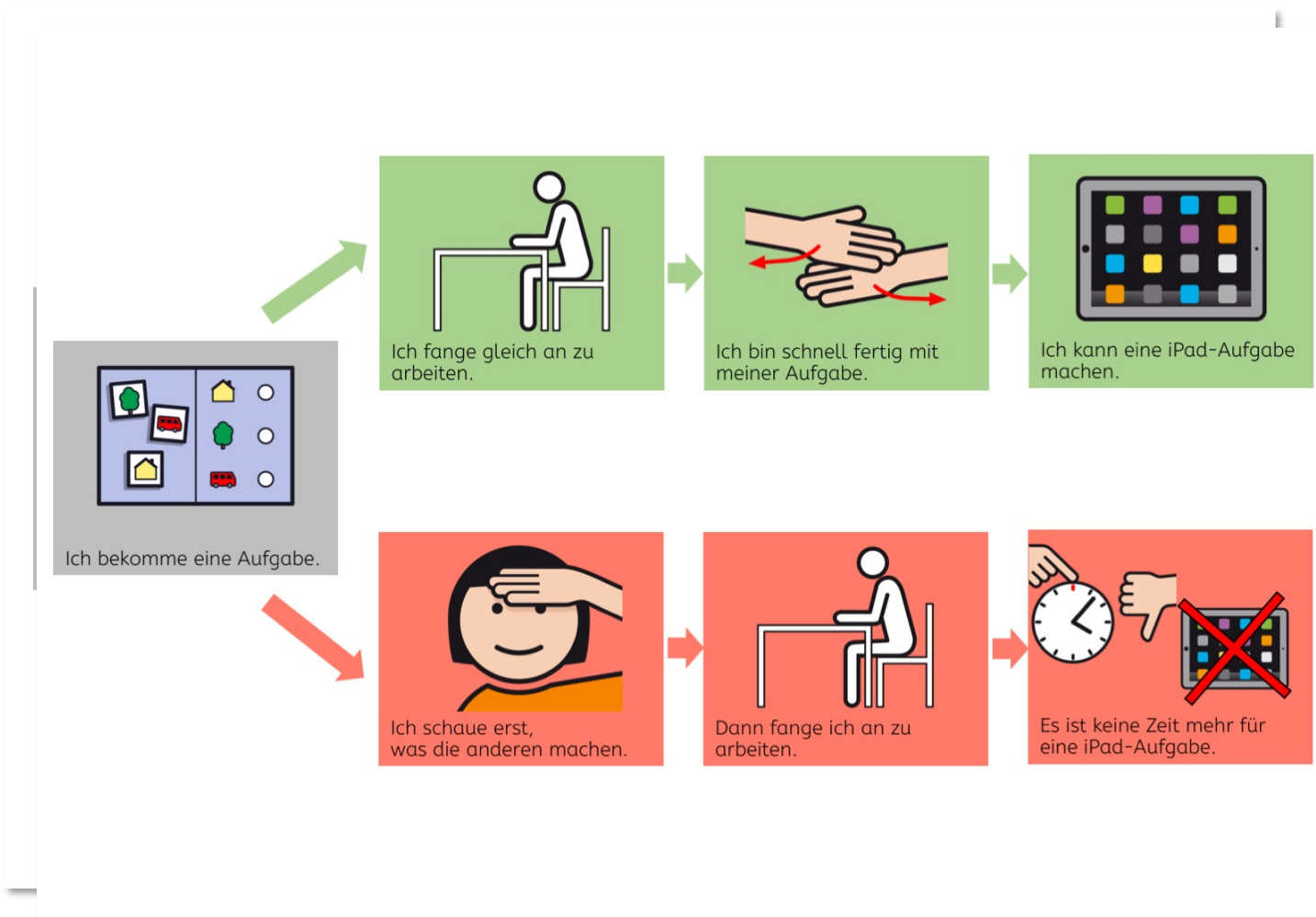
- Alternativen-Pläne fördern das Verstehen einer Situation und der Konsequenzen des eigenen Handelns
- zeigen eine erwünschte Verhaltensalternative auf





Selbstkontrolle fördern

# Alternativen-Pläne



# Alternativen-Pläne

Achtung:  
Die Alternative  
muss die Funktion  
des ursprünglichen  
Verhaltens erfüllen!



