Schulbegleitung für Schülerinnen und Schüler mit Asperger-Syndrom

autismus Deutschland e.V.

Bundesverband zur Förderung von
Menschen mit Autismus

Impressum:

© Brit Wilczek

Alle Rechte vorbehalten. Kein Teil dieser Publikation darf ohne vorherige Genehmigung des Copyright-Inhabers kopiert oder mit Hilfe eines Datensystems gespeichert oder übermittelt werden, und zwar in keiner Form und in keiner Weise, weder elektronisch, mechanisch, als Fotokopie, durch Tonaufnahmen noch in anderer Weise.

5. Auflage (geändert), Mai 2011

Herausgeber:
autismus Deutschland e.V.
Bundesverband zur Förderung von Menschen mit Autismus
Bebelallee 141, 22297 Hamburg
Tel. 0 40 / 5115604, Fax 0 40 / 5110813
E-Mail: info@autismus.de
Internet: www.autimus.de

Redaktion:
Maria Kaminski

Druck:
Hansa-Druckerei Stelzer, Stade

3.3.5 Krisenintervention

3.3.5.1 Was verstehen wir unter einer Krise?

Trotz aller Bemühungen um die Schaffung entlastender und unterstützender Rahmenbedingungen kann es, angesichts der Fülle und der Schwere der oben beschriebenen Probleme, immer wieder zu Einbrüchen kommen, in denen der Mensch mit Asperger-Syndrom die Grenzen dessen erreicht, was er verarbeiten bzw. kraft seiner Bewältigungsstrategien kompensieren kann.

Wichtig: Eine Krise kann sehr verschiedene Gesichter haben.
Nicht jede äußert sich tatsächlich hochdramatisch, sondern manche findet auch innerpsychisch statt und kann dann nur bei genauer Beobachtung des Schülers überhaupt von außen wahrgenommen werden. Sichtbar werden die somatischen Anzeichen für Stress, wie Blässe oder Erröten, stark angespannte Gesichtsmuskulatur, Zittern, Zunahme unwillkürlicher Bewegungen, motorische Unruhe, schwere Atmung bis hin zur Hyperventilation. Auf solche Zeichen ist insbesondere dann zu achten, wenn eine Tendenz zur Internalisierung bekannt ist, d.h. eine Neigung, Belastungen eher für sich zu behalten, ein sehr hoher Anspruch an die eigene Selbstkontrolle und ein ausgeprägtes Bestreben nach „Normalität". Sie müssen gerade deshalb ebenso ernst genommen werden wie die offensichtlicheren Varianten, weil sie nicht selten zu massiven psychosomatischen bzw. schweren psychischen Störungen mit zusätzlichen somatischen Auswirkungen, führen (psychogene Anfälle, Essstörungen etc.).
Offensichtlicher sind freilich jene Krisen, die sich in lautstarken verbalen Ausbrüchen, Schreien oder Weinen, Aggression und Autoaggression bis hin zum totalen Kontrollverlust äußern.
Letztere Zustände sollten, ungeachtet ihrer oft stark aggressiven Ausprägung, immer als Ausdruck von Verzweiflung, akuter Not und *Haltlosigkeit* verstanden werden. Auch ein Wutanfall wird als ein „Anfall" erlebt, d.h. der Betroffene fühlt sich von der Situation und der eigenen Reaktion überwältigt, die Selbststeuerung ist so weit herabgesetzt, dass er seine Handlungen nicht mehr kontrollieren kann. Damit geht ein akutes Erleben von Kontrollverlust einher, das

eine nicht zu unterschätzende zusätzliche Belastung darstellt und zur Eskalation beiträgt. Allen Erfahrungen und auch anschließenden Rückmeldungen der Betroffenen zufolge, ist das Bewusstsein während eines solchen krisenhaften Ausbruchs nicht selten herabgesetzt oder sogar zeitweise soweit ausgeschaltet, dass Außenreize kaum mehr wahrgenommen bzw. verarbeitet werden. Im Nachhinein erscheint das in der Erinnerung wie ein „Filmriss" – auch dies ist keine angenehme Erfahrung für den Betroffenen: Er weiß nicht mehr, was ihm passiert ist und er kann sich nicht mehr erinnern, was er gesagt oder getan hat!
All dies ist zu berücksichtigen, um in einer Krisensituation adäquat und tatsächlich für den Betroffenen hilfreich reagieren zu können.
Es ist von entscheidender Bedeutung, gerade auch für die Prävention solcher Zustände, dass für solche Momente ein **„Notfallplan"** besteht, der allen Beteiligten bekannt ist, und der Handlungsanweisungen für alle zu erwartenden Krisenreaktionen des Betroffenen beinhaltet.
Zur Erstellung dieses Plans ist es zunächst wichtig, alle vorhandenen Vorinformationen bzgl. in der Vergangenheit gezeigter Verhaltensweisen in Krisensituationen, sowie auch bereits bewährter oder gescheiterter Interventionsmaßnahmen zu sammeln, um daraus adäquate Leitlinien für den „Notfall" ableiten zu können.

