

# Mit der Aggression umgehen

zum professionellen Umgang mit der eigenen und der fremden Aggressivität in der Arbeit mit Menschen, die man geistig behindert nennt.  
Eine introspektive und transaktionale Herangehensweise.

## Wir alle sind gewalttätig

Mit der Aggression umgehen bedeutet, sowohl die von anderen Menschen wie auch die von uns selbst ausgeübten Formen der Problembewältigung und der Einflussnahme, ob konstruktiv oder destruktiv, annehmen, aushalten, begrenzen und steuern lernen.

Viele Spezies passen sich einfach ihrer Umgebung an, um ihre Existenz zu sichern. Sie verändern ihr Umfeld also meistens nur geringfügig. Der Mensch hingegen charakterisiert sich dadurch, dass er seine Umwelt verändert und sie stark an die eigenen Bedürfnisse anpasst.

Die Fähigkeit, die Welt nach eigenen Vorstellungen zu verändern, wird in der folgenden Ausführung als Macht betrachtet. Die Ausübung dieser Macht gegen die Bedürfnisse oder Interessen anderer wird als Gewalt interpretiert. Die Handlung, die darauf abzielt, Macht über sich selbst oder über die Umwelt auszuüben, um erlebte Probleme zu bewältigen, wird als Aggressivität gedeutet.

Ob diese Macht, diese Aggressivität und diese Gewalt als eine berechtigte Form der Selbstbehauptung, Selbstbestimmung oder Einflussnahme gesehen und gedeutet wird oder als unberechtigte verletzende Art, eigene Wünsche und Bedürfnisse „durchzuboxen“, oder lediglich als eine Form der Selbst- und/oder Fremdzerstörung, hängt von der Wirkung des Verhaltens auf andere Beteiligte und deren Beurteilung ab.

In diesem Beitrag wird davon ausgegangen, dass Gewalt ein Teil der gesellschaftlichen Ordnung ist, Aggressivität eine normale Problembewältigungsstrategie darstellt und Macht immer zusammen mit Ohnmacht erscheint. Gewalt lässt sich dementsprechend nicht verhindern, lediglich reflektieren und in ihrer Form und Wirkung verändern. Aggressivität lässt sich nicht unterdrücken, sondern nur steuern, und Macht lässt sich analysieren, verändern und verschieben.

### **Macht:**

**Die Fähigkeit, die innere Welt (physiologische Funktionen, Emotionen, Gedanken, Wahrnehmungen, Austauschsysteme)**

**so zu beeinflussen, dass sie das jeweils passende Gleichgewicht zwischen Erneuerung und Beständigkeit, An- und Entspannung erhält, und somit lebenssichernd bleibt; zusammen mit der Fähigkeit, die erlebte äußere Welt so zu verändern (auch gegen Widerstand), dass sie im Einklang mit den Bedürfnissen der inneren Welt steht.**

Die Begleitung eines Menschen, der sich anders verhält, als man es erwartet, und dessen erwartungswidriges Verhalten als unangenehm, herausfordernd und/oder bedrohlich erlebt wird, bedarf eines sorgfältigen Umgangs mit der eigenen und mit der fremden Aggressivität, Macht und Gewalt. Eine bloße Selbstverteidigung des Pädagogen bzw. des Andragogen wäre eine Verkennung seiner Aufgabe. Der wahre Pädagoge bzw. Andragoge soll den entwicklungsfreundlichen Dialog schützen.

Metaphorisch gesehen lebt der Mensch, der sich und andere verletzt, in einer Welt der Feindseligkeit. Sein Begleiter hat die Aufgabe, ihm die Welt der Freundlichkeit erkennbar zu machen und ihm den Weg dorthin zu erleichtern.

## **Die entwicklungsfreundliche Begleitung**

Hiermit ist die Begleitung der körperlichen, psychischen, sozialen und seelischen Entwicklung im Sinne des Klienten und des Begleiters, d.h. also im Sinne des Dialogs gemeint. Die Strukturen, in denen der Klient lebt und die BegleiterInnen arbeiten, Strukturen im Raum, in der Zeit und die Beziehungsstrukturen, sowie die Herstellung von tragenden, stabilen Abhängigkeiten, Sinn und Halt gebenden Tätigkeiten und Schutz gebenden Räumen spielen eine entscheidende Rolle.