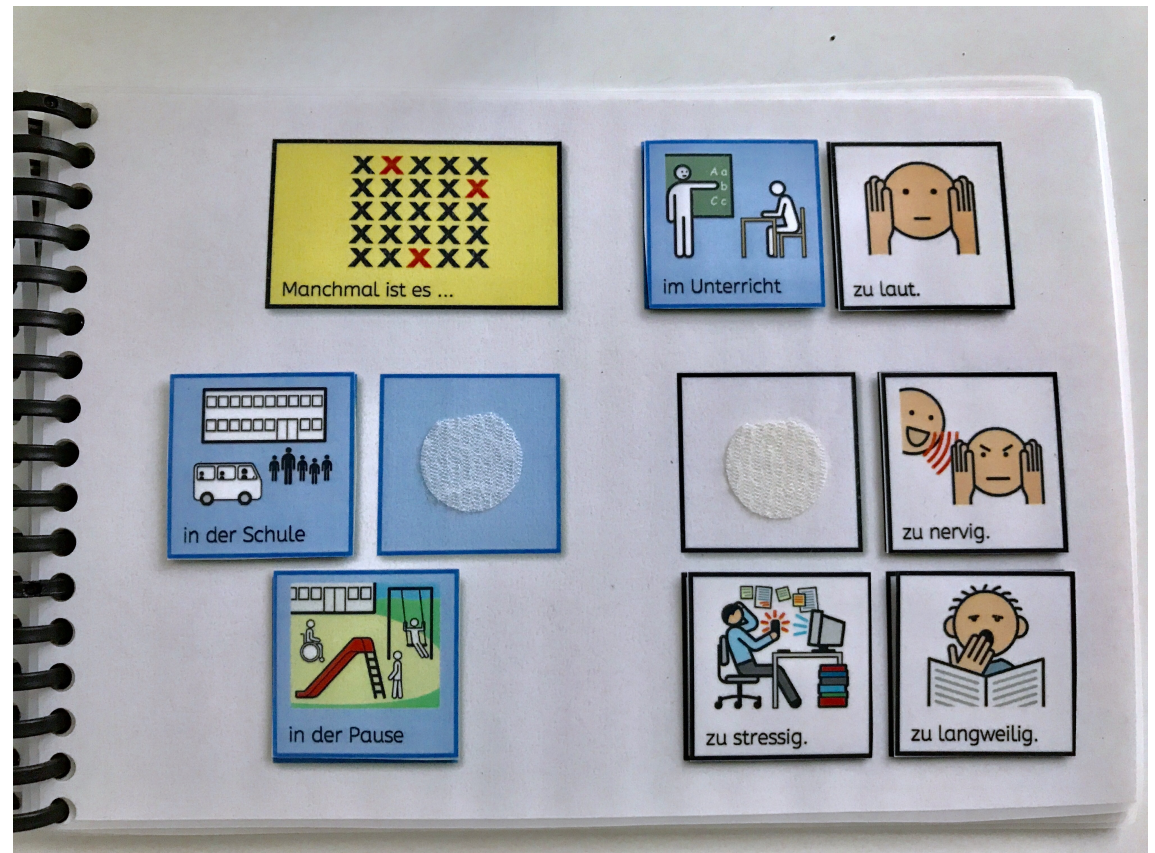
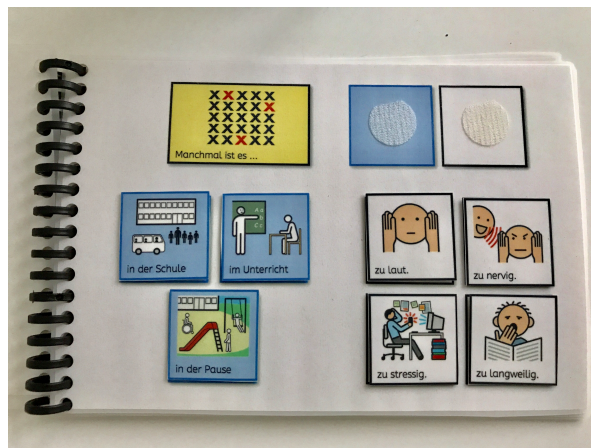
Selbstkontrolle fördern

# Erzählbuch zu sozialem Verhalten



Selbstkontrolle fördern

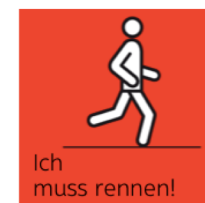
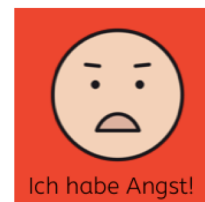
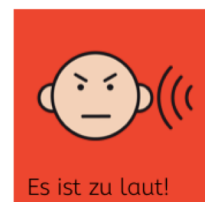
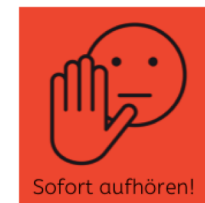
# Erzählbuch zu sozialem Verhalten