3.3.5.2 Die drei Phasen einer Krise

Wichtig ist die Berücksichtigung dreier „Phasen" einer Krisensituation, nämlich

1. *die „Anbahnung"*, d.h. auslösende Situationen, sowie erste Anzeichen einer sich anbahnenden krisenhaften Reaktion des autistischen Schülers und unmittelbare Präventionsmaßnahmen.
2. *die „Krise"*, d.h. der akute Ausbruch einer Krise, in Form von Schreien, Aggression, Autoaggression, Weglaufen o.ä. – oder, wie oben beschrieben, dem auffällig angespannten Rückzug in sich selbst – und die entsprechend notwendigen unmittelbaren Maßnahmen zum Auffangen der Krise zum Schutze aller Beteiligten.
3. *der „Ausklang"*, d.h. das „danach": wie geht eine Krise zu Ende? Wie verhält sich der Betroffene danach? Was sind seine Bedürfnisse und Befürchtungen, seine Fähigkeiten zur Selbststabilisierung? Und wie reagiert das Umfeld, normalerweise bzw. idealerweise?

Alle diese Phasen müssen – soweit möglich - im Vorfeld durchdacht und für alle Beteiligten *transparent* gemacht werden.

Hierzu müssen für die jeweilige Phase folgende Fragen bedacht werden:

1. Phase: Krise bahnt sich an

Welche Situationen sind für den Schüler besonders belastend?
→ aufgrund von sensorischer Reizfülle (Lautstärke, starke Gerüche, Unruhe im visuellen Bereich, Wechsel der Gesamtsituation wie z.B. Klassenraumwechsel o. Sporthalle...)?
→ aufgrund hoher sozialer Anforderungen (Gruppenarbeit, Freiarbeit, Mannschaftssport, Pausensituation, soziale Konfliktsituation, Wechsel der Bezugspersonen)?

Welche äußeren Anzeichen für Belastung und Überforderung gibt es – körperlich, mimisch, verbal?
→ Ist der Schüler in der Lage, seine eigene Belastungsgrenze wahrzunehmen und diese verbal oder nonverbal zu kommunizieren?
→ Kann ein Signal vereinbart werden, das dem Schüler in einer Überforderungssituation ermöglicht, nonverbal seine Belastung anzuzeigen, so dass er ohne viel Erklärung Unterstützung bekommt, bzw. sich zurückziehen kann?
(Bsp.: eine Schülerin legt einen kleinen Ball auf den Tisch. Das bedeutet: „Ich kann die Situation nicht mehr bewältigen und brauche Rückzug.")

Wer ist für die Unterstützung in dieser Phase verantwortlich?
→ D.h.: Welche der anwesenden Personen ist in der Lage, erste Anzeichen wachsender Unruhe beim betroffenen Schüler zu beobachten und dann auch unmittelbar und „ungeteilt" unterstützend darauf zu reagieren?

Wo halten sich Personen auf, die zusätzlich zur Entlastung und Unterstützung hinzugezogen werden können?

Welche Maßnahmen sind in dieser Situation tatsächlich entlastend?
→ z.B.: klare verbale Ansprache/Handlungsanweisung zur Orientierung
→ Ablenkung auf sichere Themen z.B. Spezialinteressen
→ Nähe zum betroffenen Schüler herstellen (daneben setzen, dosierter Köperkontakt)
→ Herausführen aus der Situation – mit kurzer, deutlicher verbaler Ansprache und Ankündigung und wenn nötig mit festem Griff.
Hier sollten sowohl Vorerfahrungen des Schülers selbst, als auch seiner Angehörigen oder vorheriger Betreuungspersonen exploriert und – sofern sie angemessen erscheinen und von allen akzeptiert werden – genutzt werden, um einem akuten Ausbruch vorzubeugen.

2. Phase: akuter Ausbruch der Krise

Oberstes Gebot für alle Beteiligten bei Ausbruch einer Krise: Ruhe und Fassung bewahren.
Was jetzt gebraucht wird ist **Halt**, und der kann nur gegeben und vermittelt werden, wenn ich als Helfer selber meine Kräfte mobilisiere, mich nicht persönlich angegriffen fühle, und in meinen Handlungen klar und verlässlich bin.

