

«Umgang von aggressiv anmutenden Verhaltensweisen in der therapeutischen Begleitung»

Eingeladen von:

Fachtagung Autismus BBV Ravensburg

M. Sc. Matthias Huber

28.01.2017

Was heisst das?

- Aggressiv anmutendes Verhalten ist eine Art von Kommunikation, die für keine der Beteiligten als äusserst gelingend angesehen wird, aber meist die einzige Möglichkeit des sich Ausdrückens für Jenen ist, der das Verhalten zeigt.

Mögliche Ursachen von aggressiv anmutenden Verhaltensweisen

- Lärm am Arbeitsplatz: A. flucht Mit-Lernende an, als sie fragen, ob er mit in Pause kommen wolle -> **Hypersensibilität**
- Schlüssel nicht sofort gefunden: Fensterscheibe am Seiteneingang einschlagen: **Unvorhergesehenes**, im Voraus nicht damit gerechnet (keinen Plan)
 - A. heult laut vor sich hin. Schmeisst Glas, als er darauf aufmerksam gemacht wird, er sei zu laut -> **Wenig Kenntnisse über Emotionsregulierung, Kränkung**
 - Wutanfall, da irgend etwas voraus gesetzt wird, was er/sie nicht weiss. Gegenüber denkt zwar, er/sie würde es wissen, doch in einem anderen oder neuen Kontext eben nicht. Wissen nur in vertrautem Kontext abrufbar -> **Nichtverstanden** was verlangt wird
 - A. sagt: „Ein Anderer hat Ihnen die letzten Tage die ganze Zeit geholfen. Warum muss ich plötzlich helfen, das macht doch keinen Sinn??“ -> **Zu gesetzmässig im Denken, Abwechseln nicht bewusst**

Mögliche Ursachen

- „Wir gehen zum Tisch und danach zur Geschirrschublade“. Stattdessen wird zuerst zur Geschirrschublade gegangen -> **Ungenaue Aussagen**
- Motivationsaussage: „Das ist einfach, kann jeder, das kannst du auch...“ führt zu Wutanfall, wenn es nicht geht -> Sich zu **inkompetent fühlen**
- „Raume diese Kisten weg“: A. tut nichts. **Geht nicht auf Kommando** (Flexibilität)
- Ängstlich, weil man nicht weiss, ob man es kann
- A. denkt „immer und schon wieder ich!“ -> **Ungerechtigkeit** und kein gutes **Zeitgefühl** (Geschirr spülen)
- Nicht Einordnen können, dass Andere auch Aufträge bekommen-> **Gefühl der Kränkung**
- Unpassend, interessiert A. nicht, eigene Definition dessen was wichtig ist und was nicht -> **Sinnleere Aufträge, keine direkte Assoziation zu eigenen Gedanken möglich**

Warum diese Missverständnisse?

Autismus:

➤ **Qualitative Beeinträchtigung der Kommunikation**

«Musst halt sagen, wenn es nicht mehr geht»

«Wenn du eine Pause brauchst»,

«Wenn du Hilfe brauchst» -> Aufbau von korrekten kommunikativen Sätzen

➤ **Qualitative Beeinträchtigung der Interaktion:**

Kann nicht im Voraus mimisch ausdrücken, dass etwas stört, nervt oder irritiert

Stimmlage und Nonverbale Signale deuten für die Umgebung nicht auf einen

inneren Konflikt hin

➤ **Theory of Mind TOM erschwert:**

A. sagt: «Wollte den Mitschülern im Deutsch helfen, doch liessen sie es nicht zu!
Dabei sagte mir der Lehrer, ich solle mein Verhalten verändern und endlich etwas
hilfsbereiter werden, sonst würde ich nie Freunde finden.» (**Wortwörtliches
Verstehen und TOM**)

➤ «Ungerecht ist das, ich wurde angeschrien...» Nicht **wahrnehmen und erkennen**
können, das andere auch mal zurück gepfiffen oder korrigiert werden. Gefühle in
Sätzen erkennen können u.U. erschwert («Alle schreien mich an» anstatt «die haben
sich gefreut als sie mich sahen»)

Warum keine Alternative für aggressive Ausbrüche?