Selbstkontrolle fördern

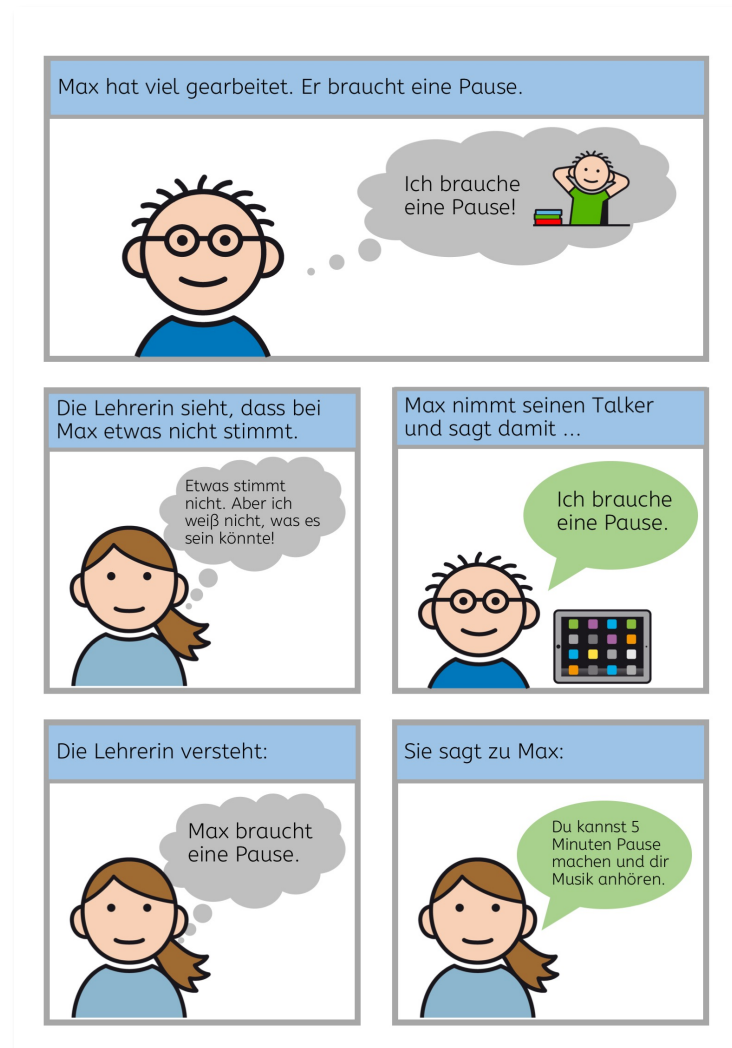
# Selbststeuerung



# Selbstkontrolle fördern besser verstehen

Comic Strip-Conversations  
erleichtern das Verstehen  
sozialer oder kommunikativer  
Situationen

und zeigen, wie man sich gut  
verhalten kann.



Selbstkontrolle fördern

## Bezugspersonen informieren

- Bezugspersonen müssen über Warnsignale informiert sein
- müssen Verhalten kennen, das den Stress senkt

→ das führt zu Vertrauen:

an den kann ich mich wenden,  
der hilft mir dann!



Selbstkontrolle

# Rückzugsorte

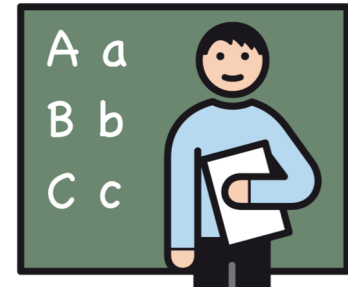
- Wo kann ich hin, wenn es mir zu viel wird?
- Wie muss es dort sein, damit ich mich beruhigen kann?
  - dunkel, eng, kuschelig?
  - Musik, Buch, Massageball?





# Time-Out

- Wer kontrolliert die Auszeit?
  - „Du musst vor die Tür!“ oder „Ich möchte vor die Tür!“

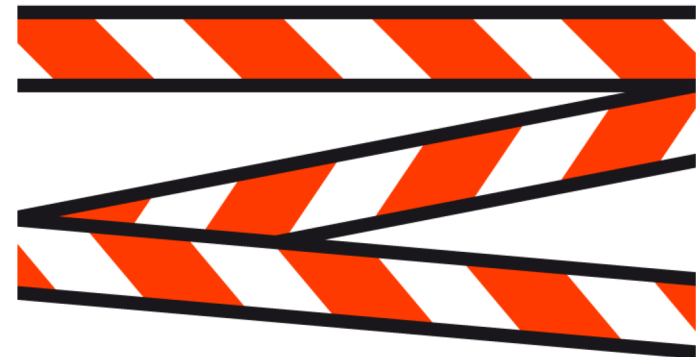
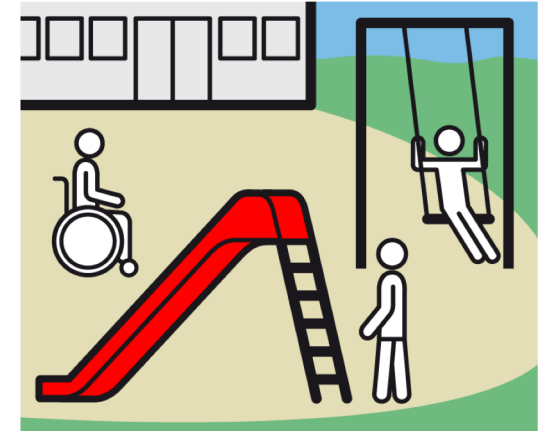


- Unsere Angst: „Die Schülerin will ständig vor die Tür!“
  - Falls das passiert, sollten wir unseren Unterricht attraktiver machen!
  - Vielleicht gibt es eine Testphase am Anfang, bis jemand die Sicherheit hat, dass das Fordern des Time-Outs erhört wird.
  - Ohne Stress, aber mit Selbstkontrolle lernt man am besten. D.H. vielleicht lieber 20 min Time-Out und dann 20 min effektive Lernzeit, als 40 Minuten gar nichts zu lernen!

Selbstkontrolle fördern

# Rückzugsorte

- schwierige Situationen sind oft da wo viele Menschen sind
- z.B. die Pause? Oder die Pause bei Regenwetter?
- bestimmten Bereich absperren, in dem die individuellen Bedürfnisse eines Schülers berücksichtigt werden (z.B. kein Fußball spielen, wenige Kinder, ganz allein ...)