Zuständigkeit

Wer ist jetzt unmittelbar für den Schüler zuständig?
D.h.: welche Person gibt unmittelbar Unterstützung im direkten Einzelkontakt?
Und wer hilft notfalls, bei starker Aggression, zusätzlich, um den Betroffenen selbst und die anderen Anwesenden zu schützen und den Schüler aus der Situation herauszuführen?

Wer kümmert sich unmittelbar um die anwesenden Mitschüler?
D.h.: wer gibt klare Anweisungen, greift ein, wenn verbale oder tätliche Aggressionen „zurückgegeben" werden, schickt eventuelle Schaulustige weg, sorgt für Ruhe in der Situation?

Wer holt Hilfe, wenn zusätzliche Unterstützung geholt werden muss?

Wichtig:
Die Erfüllung dieser drei Zuständigkeiten in der akuten Krisensituation ist durch eine Person nicht erfüllbar. Es muss also vorher klar ausgemacht sein, wie die Erfüllung dieser Anforderungen gewährleistet werden kann.
Soll die Begleitperson auf gar keinen Fall mit im Klassenraum sitzen? Wer übernimmt dann stattdessen die Aufgabe der unmittelbaren Krisenintervention?
Wenn dies die Lehrkraft tut, wer kümmert sich dann um die anderen Schüler?
Und wer holt Hilfe bzw. fordert die Schulbegleitung an, wenn sie sich in einem anderen Raum aufhalten soll?

Interventionen in der Krisensituation

Unmittelbare verbale bzw. nonverbale Interventionen

Ist der Schüler noch verbal erreichbar?
Ja: ***Kurze, klare, deutliche und möglichst ruhige Ansprache:*** Situation benennen z.B.: *„Im Moment ist alles zu viel."* Maßnahme ankündigen: z.B. *„Wir gehen jetzt erstmal raus."* Klare Anweisung: z.B.: *„Setz Dich hier auf den Stuhl."*
Nein: dennoch nach obigem Modell dosierte, ruhige ***verbale Begleitung*** anbieten. Zugleich ***körperliche Begleitung*** *und* ***Vermittlung von Halt***, je nach Form und Ausdruck der Krise: Halten bzw. Herausführen aus der Situation, Körperkontakt muss dabei fest und klar sein, damit er eindeutig „ankommt" und verarbeitet werden kann und zugleich einen Halt vermittelt, den der Betroffene sich selbst in diesem Moment nicht mehr geben kann.
Gegebenenfalls Schutz des Betroffenen und der Anwesenden, durch Unterbinden tätlicher Aggression bzw. Autoaggressionen in unterstützender, führender Weise!

Verlassen der Situation

In aller Regel ist es bei einem akuten Ausbruch notwendig und sinnvoll, den Betroffenen aus der Situation herauszuführen und ihm einen Ort anzubieten, wo er, im „ungeteilten Zweierkontakt" oder allein wieder zu sich kommen und sich stabilisieren kann.
Dies kann ein vorher vereinbarter Rückzugsraum sein, es kann aber auch einfach „Draußen-Sein" bedeuten, (gemeinsames) Laufen oder Gehen, bis die übermäßige Spannung abreagiert ist und sich Entlastung und Entspannung einstellt.
Welche Lösung jeweils angemessener ist, kann in der vorherigen Planung gemeinsam erörtert und vereinbart werden. Dennoch muss aber auch von Fall zu Fall durch die Begleitperson eingeschätzt und entschieden werden, welche Alternative in der jeweiligen Situation angemessen erscheint.
Wichtig ist in jedem Fall, dass der Schüler mit Asperger-Syndrom weiß, welche Alternativen überhaupt zur Verfügung stehen, dass er den Rückzugsraum kennt und, was am wichtigsten ist: dass er eine solche „Entfernung aus der Situation" als eine ***Maßnahme zu seiner Entlastung*** begreift, die nur eingeleitet wird, wenn es notwendig ist, d.h., wenn alle Interventionen innerhalb der Situation keine Wirkung mehr haben.
Erst wenn er verstanden hat, dass dies ***keine Strafmaßnahme*** darstellt, wird er lernen können, seine eigenen Belastungsgrenzen wahrzunehmen, realistisch einzuschätzen, und um Hilfe zu bitten, bzw. sich eigenständig aus einer überfordernden Situation zurückzuziehen, bevor es zu einer krisenhaften Eskalation kommen würde.
Transparenz schafft Vertrauen, aber auch die klare Entscheidungsautorität der Lehrer und Begleiter ist ebenso wichtig. Das heißt: Transparenz bedeutet nicht endlose Diskussion und Verhandlung. Der Schüler muss wissen, dass in der Krisensituation Menschen da sind, die für ihn Entscheidungen treffen. Letztendlich gibt auch das ihm Sicherheit.

