

Low Arousal

–

oder wie wir im SPZ herausforderndem Verhalten begegnen

Schon lange haben wir uns mit den besonderen Momenten beschäftigt, in denen unsere Gegenüber auf Anforderungen mit dynamischen Verhaltensweisen reagieren.

Die Methode des Low Arousal-Ansatzes von Studio 3 hat uns von Anfang an begeistert, da sich in diesem Ansatz viele Verhaltensmöglichkeiten auch von uns wiederfinden lassen. So bietet er einen charmanten Türöffner, die Verhaltensweisen unserer Menschen mit Assistenzbedarf aus einem vertrauteren Blickwinkel betrachten zu können.

Der Fokus liegt in der Situationsgestaltung, Anpassung von Anforderungen und der Begleitung in Momenten mit so hohem Stresspotential, in denen die Selbstkontrolle verloren geht und herausfordernd reagiert wird.

Schnell war klar, dass alle Mitarbeiter:innen des SPZ diese Betrachtungsweise als innere Haltung kennen lernen und in ihre Arbeit einfließen lassen sollen.

Nachdem vier Mitarbeiter:innen sich zu Inhouse-Trainer:innen ausbilden lassen durften, konnte es 2022 endlich mit den ersten Fortbildungseinheiten starten.

Zuerst wurde in drei Einheiten der nicht-pädagogische Bereich in den Grundlagen des Low-Arousal-Ansatzes geschult. Hier lag der Schwerpunkt auf dem Kennenlernen der Methode, der Neubewertung des herausfordernden Verhaltens als Ausdruck der Stressregulation und dem Verständnis, in der Krise die Rolle der Begleitung auf Augenhöhe einzunehmen.

Im April startete der pädagogische Bereich in einem Drei-Tage-Seminar. Hier wird ergänzend auch in Körpertechniken geschult, die in Momenten von Impulsdurchbrüchen die Möglichkeit bieten, unser Gegenüber aus der Krise zu begleiten – dabei immer im Fokus die Augenhöhe, die Begleitung und der Schutz aller Beteiligten.

Dabei stellen die Techniken immer das letzte Mittel dar, mit dem herausforderndem Verhalten begegnet wird. Vielmehr geht es um Situationsanpassung und dem Verstehen der Lebenswelten von Menschen mit Beeinträchtigungen. Dennoch sind die Techniken so entwickelt, dass sie ein

Höchstmaß an Effektivität bieten, dabei aber immer dem Grundsatz folgen: „wäre es in Ordnung, dass jemand das bei mir machen würde?“

Durch Handlungsplanung und der Akzeptanz, dass Menschen mit Beeinträchtigung mindestens genauso oft einen schlechten Tag haben wie Menschen ohne Assistenzbedarf, bietet Low Arousal die Legitimation, Anforderungen auch für Menschen mit Assistenzbedarf so anpassen zu dürfen, dass der Moment gut bewältigt werden kann. Denn wer kennt nicht die Momente bei sich, in denen sich die Stress-Situationen häufen und nach dem dritten Missgeschick Wörter den Mund verlassen, die ansonsten nicht zum Regelvokabular gehören. Hier gönnen wir uns auch eine Tasse Tee, einen Spaziergang oder einen unglaublich leckeren Schokoriegel, um die herausfordernden Momente aushalten und durchleben zu können.

Low Arousal zeigt uns, dass die Menschen mit Beeinträchtigung aufgrund des Assistenzbedarfs oder des Grades der Beeinträchtigung oft nicht den Zugang zu den Dingen haben, die nach oder in Stressmomenten das Gemüt wieder beruhigen würden. Hier besteht der eindeutig formulierte Auftrag an die Assistenzperson, den Zugang zu Faktoren für die Menschen mit Beeinträchtigung zu ermöglichen und sicherzustellen, damit die Stress-Situation bewältigt werden kann und die Selbstkontrolle wiedererlangt wird.

Auch in Krisen sind die Assistenzpersonen Begleiter und haben die Rolle der „Ersthelfer“.

Niemand würde auf die Idee kommen, einem Ertrinkenden das Schwimmen beizubringen. Hier wird sofort der Rettungsring zugeworfen.

Low Arousal lädt uns dazu ein, in den Krisen, den Momenten der Impulsdurchbrüche und dem herausfordernden Verhalten die Menschen zu begleiten und gibt einen Handlungsimpuls für die entspannten Momente im Leben, Alternativen zu Verhaltensweisen mit den Menschen zu erarbeiten oder die Lebenswelt so zu gestalten, dass die Stressfaktoren reduziert werden.

Wir sind mehr als gespannt und freuen uns darauf, für die Menschen, die vom SPZ ganz unterschiedliche Assistenzleistungen in Anspruch nehmen, durch die mutige Neubetrachtung entspanntere Atmosphären zu schaffen und für alle die Grundlage für ein positives Lebensumfeld zu formen.

Anke Fenner, Franziska Platte, Rebecca Berke, Andreas Jesenko