

Übersicht Sitzung 7: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 2)

- **Hausaufgabenbesprechung:
Strategien im Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden
Verhaltensweisen (Teil 1)**
- **Umgang mit kritischen Situationen:
→ Wegweiser für kritische Situationen erstellen**
- **Umgang mit Eskalationen**
- **Auf welcher Treppenstufe sind wir/bin ich?**
- **Hausaufgaben: Wegweiser erstellen**

Hausaufgabenbesprechung: Umgang mit autismusspezifischen herausfordernden Verhaltensweisen (Teil 1)

- **Welche Situation haben Sie systematisch beobachtet?**
- **Welche Strategien haben Sie ausprobiert?**

Umgang mit kritischen Situationen

- **Schritt 1:**
Kritische Situationen erkennen lernen
→ systematische Verhaltensbeobachtung einsetzen
- **Schritt 2:**
Wegweiser für kritische Situationen erstellen, d. h. sich auf kritische Situationen vorbereiten

Schritt 1: Kritische Situationen erkennen

- Anhand systematischer Verhaltensbeobachtung können potentiell schwierige Situationen erkannt werden, in denen häufig herausforderndes Verhalten auftritt.
- **Ziel:** Auslösende Situationen, in denen herausforderndes Verhalten auftritt, vorab zu erkennen und diese so vorzubereiten, dass die Kinder und Sie selbst besser damit umgehen können.
- Dazu ist es wichtig, individuelle Auslöser dieser Krisensituationen beim Kind zu kennen.

Übung: Kritische Situationen erkennen

Übung in Einzelarbeit:

- Denken Sie an Risikosituationen, in denen Sie es besonders schwierig finden, mit dem Verhalten Ihres Kindes umzugehen.
- Markieren Sie die Situationen in Ihrem Arbeitsbuch, die für Ihre Familie relevant sind und notieren Sie weitere eigene schwierige Situationen.

Schritt 2: Wegweiser für kritische Situationen erstellen

- **Was waren wichtige Erkenntnisse aus der systematischen Verhaltensbeobachtung?**
- **Bereiten Sie sich selbst vor!**
(Wann? Wie lange? Mit wem? Wo? Was brauchen Sie alles?)
- **Sprechen Sie mit Ihrem Kind darüber, wie der genaue Ablauf sein wird.**
- **Sprechen Sie über die einzuhaltenden Regeln.**
- **Überlegen Sie sich bevorzugte Beschäftigungen oder mögliche Veränderungen der Umgebung, damit die Situation für das Kind zu bewältigen sein wird.**
- **Belohnen Sie angemessenes Verhalten.**
- **Setzen Sie Konsequenzen bei Problemverhalten ein.**
- **Führen Sie eine Nachbesprechung durch.**

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 1

- **Ausgangssituation:**
Max stört und unterbricht Mutter häufig beim Telefonieren.
- **Erkenntnisse aus der Verhaltensbeobachtung:**
 - Max ist gelangweilt oder gestört durch die Unterbrechung.
 - Ich bin schnell auf „180“ und schreie ihn an.
 - Es gibt keine einheitlichen Regeln, mal verlange ich dies, mal jenes.
 - Es ist mir unangenehm, während des Telefonats Max Anweisungen zu geben.

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 1

Vorbereitung:

- Ich telefoniere an meinem Schreibtisch im Schlafzimmer.
- Wichtige Telefonate versuche ich abends oder morgens zu führen.
- Ich stelle für Max eine Telefonzeit-Spielkiste zusammen. Diese steht auf dem Regal über dem Telefon.
- Zu Beginn werde ich das Gespräch kurz unterbrechen, Max in sein Zimmer schicken, an die Regeln erinnern und ihm eine Telefonzeit-Spielkiste geben.

Ablauf:

„Max. Wenn ich telefonieren muss, dann gehe ich ins Schlafzimmer. Du bleibst solange in deinem Zimmer und spielst ruhig, bis ich wieder zu dir zurückkomme. Während der Zeit des Telefonats bekommst du eine Spielkiste, mit der du dich beschäftigen kannst.