## **Das Sichern des Selbst und die Selbsteinschätzung**

Erlebt ein Mitarbeiter eine Situation mit einem Klienten als belastend oder sogar bedrohlich, so wird er Abwehr- und Gegenwehr- Strategien entwickeln, um damit fertig zu werden, d.h. um die Belastung zu minimieren oder zu beseitigen. In der Regel laufen diese Prozesse unbewusst ab. Werden diese Prozesse in regelmäßigen Abständen reflektiert und somit bewusst gemacht, können sie wesentlich verbessert werden. Aus diesem Grund wird hier eine introspektive Arbeit vorgeschlagen. Zunächst aber möchte ich auf die Subjektivität des Problemerlebens, die Beurteilung der Handlungsnotwendigkeit und die Bewältigungsstrategien eingehen.

Die Bewältigungshandlungen werden in der Regel unscharf gekennzeichnet, nämlich als Anstrengungen, bzw. Handlungen des Subjekts, mit belastenden, schwierigen oder Stress erzeugenden Anforderungen fertig zu werden oder sie zu meistern. So z.B. Terry (1994) oder Folkman (1996).

Kriterium für die Beurteilung des Erfolgs von Bewältigungshandlungen ist der Grad der Erreichung der Ziele, die das Bewältigungssubjekt in einer Bewältigungssituation verfolgt. Bei diesen Zielen spielt nicht nur die eigene biografische und persönliche Wirklichkeit, die Fachlichkeit, die ethischen und moralischen Werte eines Menschen eine Rolle, sondern auch die institutionell geschaffene Wirklichkeit. Je nach Institution werden andere Alltagswirklichkeiten geschaffen, die einzelne Bewertungsprozesse und somit Notwendigkeiten entscheidend bestimmen.

Die Bewältigung von Situationen, die als herausfordernd, bedrohlich oder schädigend eingeschätzt werden, ist mit emotionalen Reaktionen verbunden. So wird z.B. angenommen, dass bei Herausforderung eine Art produktive Erregung oder auch Ärger dominiert. Bei Bedrohung, vor allem bei Angst und Verlust, bzw. Schädigung dominiert in erster Linie eine depressive Verstimmung, die sich aus Hoffnungslosigkeit, Passivität und Traurigkeit zusammensetzt. Mehrere Emotionen können gleichzeitig auftreten und ganz spezifische Muster bilden. Gefühle stellen ihrerseits eine Informationsquelle für kognitive Prozesse während der weiteren Person-Umwelt-Transaktion dar. Unangenehme Lebensereignisse werden meist als verlustreich und bedrohlich eingeschätzt, sodass Depression und Angst am häufigsten während und nach solchen Ereignissen erwartet werden (R. Schwarzer, 1993).

Es geht also nicht nur darum, was die MitarbeiterInnen bei der Arbeit mit Menschen mit geistiger Behinderung und / oder psychischen Störungen als belastend erleben, sondern wie sie dieses Erleben deuten und beurteilen, und wie sie damit umgehen. Wird eine Situation als problematisch erlebt und gedeutet, kommt es zu der Frage, wie die betroffene Person die erlebten Konflikte bewältigt und welche Bewältigungshandlungen von ihr als erfolgreich bewertet werden. Bei der Konfliktbewältigung spielen sowohl die Strategien der Selbstbeeinflussung wie die der Fremdbeeinflussung eine Rolle.

Bei der Selbstbeeinflussung handelt es sich um Strategien, die durch die bewusste Einführung von selbstregulierenden, stabilisierenden Prozessen das unangenehme Erleben verändern. Wenn man beispielsweise im Stau steckt, kann man sich sehr über den Stau ärgern. Dies wird aber den Stau nicht verändern. Man wird aber sehr unruhig und verärgert nach Hause kommen. Ändert man seine Einstellung zum Stau, betrachtet man das Sitzen nicht mehr als sinnlos, sondern als Möglichkeit zur Entspannung oder nutzt man die Zeit, um die Musik im Radio zu genießen, hat man den Stau auch nicht beeinflusst, das individuelle Wohlbefinden hat sich jedoch deutlich verbessert. Ähnlich sind oft die Situationen, die professionelle Begleiter im Alltag erleben.

Bei der Fremdbeeinflussung handelt es sich um Strategien, die darauf abzielen, das wahrgenommene Umfeld, den erlebten Konflikt in der unmittelbaren Umwelt durch konkrete „Eingriffe“ oder sogar „Angriffe“ zu verändern. Dazu zählen die meisten „pädagogischen“ Maßnahmen. Es sind provozierte Irritationen in gesellschaftlichen Systemen, die eine Veränderungsnotwendigkeit bei den Akteuren der kommunikativen Prozesse verursacht. Diese Eingriffe können die Grenzen und Bedürfnisse von KlientInnen respektieren oder nicht. Ich persönlich bin der Meinung, dass es gesund für uns, für den Klienten und so auch für den Dialog ist, wenn wir davon ausgehen, dass wenn ein Klient destruktiv aggressiv zu uns ist, auch wir destruktiv aggressiv zum Klienten sein können. Wir sind dazu verpflichtet, sowohl der eigenen Aggressivität, als auch der des Klienten zu begegnen und zu steuern, so dass die Verletzungsgefahr reduziert wird.