3. Phase: Der Ausklang

Es ist für die gesamte weitere Begleitung, aber auch im Hinblick auf die Entwicklung des Schülers mit Asperger-Syndrom von entscheidender Bedeutung, sich nicht nur mit der Krisensituation selbst und ihren möglichen Ursachen, sondern auch mit dem „Danach" zu beschäftigen. Gerade im Ausklang können Ressourcen deutlich werden, und Grundsteine zur weiteren Krisenprävention gelegt werden. Die Einsichtsfähigkeit und die Bereitschaft, über eigene Grenzen und Bewältigungsstrategien nachzudenken, ist beim Betroffenen meist nach eben durchlebter Krise deutlich höher als sie es normalerweise wäre.

In dieser Phase sind vor allem folgende Aspekte zu berücksichtigen und zu erörtern:

Woran erkennen wir, dass die Krise überstanden ist?
→ Woran erkennt es der Schüler selbst?
→ Stimmen die jeweiligen Einschätzungen und Beobachtungen überein?

Wie haben wir das geschafft?
→ Was hat tatsächlich zur Entlastung beigetragen?
→ Was hat der Schüler selbst dazu beigetragen?
→ Was war der Beitrag der anderen Beteiligten?
→ Was war gut, was könnte noch besser werden?

Welche Bedürfnisse kommen auf?
→ Rückzug in die Stille?
→ Beschäftigung mit Spezialinteressen?
→ Ruhen oder Schlafen?
→ So bald wie möglich Rückkehr in die Gruppe?
→ Wiedergutmachung evtl. angerichteter Schäden bzw. Entschuldigung bei den Beteiligten?

Wann und auf welche Weise kann die Rückkehr in die Klasse stattfinden?
Die Aussicht auf die Rückkehr in die Gruppe nach einem durchlebten Ausbruch wird von Schülern mit Asperger-Syndrom als sehr unterschiedlich erlebt. Je nach Persönlichkeit, sozialer Kompetenz und Vorerfahrung, kann sie mit mehr oder weniger Ängsten vor Ablehnung, Ge-

sichtsverlust oder „Rache“ verknüpft sein. Solche Ängste müssen ernst genommen werden, da die durch sie entstehende Anspannung wieder neuen Zündstoff für weitere Eskalationen darstellt.
Hilfreich ist in jedem Fall ein möglichst offener Umgang mit der Problematik des Asperger-Autismus. Je besser die Mitschüler informiert sind, desto eher kann man an dieses Wissen anknüpfen, wenn man den Schüler nach der Krise in die Gemeinschaft zurück begleitet. Wenn vorher schon in Ruhe über die Problematik gesprochen wurde, muss jetzt weniger erklärt und „aufgerollt“ werden. Und das wirkt in der Regel für alle Beteiligten entlastend.

Selbstreflexion der Helfer:

An einer Krise und ihrer Bewältigung sind, wie wir oben gesehen haben, immer mehrere Personen beteiligt. Sie wirkt sich nicht nur auf den Betroffenen selbst und eventuell unmittelbar Geschädigte belastend aus, sondern insbesondere auch auf die Helfer, bzw. jene Bezugspersonen, die für die Bewältigung Verantwortung tragen. Deshalb ist es von großer Bedeutung, dass nicht nur eine Reflexion der Krise mit Blick auf den autistischen Schüler stattfindet, sondern auch die verantwortlichen Bezugspersonen Gelegenheit haben, ihr eigenes Erleben und Handeln im Nachhinein und in Ruhe zu betrachten – sei es im Gespräch oder für sich allein.
Nicht selten bleiben auch nach bewältigter Krise Unsicherheiten, Zweifel und Selbstkritik bezüglich des eigenen Verhaltens. Es ist wichtig, sich diese bewusst zu machen und, wenn nötig, nach alternativen Handlungsweisen zu suchen, aber ganz besonders auch, sich klar zu machen, was in der jeweiligen Situation tatsächlich *realistischerweise* machbar war.
Die Reflexion sollte nicht nur auf mögliche eigene Schwächen oder Versäumnisse fokussieren, sondern auch auf Stärken, auf das, was gut gelaufen ist. Nur so kann auch vom Helfer die Krise bewältigt werden, so dass er in der nächsten kritischen Situation den Mut und die so notwendige Sicherheit aufbringt, klar, ruhig und verlässlich zu handeln.