Wenn du dich an die Regeln gehalten hast, dann erhältst du zur Belohnung etwas aus der Schatzkiste. Wenn du aber die Regeln nicht einhältst, also aus dem Zimmer kommst oder laut rufst oder schreist, dann musst du 10 Minuten früher ins Bett.“

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 1

Regeln für Max:

- Ich bleibe in meinem Zimmer, bis Mama wieder zu mir kommt.
- Ich verhalte mich ruhig und spiele.

Bevorzugte Beschäftigungen/Veränderungen der Umgebung:

- Ich stelle für Max eine Telefonzeit-Spielkiste zusammen mit Comics, Wissens- und Rätselbuch sowie Geschicklichkeitsspielen. Diese Kiste erhält er nur, wenn ich telefoniere.
- Ich schicke Max in sein Zimmer und gehe an meinen Schreibtisch im Schlafzimmer zum Telefonieren.
- **Belohnung:**
Max darf sich etwas aus der Schatzkiste aussuchen.
- **Konsequenzen bei Problemverhalten:**
10 Minuten früher ins Bett.
- **Nachbesprechung:**
Nach dem Telefonat loben nicht vergessen! Spielkiste wieder aufräumen.

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 2

Ausgangssituation:

Es steht eine Familienfeier an. Tim hasst solche Feiern, zeigt dort dann häufig Tobsuchtsanfälle. Die restliche Familie möchte aber gerne hinfahren und teilnehmen.

Erkenntnisse aus der Verhaltensbeobachtung:

- Die vielen Leute, die unbekannte Umgebung, der Lärm sind Stressmomente für Tim.
- Es gibt selten Rückzugsmöglichkeiten bzw. wir kennen sie nicht.
- Wir als Eltern versuchen dann beide auf Tim einzuwirken, bei ihm zu sein. Keiner hat dann etwas von der Feier.
- Erst wenn Tim seinen Wutanfall hat, reagieren wir und gehen mit ihm ins Freie.
- 30–45 Minuten hält Tim gut aus.
- Tim kommt zu spät ins Bett, der nächste Tag ist dann wieder katastrophal.
- Es gibt Freunde/Verwandte, die gut mit Tim können.

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 2

Vorbereitungen:

- Ich rufe Tante Sophie an und erkundige mich genau, wie der Ablauf sein wird.
- Wird es Zeit zum Spaziergehen geben?
- Wer hat alles zugesagt zu kommen?
- Wer von der Verwandtschaft kann sich gut mit Tim beschäftigen? Ich rufe mind. drei Personen an und frage, ob sie für 30–60 Minuten die Beaufsichtigung von Tim übernehmen können.
- Ich rufe in der Gaststätte an und frage, ob es einen Nebenraum gibt, den wir nutzen können und ich erkundige mich, nach Spielplätzen/-orten in der Umgebung.
- Ich spreche mit meinem Mann Zuständigkeiten ab: Ich übernehme Tim nachmittags, abends ist dann mein Mann zuständig.
- Ich brauche interessante Spielsachen für die Fahrt wie auch für die Familienfeier. Wir könnten sein Fahrrad mitnehmen. Kopfhörer und CD-Player nicht vergessen!
- Punkteplan für den Tag erstellen (pro Stunde 1 Smiley, 6 Stunden Feier, Belohnung in Abhängigkeit von der Anzahl der Smileys).

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 2

Ablauf:

- Samstag: 8.00 Uhr losfahren von zuhause.
- Wenn Zeit ist, kurz bei Gaststätte vorbeifahren, alles 1x vorab anschauen.
- 12.00 Uhr Mittagessen bei Tante Sophie, nur wir, Tante Sophie und Onkel Richard.
- 15.00 Uhr Beginn der Feier mit Kaffee und Kuchen, Tim soll hier 30 Minuten dabei sein und mit uns am Tisch sitzen.
- Danach Spielen draußen/im Nebenraum mit mir/alleine. Sina hat zugesagt, mich 1x abzulösen.
- 19.00 Uhr gemeinsames Abendessen. Tim soll zum Hauptgang anwesend sein.
- Danach Spielen draußen/im Nebenraum mit Papa/alleine. Onkel Richard hat zugesagt, für 1h auf Tim aufzupassen.
- 21.00 Uhr: Papa fährt mit Tim zu Tante Sophie nach Hause. Bettgezeit.
- Sonntag: gemeinsames Frühstück mit Tante Sophie, anschließend Heimfahrt, evtl. Zwischenstopp am Flughafen (Aussichtsterrasse als Belohnung)