- **Beobachten** können gelingt, interpretieren nicht
- **Nachahmen von Regulationsmöglichkeiten** reduziert
- **Modelllernen** u.U. möglich, doch erkennen was zu tun manchmal erschwert («Wie soll mir das helfen, ist doch etwas völlig anderes als bei dir/Ihnen? Diese Verhaltensalternative hat doch nichts mit mir oder meinen Erfahrungen zu tun,...?»)»
- Alternative Möglichkeiten fallen nicht ein: Kann man oft nur mit Hilfe entwickeln
 - Gefühle ausdrücken oder verbalisieren
 - Früh genug stopp sagen
 - Früh genug erkennen können, wenn man überfordert ist, wenn einem etwas zu viel ist, wenn man Pause braucht

Therapeutische Überlegungen

- Was macht dich wütend?
- Welche Gedanken machen dich wütend?
- Welche Verhaltensweisen Anderer machen dich wütend? (Beim Mittagessen „Danke“ sagen)
- Was machst du, wenn du wütend bist? (Andere beobachten, dass du, wenn du wütend bist... - Was machen Andere, wenn sie wütend sind?)
- Was sind Vorteile des Wütendwerdens („Dann lassen sie mich in Ruhe“ – Wie könnten sie dich sonst noch in Ruhe lassen?)
- Was sind die **Nachteile**, negative Folgen von Wut und Aggressivem Verhalten?
 - Kann eigene Weiterentwicklung behindern
 - Gibt der Umgebung *keine klaren Hinweise* was los ist -> Umgebung kann nicht mithelfen oder unterstützen, muss stattdessen Schutz suchen, sich zurück ziehen, dich beschützen

Handlungsalternativen entwickeln

- Was könntest du stattdessen machen?
- Was möchtest du einmal ausprobieren?
- Was machen andere Menschen, wenn sie wütend sind?

Anhand von konkreten Beispielen aus Alltag anschauen oder konkrete Beispiele kreieren („Stell‘ dir vor, jemand....“)

Wut in der Therapie, auf Therapeuten

- Weil Therapeut nicht richtig zuhört
- Weil Therapeut nicht richtig versteht
- Weil Therapeut alles wiederholt: «Es war also das Scharnier, dass du zusammen setzen musstest». «Das weiss ich selbst, habe ich Ihnen ja gesagt, das müssen Sie mir nicht sagen!» «Merken Sie sich bitte etwas besser was ich sage.»
- Weil Therapeut nicht verstehen will, dass diese Verhaltensweise die einzige Lösung ist/scheint («auf andere Art verstehen es meine Mitschüler nicht»)
- Weil Eltern sagten, der/die Therapeut-/in kann dir helfen, dabei hilft es nicht wie ich das dachte.
- Muss sich auf Jemanden verlassen, der das eigene Verhalten nicht einfach so nachvollziehen kann und auch seine Zeit braucht, sich hinein zu fühlen und hinein zu denken.

Wütend, weil...

- Einen Fehler gemacht (kann nicht mit Fehlern oder Kritik umgehen)
- „Sie hat mich böse angeschaut...“
- „Die wissen nicht, wie schwierig mein Leben ist“
- „Arbeitsplatz: Mechanisches Gerät funktioniert nicht 100% korrekt, kann keine genauen Teile herstellen“

Infos an Kind/Jugendlichen/Erwachsenen:

Therapeut gibt Infos an Betroffenen:

- «Du weißt viel, aber nicht alles. Dir fehlen unter Umständen einige Informationen.»
- «Du erkennst viel, aber du erkennst nicht alles, kannst nicht alles erklären.
Musst du auch nicht, weil das niemand kann»
- x/y-Skala mit möglichen Verhaltensweisen und Altersklassen (Entwicklungsskala)
- Rahmenbedingungen ändern kann helfen (du musst nicht alleine alles ändern, andere müssen auch Anpassungsleistungen erbringen)

Erlernen von anderen Alternativen

- ❖ Therapie
- ❖ Alltag
- ❖ Beruf
- ❖ Freizeit (Internet)

Zu beachten:

Gelingender, wenn verschiedenen Systeme/invovierte Personen miteinander im Austausch sind und sich einig sind über ihre eigenen Vorgehensweisen und Reaktionen (Bsp.: «Pulte umher werfen»)

Therapeutische Überlegungen

- Wer möchte, dass es besser/anders wird? Betroffener selbst, Schule, Arbeitsplatz, Eltern, Geschwister?
- Motivation, nicht mehr „ausrasten“ zu wollen
- Leidensdruck vor, während und nach dem Ausrasten?
- Leidensdruck von der Umwelt wahrgenommen?
- Leidensdruck der Umwelt wahrgenommen?