# Rückzugsorte

- Veranstaltungen sind auch eine große Herausforderung:
  - der Ablauf ist anders als sonst
  - evtl. fallen beliebte Angebote (Schwimmunterricht, ...) aus
  - die Veranstaltung ist an einem anderen Ort
  - es sind viele Menschen da

→ alternatives Angebot bei Veranstaltungen einplanen oder Rückzugsort anbieten



Selbstkontrolle fördern

# Kopfhörer

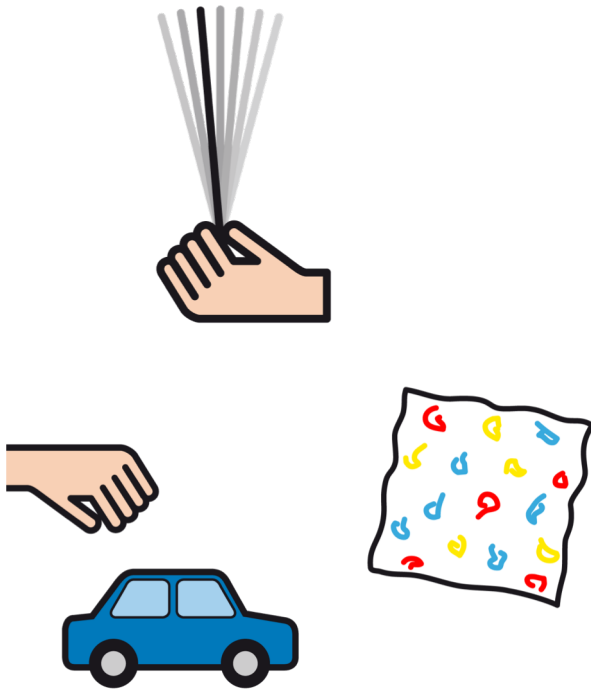
- geräusch-empfindlichen Schülern  
Schallschutz-Kopfhörer anbieten
- Kommunikationsmöglichkeit anbieten,  
um diese einzufordern



Selbstkontrolle fördern

# Komfortgegenstände

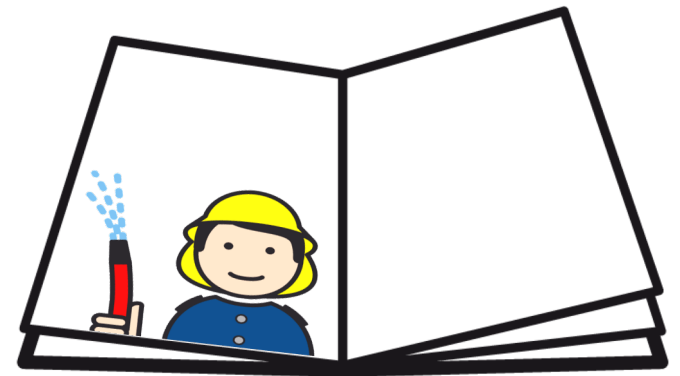
- Gegenstände in der Hand (oder im Mund) beruhigen
- Kommunikationsmöglichkeiten anbieten, um diese einzufordern



Selbstkontrolle fördern

# Spezialinteressen

- besondere Interessen ermöglichen eine starke Fokussierung
- in schwierigen Zeiten kann das helfen