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 2

Regeln für Tim:

- Ich bleibe für 30 Minuten (Kuchen- bzw. Abendessen) ruhig am Tisch sitzen.
- Im Nebenraum darf ich spielen/lesen. Auch dort bin ich ruhig.
- Wenn es mir zu viel wird, bzw. zu laut, dann sage ich dies Mama oder Papa und dann gehen wir spazieren bzw. ich darf mit dem Rad fahren.
- Ich darf alleine auf den Spielplatz und den Hof der Gaststätte. Ich sage Mama oder Papa, wenn ich rausgehe.

Bevorzugte Beschäftigungen/Veränderungen der Umgebung:

- Interessante Spiele zusammen mit Tim einpacken. Rad mitnehmen.
- Neue Hörbücher und Bücher aus der Bücherei ausleihen (später Donnerstagnachmittag!).
- Für den Nebenraum der Gaststätte: Sitzkissen mitnehmen.

Wegweiser für kritische Situationen – Beispiel 2

- **Belohnung:**
Auf der Rückfahrt Zwischenstopp am Flughafen, 2 Punkte = 1/2 h Aussichtsterrasse Flugzeuge beobachten, 4 Punkte = 1h, 6 Punkte = 1½h.
- **Konsequenzen bei Problemverhalten:**
Wegfall der Belohnungen oder Auszeit im Nebenraum
- **Nachbesprechung:**
Eine Zwischenbesprechung am Nachmittag, abends mit Papa nur ganz kurz.
Ausführliche Nachbesprechung nach dem Frühstück vor Heimfahrt mit Mama und Papa.

Übung: Wegweiser für kritische Situationen

- Bearbeiten Sie in der Kleingruppe einen „Wegweiser“ anhand der Checkliste im Arbeitsbuch für eine Situation, die sie auswählen.

Günstiges Elternverhalten in einer eskalierenden Situation

Das „5-Punkte-Vorgehen“

- 1. Wichtigster Grundsatz: selbst ruhig bleiben**
Kind ist mit eigenen Emotionen schon überfordert, noch mehr Emotionen der Eltern verwirren zusätzlich.
- 2. Emotionsauslösende Situation beenden**
Aus der Situation gehen, verbale und körperliche Begleitung, feste und klare körperliche Führung.
- 3. Emotionen des Kindes herunter regulieren**
Evtl. durch Auszeitregelung.
→ Kind soll lernen, seine Emotionen selbst zu regulieren.