Verhaltensänderung gelingender, wenn:

- Motivation da, etwas ändern zu wollen
- Mehr vom Betroffenen aus argumentieren, weniger von der Umgebung her
- Social Stories, Comic Strip Conversation

Beispiele

- A., 18 Jahre (auf Gruppe physische Streitereien mit Anderen)
- B. Tische und Stühle umstossen im Klassenzimmer -> Weg gehen, draussen eine Runde drehen...
- C., 19 Jahre (Internet-Kontakte enden in schriftlichen Auseinandersetzungen)
- S., 17 Jahre (Ausraster, wenn andere Azubis lachen, wenn sie sich im Raum bewegen, wenn sie sich necken): «Eine miese Umgebung, so geht man nicht miteinander um»
- P. schlägt Eltern, wütet, tobt, zerstört Dinge (Krankschreibung und ein Diplom)
- Fehlinterpretationen: Eigene Biographie

Besonderheiten.

Als auf dem Pausenplatz ein Mitschüler, der ca. 2 Köpfe grösser war als ich, mit mir **raufen** wollte, habe ich wild um mich geschlagen, mich auf ihn gesetzt und ihn gewürgt als er fiel.

Warum?

- Da ich Schwierigkeiten hatte, zu **unterscheiden**, ob man mit mir lediglich raufen will oder ob man mich angreift, ob man mich necken will oder ob man mich umbringen will, konnte ich solche Situationen nicht einschätzen, geriet in Panik und kämpfte fast jedes Mal „um mein Leben“.

=> Thematik: „Decodierung/korrekte Einschätzung sozialer Situationen“

Gemeinsamkeiten!

- Menschen haben einen **Selbsterhaltungstrieb**.
- Wer sich massiv bedroht fühlt und Angst um sein Leben hat, wird sich zu befreien versuchen oder aus einer **Notwehr** heraus reagieren.

Was mir geholfen hätte:

- Eine Lehrperson und/oder ein Heilpädagoge/eine Heilpädagogin, die das Pausengeschehen aufmerksam beobachtet hätten.
- Jemand, der mir erklärt hätte, was ‚Raufen‘ ist, welche Bedeutung es hat. Dass es verschiedene Formen von „Kämpfen“ gibt. Dass das ‚Raufen‘ nichts mit „Wut“, „Hass“ und „Vernichtenwollen“ zu tun hat.
- Jemand, der mir, bevor es zu Raufereinen gekommen wäre, zugeflüstert hätte, „der kommt nun auf dich zu, weil er mit dir raufen (nicht streiten) will. Raufen tun zwei Menschen, die miteinander spielen wollen und Kräfte messen möchten, ohne den Anderen dabei absichtlich verletzen zu wollen.“

- Jemand, der mir gesagt hätte, wie ich mich mitteilen kann, wenn ich nicht raufen möchte.
- Jemand, der dem Mitschüler erklärt hätte, warum ich mich aus seiner Sicht unangemessen verhalten habe.

Helpen: A.

- **A. trägt ein Glas** ins nächste Zimmer. Auf dem Weg dahin **schmeisst er** dieses plötzlich auf den Boden, auf den Fuss des Chefs und entfernt sich laut fluchend.

Warum, A.?

- Warum **schmeisst du** das Glas auf den Boden, wo du mir vorher doch klar **zu verstehen gegeben hast**, dass du das Glas **haben möchtest**?

Warum, A.?

- **A.** hat das Glas **nicht so zu fassen** bekommen, wie er es **sich gewohnt** ist.
- Das löst in seiner rechten Handinnenfläche ein **sehr unangenehmes sensorisches Gefühl** aus.

Im Grunde müsste er das Glas zurück auf den Tisch stellen und **nochmals von vorne beginnen**. Vor lauter Wut über diese **unerwartete sensorische Erfahrung** und das Unvermögen, nochmals von vorne beginnen zu können, schmeisst er das Glas zu Boden.

Schwerpunkt: Gutes Gedächtnis für Gegenstände in der Hand

Helpen: M.