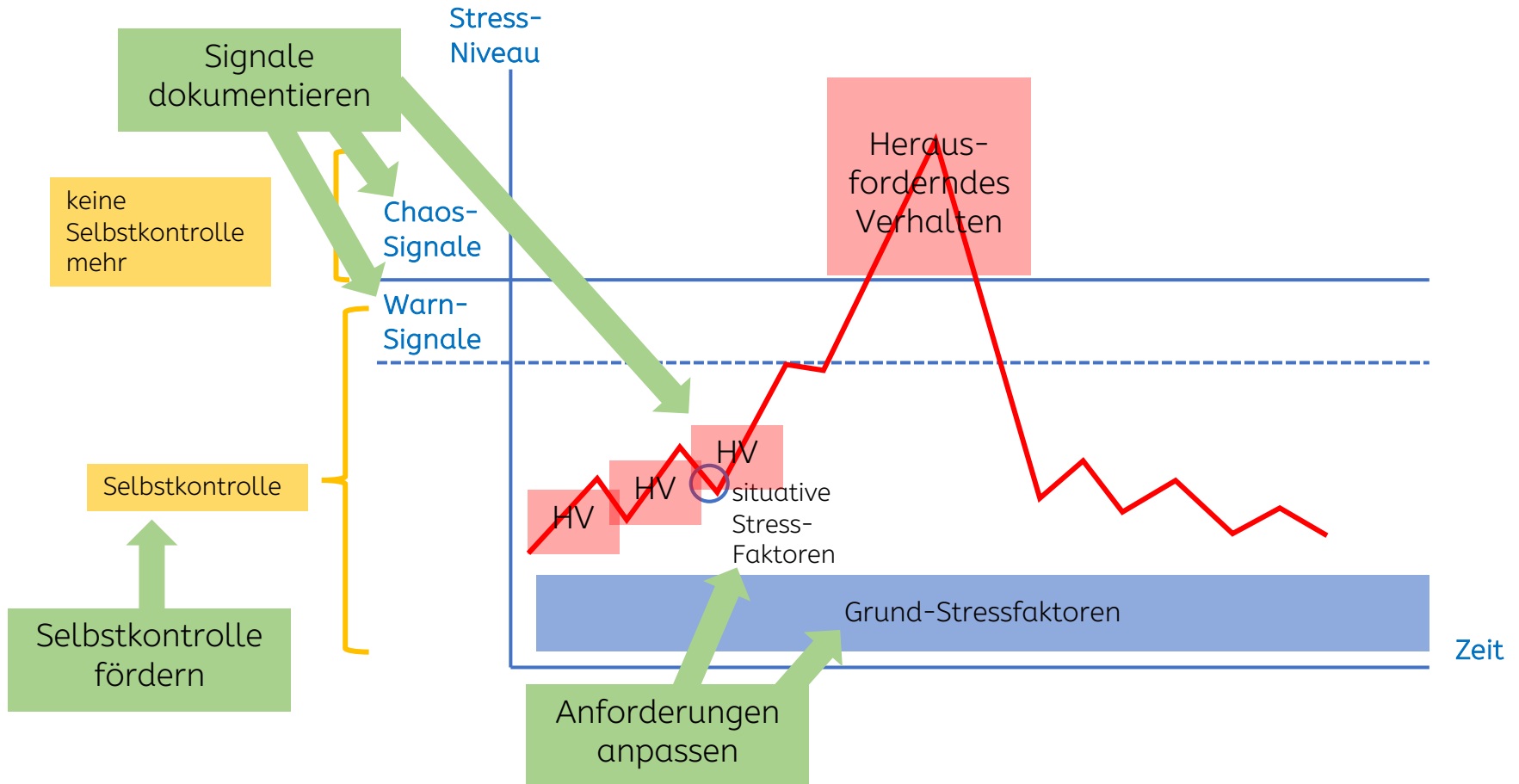


# Signale dokumentieren

Bezugspersonen informieren,  
damit rechtzeitig interveniert werden kann.

Herausforderndes Verhalten vermeiden

# Signale dokumentieren





Herausforderndes Verhalten vermeiden

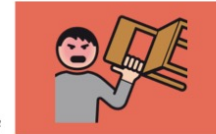
# Signale dokumentieren

- Wie schützt der Schüler sich bei steigendem Stress?
  - Welches - für uns vielleicht herausfordernde Verhalten - zeigt der Schüler, um Stress abzubauen?
  - Davon sollte man ihn besser nicht abhalten, solange er keine Alternative hat!
  - Diese Alternativen kann man ihm aber anbieten...
- Welche Warnsignale für drohenden Kontrollverlust gibt es?
- Welche Chaossignale sendet er, wenn er die Kontrolle verloren hat?
  - Alle Bezugspersonen sollten darüber Bescheid wissen!
  - Dokumentation z.B. in Ich-Büchern

# Signale dokumentieren

## Auslöser – Reaktion – Hilfestellung

Diese Seite wurde zuletzt überarbeitet am: 15.05.2017



### Wut:

Schreien, aufstehen oder auf den Boden fallen lassen, Kopf in den Nacken werfen, Brust stark überstrecken, weinen, stampfen/hüpfen.

### Selbstverletzung:

Suliman schlägt sich mit den Fäusten gegen den Kopf, oder er schlägt seinen Kopf gegen die Wand/das Fenster/den Boden, ...

### Fremdverletzung:

z.T. schlägt Suliman nach Erwachsenen, oder versucht ins Gesicht zu greifen/zu Kratzen oder den Kragen zu packen und zu ziehen (Achtung mit Ketten!), z.T. spuckt Suliman oder nimmt Spucke zwischen die Finger und versucht damit zu werfen.

### Das können Auslöser dafür sein:

- Weg von Ort zu Ort
- jmd. nimmt was weg
- Aufforderung zu etw. /z.B. Toilette
- laute Umgebung
- räumliche Enge
- in sich versunken (Erinnerungen, Gedanken, Kopfschmerzen?)

### So kann man Suliman helfen:

(siehe Regeln für den „Unaufgeregten Umgang“!)

- in den Arm nehmen
- leise ansprechen
- sein Lied summen „dedededaa“
- auf dem Schoß wieg.
- klatschen
- von der Gruppe trennen
- Ablenken (z.B. Seifenblasen)

### Verhaltensregeln:

- andere Kinder schützen,
- Suliman vor sich selbst schützen,
- sich selbst schützen.

### Dokumentation:

Die Schulbegleitung dokumentiert Sulimans Ausraster. Hoffentlich lernen wir so, Suliman besser zu verstehen.



Reaktionen

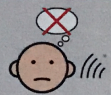
# Signale dokumentieren

## Auslöser – Reaktion – Hilfestellung



Das können Auslöser sein:

Keiner versteht,  
was ich meine!



Ich weiß nicht,  
was man von mir will.



Ich möchte lieber  
etwas anderes tun.



Ich reagiere dann so:

Ich werde sehr laut.



Ich renne im Kreis.



Ich drehe mich  
mit den Armen  
(hinter dem  
Rücken)  
im Kreis.



So kannst du mir helfen:

Gehe beruhigend  
auf mich ein, indem  
du leise mit mir sprichst.



Tröste mich.



Warte,  
bis meine  
Spannung nachlässt.



Reaktionen

# Ich-Bücher

In Ich-Büchern stehen natürlich noch viel mehr hilfreiche Informationen:

- Vorlieben und Abneigungen
- Kommunikationsmöglichkeiten und -Schwierigkeiten
- Kompetenzen und Hilfebedarf
- ...



Eine Vorlage für Ich-Bücher gibt es hier:

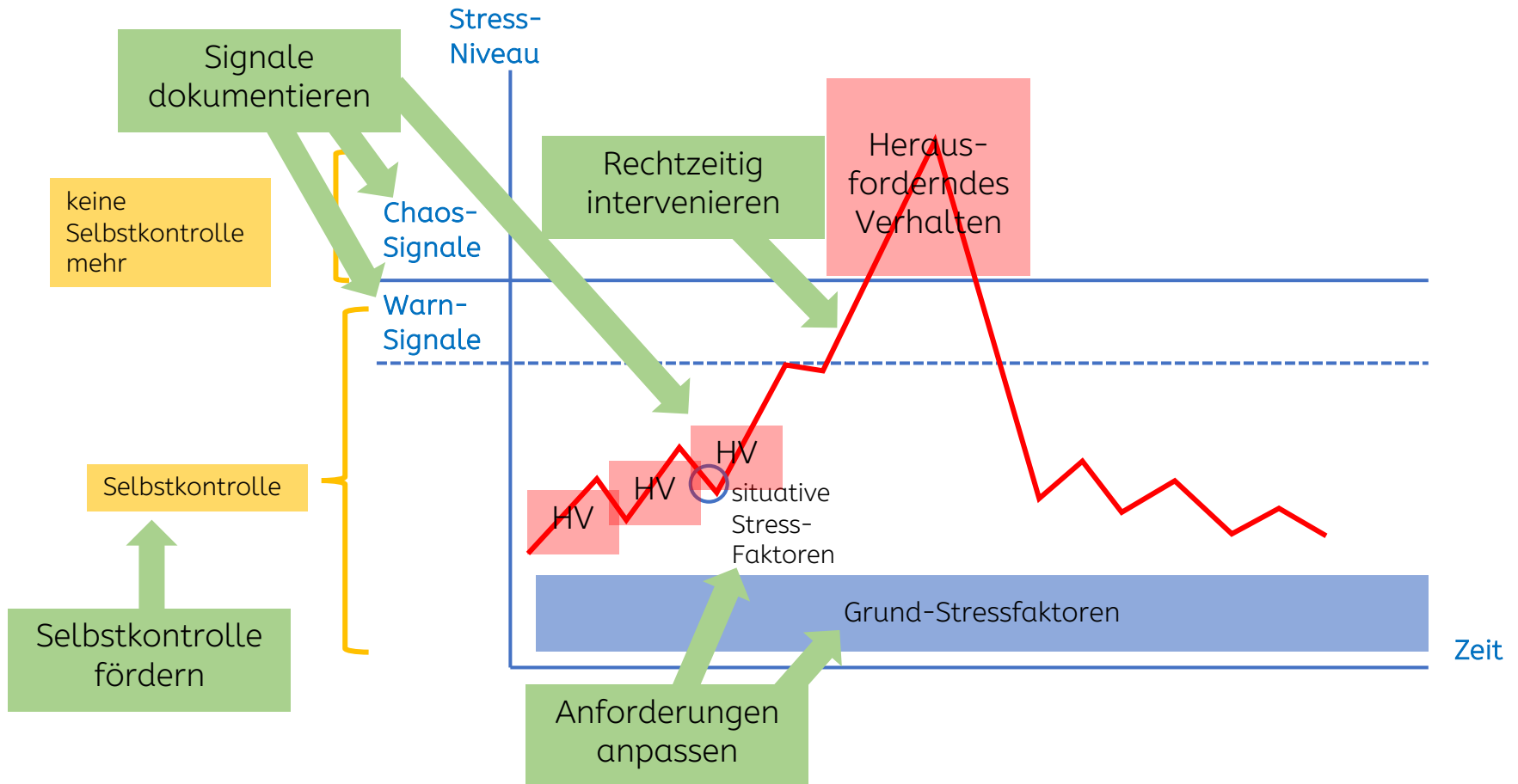
<https://die-UK-Kiste.jimdo.de>

> Themen > Unterstützte Kommunikation > Ich-Bücher

Rechtzeitig intervenieren

Herausforderndes Verhalten vermeiden

# Rechtzeitig intervenieren



- drohender Kontrollverlust:
- wir übernehmen kurz die Kontrolle,  
um dem Schüler gleich wieder zu ermöglichen  
die Selbstkontrolle zurück zu erlangen.
- Rückzugsort anbieten, Komfortgegenstand holen, Kopfhörer anbieten,  
ablenken, ...

# Krisen managen

Unaufgeregter Umgang



# Gefährlich oder nicht?

- natürlich müssen wir zuerst einschätzen, ob durch die Krise eines Schülers jemand gefährdet wird (andere Schüler, wir, der Schüler selbst)
- alle unnötigen Personen aus der Situation rausnehmen (d.h. die anderen Schüler verlassen den Raum, nicht der Schüler in der Krise wird vor die Tür gezerrt)
- Regeln für den unaufgeregten Umgang

# Herausforderndes Verhalten vermeiden

# Unaufgeregter Umgang mit HV

## Unaufgeregter Umgang mit Konflikten

aus: Bo Hejlskov Elvén – Herausforderndes Verhalten vermeiden

### Vermeide Blickkontakt!

Blickkontakt ist psychischer Stress. Schau woanders hin. Fordere den Schüler niemals auf, dir in die Augen zu schauen.



### Halte Abstand!

Wenn der Schüler zurückweicht, geh auch zurück! Geh nicht auf ihn zu! Stell dich seitlich, nie frontal gegenüber!



### Setz dich hin!

Du nimmst weniger Raum ein! Deine Muskeln sind weniger angespannt! Du kannst leichter ruhig bleiben!



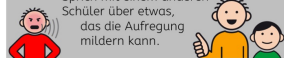
### Nachgeben!

Nicht auf etwas bestehen: heißt einen Konflikt verhindern. Überlege in Ruhe, wie du den Konflikt das nächste Mal verhindern kannst.



### „Billard-Trick“

Sprich den Schüler nicht direkt an. Sprich mit einem anderen Schüler über etwas, das die Aufregung mildern kann.



### Ablenken!

- zum Lachen bringen!
- Biete eine Tasse Tee oder einen Keks an!
- Setz dich aufs Sofa und lies eine Geschichte vor!
- Spiel mit einem Lieblingspielzeug!