Günstiges Elternverhalten in einer eskalierenden Situation

Das „5-Punkte-Vorgehen“

4. Nach Beruhigung des Kindes: Nachbesprechen des Ereignisses

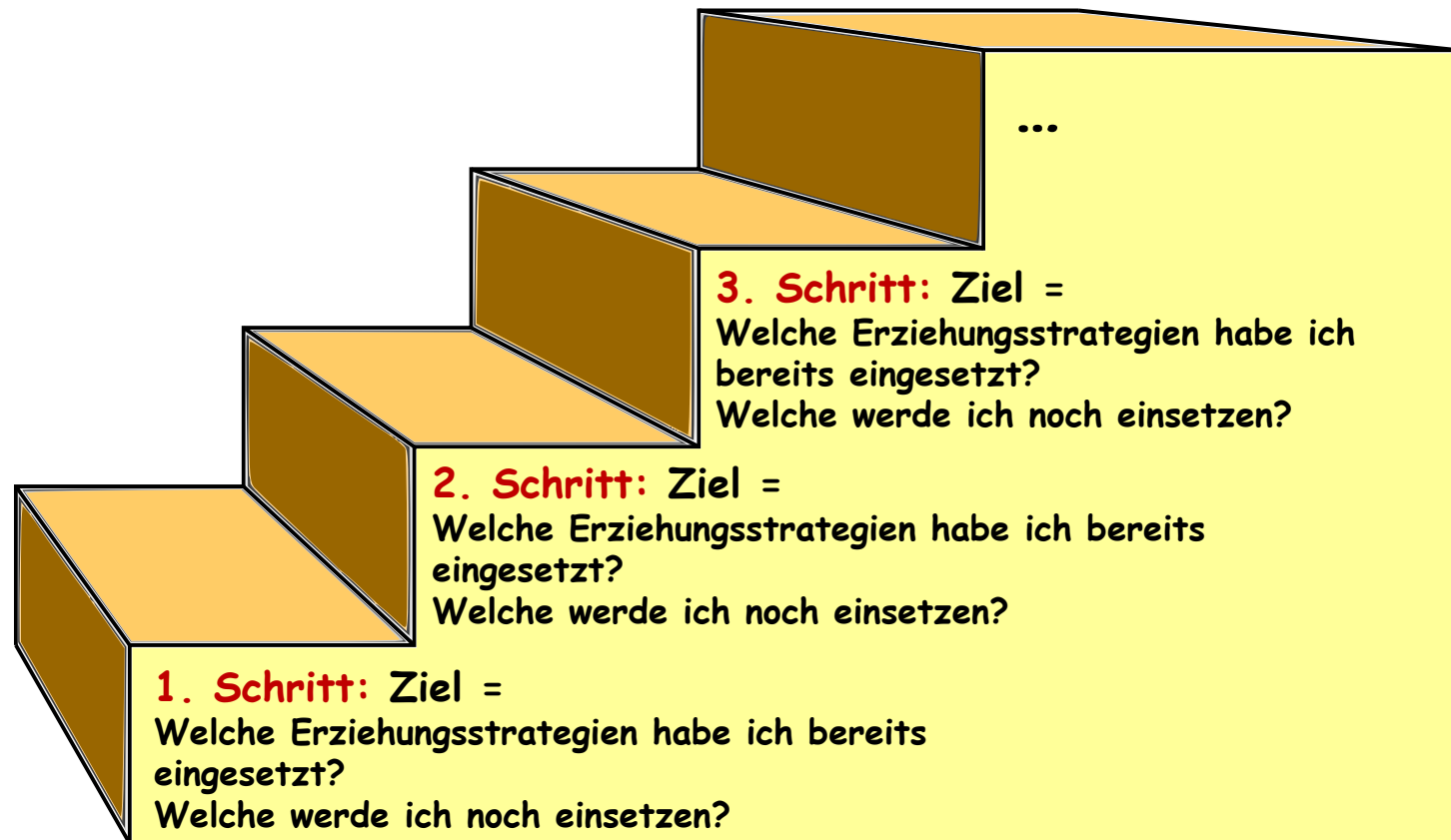
- Was ist passiert? Wie wurde die Situation wahrgenommen?
- Mit welchem Verhalten hat das Kind reagiert (evtl. Emotionen verbalisieren)?
- Wie ging es dem anderen in der Situation?
- Woran kann das Kind die Emotionen der anderen erkennen?
→ siehe Checkliste zum Nachbesprechen.

5. Alternatives Verhalten besprechen

- Welches Verhalten wäre angemessen?
- Kann die empfundene Emotion auch anders ausgedrückt werden?
- Welche Verhaltensalternativen gibt es?
- Wie könnten diese Alternativen das nächste Mal umgesetzt werden?

Meine Ziele: Auf welcher Treppenstufe sind wir/bin ich?

- Mein Ziel: _____
- Meine Ziele: Auf welcher Treppenstufe sind wir/bin ich?



Hausaufgabe

- Bereiten Sie einen Wegweiser für kritische Situationen vor und führen Sie die Situation – wenn möglich – durch.
- **Arbeiten Sie weiter an der Erreichung Ihrer Ziele!**