- Küchenchef **bittet M.**, ihm zu helfen, den **Tisch zu decken**. M. steht neben der Geschirrschublade, öffnet sie und **ruft dabei laut aus**.

Warum, M.?

- Warum **maulst du**, wenn du **etwas helfen** sollst?
- Tisch decken ist **eine Kleinigkeit** für dich, das kannst du doch...

Warum, M.?

- **M.** ruft lautstark aus, **nicht**, weil er den **Tisch decken** muss, sondern, weil bis auf eine, sämtliche anderen **Gabeln am falschen Ort** „parkiert“ sind.
Da er die Schublade im Glauben öffnete, dass alles an seinem Ort ist, **erschrickt** er derart, dass es ihm **in die Knochen** fährt.

Trinken: A.

- **A. trinkt** aus einem Glas mit Milch, dann kommen seine Mitschüler zu Tisch, machen lustige Faxen, sodass A. zu lachen beginnt. Er schaut ihnen zu und freut sich.
- Als er **ca. 5min.** später das Glas erneut zum Trinken hält, nimmt er einen grossen Schluck, pustet ihn dann auf den Tisch und schleudert danach den Arm des Sitznachbarn von sich weg, sodass die Milch **auf Tisch, Teppich** und **Mitschler** fliesst.

Warum, A.?

- Warum veranstaltest du plötzlich eine **solche Schweinerei**?
- Warum willst du **nichts mehr trinken**?
- Warum **schiebst** du mich **weg und prustest Milch auf die Mitschüler**?

Warum, A.?

- **A. merkt sofort**, dass die **Milch** nach fünf Minuten **nicht mehr gleich kalt** ist wie vorher. Die Temperatur des Getränkes hat sich unterdessen verändert.
- Für ihn **schmeckt** dieses Getränk nun **völlig anders**. Als wäre es **nicht mehr das gleiche Getränk** wie vorher...

Zum Vergleich:

- Menschen, die nicht autistisch wahrnehmen, **vernachlässigen die Tatsache**, dass ein Getränk nach ein paar Minuten eine andere Temperatur einnimmt, es sei denn, es handelt sich um Café oder Alkohol.

Malen: A.

- **A. malt** mit seiner Therapeutin. Als diese sich kurz mit einer **Arbeitskollegin**, unterhält, welche ins Zimmer **eingetreten** ist, kann A. danach **nicht mehr** zum weiter **malen** bewegt werden. Er kratzt die Therapeutin am Arm und knirscht mit den Zähnen.

Warum, A.?

- Warum willst du **nicht mehr malen**?
- Bist du **eifersüchtig**?
- Warum muss ich **immer zu 100% nur für dich** da sein?

Warum, A.?

- **A. hat kaum Möglichkeiten, soziales vorhersehen** zu können. Er hat **nicht damit gerechnet**, dass jederzeit jemand in den Therapieraum kommen und die Malsituation unterbrechen könnte.

Der **Schreck** dieser Unterbruchssituation geht ihm **durch Mark und Bein**. Er schafft es für heute nicht mehr, zum Malen zurückzukehren. Der **Stresspegel** ist zu **hoch**.

Wahrnehmung: Unterschiedliche Präferenzen

<p><u>NT-Menschen</u> («Um was geht es?») Präferenz für Überblick</p>	<p><u>ASS-Menschen</u> («Was hat es?») Präferenz für Konkretes</p>
<p>Präferenz für Verknüpfungen zu bisher Erlebtem (retrospektiv-lastige Assoziationsinduzierung)</p>	<p>Präferenz für unabhängige, in sich stimmige Details (Assoziationen am momentanen Gegenstand – ev. «1 zu 1-Detail-Analogien»)</p>
<p>Präferenz für relevantes und für soziale Gesetzmässigkeiten</p>	<p>Präferenz für relevantes <u>und</u> irrelevantes</p>
<p>Präferenz, soziale Skripts abzuspeichern</p>	<p>Präferenz für (physikalische) Gesetzmässigkeiten («Bleistift auf Boden»)</p>
<p>Präferenz für unterschiedliche Genauigkeitstypen («Wie viele können schwimmen» vs. «Wie viele haben im Chor mitgesungen?»))</p>	<p>Präferenz für Korrektheit, Genauigkeit («Wir waren 127 Kinder im Chor»)</p>