Das ist keine Belohnung! Wenn Belohnungen so einfach funktionieren würden, hätten wir das ganze Problem nicht!



### Reagiere ruhig!

Wenn du dich aufregst, kannst du dem Schüler nicht helfen!



Atme bewusst tief ein und aus!

### Vermeide Berührungen!

Wenn es aber sein muss:  
- Locker anfassen  
- 5-10 sek. Bewegungen des Schülers mitmachen  
- dann loslassen



### Demonstriere keine Stärke!

Mach dich nicht groß, spanne keine Muskeln an!



### Sprich ganz ruhig!

Nicht schreien!!!  
Sprich nicht über das Verhalten, sondern über etwas anderes. Oder über eine mögliche Lösung für den Konflikt.



### Tausche mit jemandem!

Dein Kollege kann vielleicht ruhiger sein, und die Situation entspannen!



### Warten!

Zeit lassen, damit der Schüler sich selbst unter Kontrolle bekommt. Zeit lassen, damit er eine Aufforderung umsetzen kann.



# Reagiere ruhig!

## Reagiere ruhig!

Wenn du dich aufregst,  
kannst du dem Schüler  
nicht helfen!

Atme bewusst tief ein und aus!



# Spiegelneuronen

- dafür sind Spiegelneuronen im Gehirn verantwortlich
- Emotionen übertragen sich auf andere, das hilft uns empathisch zu sein
- Vorurteil: gerade Menschen aus dem ASS können sich nicht in andere hineinversetzen
- stattdessen ist nachgewiesen: sie können bei Emotionen schlechter unterscheiden, ob es eigene oder die von anderen sind: im Gehirn sind in beiden Fällen die gleichen Bereiche aktiv
- bei (erwachsenen) neurotypischen Menschen sind es verschiedene Bereiche

Unaufgeregter Umgang mit HV

## Vermeide Blickkontakt!

### Vermeide Blickkontakt!

Blickkontakt ist psychischer Stress.  
Schau woanders hin.  
Fordere den Schüler niemals auf,  
dir in die Augen zu schauen.



# Vermeide Berührungen!

## Vermeide Berührungen!

Wenn es aber sein muss:

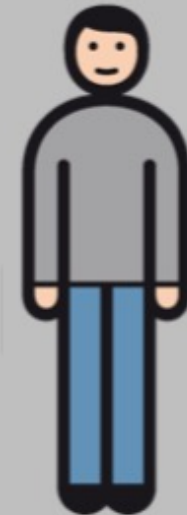
- locker anfassen
- 5-10 sek. Bewegungen des Schülers mitmachen
- dann loslassen



# Halte Abstand!

## Halte Abstand!

Wenn der Schüler zurückweicht, geh auch zurück!  
Geh nicht auf ihn zu!  
Stell dich seitlich,  
nie frontal gegenüber!



Unaufgeregter Umgang mit HV

## Demonstriere keine Stärke!

Demonstriere keine Stärke!

Mach dich nicht groß,  
spann keine Muskeln an!





Unaufgeregter Umgang mit HV

## Setz dich hin!

### Setz dich hin!

Du nimmst weniger Raum ein!  
Deine Muskeln sind weniger  
angespannt!  
Du kannst leichter  
ruhig bleiben!



Unaufgeregter Umgang mit HV

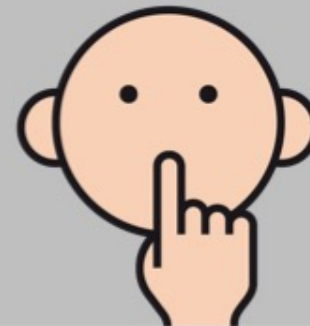
# Sprich ganz ruhig!

## Sprich ganz ruhig!

Nicht schreien!!!

Sprich nicht über das Verhalten,  
sondern über etwas anderes.

Oder über eine mögliche Lösung  
für den Konflikt.



# Nachgeben!

## Nachgeben!

Nicht auf etwas bestehen:  
heißt einen Konflikt verhindern.  
Überlege in Ruhe, wie du den  
Konflikt das nächste Mal  
verhindern kannst.

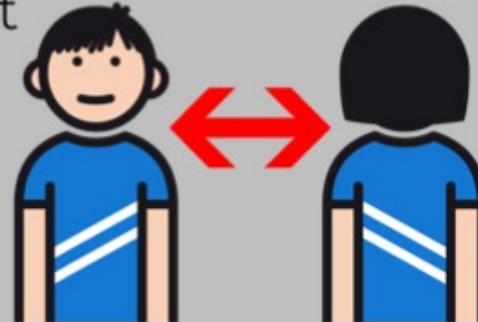


Unaufgeregter Umgang mit HV

# Tausche mit jemandem!

## Tausche mit jemandem!

Dein Kollege kann vielleicht ruhiger sein, und die Situation entspannen!



# Warten!

## Warten!

Zeit lassen, damit der Schüler sich selbst unter Kontrolle bekommt.  
Zeit lassen, damit er eine Aufforderung umsetzen kann.



## „Billard-Trick“

### „Billard-Trick“

Sprich den Schüler nicht direkt an.  
Sprich mit einem anderen  
Schüler über etwas,  
das die Aufregung  
mildern kann.



Unaufgeregter Umgang mit HV

# Ablenken!

## Ablenken!

- zum Lachen bringen!
- Biete eine Tasse Tee oder einen Keks an!
- Setz dich aufs Sofa und lies eine Geschichte vor!
- Spiel mit einem Lieblingsspielzeug!

Das ist keine Belohnung! Wenn Belohnungen so einfach funktionieren würden, hätten wir das ganze Problem nicht!



## Unaufgeregter Umgang mit Konflikten

aus: Bo Hejlskov Elvén –  
Herausforderndes Verhalten vermeiden

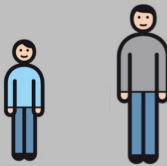
### Vermeide Blickkontakt!

Blickkontakt ist psychischer Stress.  
Schau woanders hin.  
Fordere den Schüler niemals auf,  
dir in die Augen zu schauen.



### Halte Abstand!

Wenn der Schüler zurück-  
weicht, geh auch zurück!  
Geh nicht auf ihn zu!  
Stell dich seitlich,  
nie frontal gegenüber!



### Setz dich hin!

Du nimmst weniger Raum ein!  
Deine Muskeln sind weniger  
angespannt!  
Du kannst leichter  
ruhig bleiben!



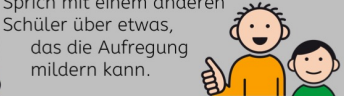
### Nachgeben!

Nicht auf etwas bestehen:  
heißt einen Konflikt verhindern.  
Überlege in Ruhe, wie du den  
Konflikt das nächste Mal  
verhindern kannst.



### „Billard-Trick“

Sprich den Schüler nicht direkt an.  
Sprich mit einem anderen  
Schüler über etwas,  
das die Aufregung  
mildern kann.



### Ablenken!

- zum Lachen bringen!
- Biete eine Tasse Tee oder einen Keks an!
- Setz dich aufs Sofa und lies eine Geschichte vor!
- Spiel mit einem Lieblingsspielzeug!

Das ist keine Belohnung! Wenn Belohnungen so einfach funktionieren würden, hätten wir das ganze Problem nicht!

### Reagiere ruhig!

Wenn du dich aufregst,  
kannst du dem Schüler  
nicht helfen!



Atme bewusst tief ein und aus!

### Vermeide Berührungen!

Wenn es aber sein muss:  
- locker anfassen  
- 5-10 sek. Bewegungen des  
Schülers mitmachen  
- dann loslassen



### Demonstriere keine Stärke!

Mach dich nicht groß,  
spann keine Muskeln an!



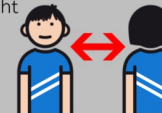
### Sprich ganz ruhig!

Nicht schreien!!!  
Sprich nicht über das Verhalten,  
sondern über etwas anderes.  
Oder über eine mögliche Lösung  
für den Konflikt.



### Tausche mit jemandem!

Dein Kollege kann vielleicht  
ruhiger sein, und die  
Situation entspannen!

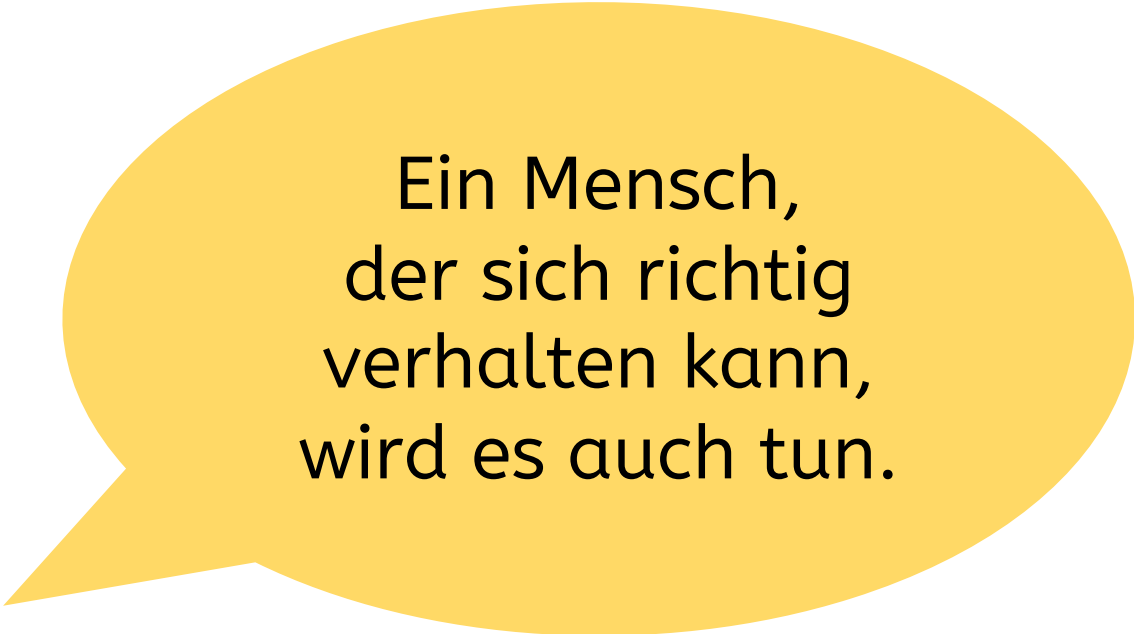


### Warten!

Zeit lassen, damit der Schüler sich  
selbst unter Kontrolle bekommt.  
Zeit lassen, damit er eine  
Aufforderung umsetzen kann.





A yellow speech bubble with a tail pointing towards the bottom-left corner, containing the text "Ein Mensch, der sich richtig verhalten kann, wird es auch tun." in black font.

Ein Mensch,  
der sich richtig  
verhalten kann,  
wird es auch tun.

Geben wir ihm die Möglichkeit dazu!