### **Individuelle Strategien der Belastungsminimierung:**

„Nicht die Dinge an sich beunruhigen uns, sondern die Bedeutung, die wir ihnen geben“  
(Epiktet)

Dies sind Strategien, die auf eine Neudefinition der Stimmungsbedeutung, bzw. auf die Entstehungsbedingungen der Stimmungen zielen. Mit anderen Worten: die Strategien führen dazu, dass der einzelne seine von ihm negativ bewertete Stimmung umdeutet und anders auffasst, so dass ein besseres Erleben entstehen kann oder die Entstehung dieser Stimmung von vornherein beeinflusst wird.

Zu diesen Strategien gehören beispielsweise:

- nach unten gerichtete Vergleiche. man denkt an Menschen, an jene, denen es noch schlechter geht als einem selbst. In den Wohn- und Arbeitseinrichtungen kann man häufig hören, wie sich jemanden sehr schlecht gefühlt hat, als er/sie allein im Konflikt mit einem Klienten war und wie Er/sie sich besser gefühlt hat, als ein neuer Kollege auch „Opfer“ des Verhaltens wurde. Der Spruch „geteiltes Leid ist halbes Leid“ findet hier seine volle Bestätigung.
- Man verinnerlicht Erfolge, verlagert Misserfolge nach außen. Einige MitarbeiterInnen fühlen sich mit besonderer Häufigkeit für die Misserfolge verantwortlich, wodurch sie oft eine

eher arrogante Haltung einnehmen. Dies stellt eine große Belastung für das Selbst dar. Eine Relativierung dieser Haltung wäre nicht nur gesünder, sondern auch realistischer.

- Machtorientierte Gedankensteuerung. Man denkt an die Handlungen, die man durchführen kann, und nicht an die, die man nicht kann.

- Neue Bewertungen z. B. im Umgang mit Beleidigungen: Jede/r TeilnehmerIn in gefordert, Sätze und Wörter zu suchen, mit denen er / sie beleidigt werden kann. Dann wird die Frage gestellt, warum es so ist, ob er / sie die Wirkung dieser verbalen Äußerungen ändern möchte und wie er sie ändern kann. Wenn jemand mich als Scheiß Ausländer beschimpft, muss ich mich nicht abgewertet fühlen, nur weil ich Spanier, also tatsächlich ein Ausländer, bin. Dies könnte aber geschehen, wenn ich das Wort „Scheiß“ auf mich beziehe und meine Situation des nicht Inländers als problematisch, sogar vielleicht als Zeichen einer Minderwertigkeit deute. Mache ich mir klar, dass meine Wertigkeit nichts mit den Äußerungen dieses Menschen zu tun hat und dass diese Äußerungen nur Ausdruck seines Zorns sind und keinerlei Informationen über mein Selbst liefern, haben die Aussagen keine Einfluss mehr auf mein inneres Gleichgewicht. Er hat geschimpft, ich bin aber nicht beleidigt worden.

### **Körperliche Strategien zur Belastungsminimierung und / oder Verletzungsverringerung**

Was kann ich tun, wenn jemand mich körperlich angreift und ich nicht in der Lage bin, den Angriff sprachlich zu steuern oder mich vom Angreifer zu entfernen? Diese Frage wird sehr oft in den Seminaren und Beratungsstunden zu diesem Thema gestellt. Dabei denken viele TeilnehmerInnen an Selbstverteidigungskurse. Deswegen, und bevor ich die Möglichkeiten der körperlichen Intervention aufzeichne, möchte ich begründen, warum ich Selbstverteidigungskurse für eine problematische Form der Verletzungsvermeidung halte:

a- Die Selbstverteidigung zielt auf die Befähigung bzw. Bemächtigung des Mitarbeiters in kampffählichen Situationen ab, so dass er die Gewalt über die Situation bekommt. Die Bemächtigung des Mitarbeiters führt aber oft zu einer Entmächtigung des Klienten. Durch die Verbesserung der körperlichen Strategien der MitarbeiterInnen werden die Strategien des Klienten außer Kraft gesetzt. Der Teufelskreis, in dem der Klient seine Ohnmachtgefühle mit destruktiven Verhaltensweisen kompensieren muss, wurde damit erneut in Gang gesetzt.

b- Wenig Dialogorientierte und wenig reflektierte Selbstverteidigungskurse, ähnlich wie sie für Frauen und Kinder in der breiten Öffentlichkeit angeboten werden, tragen zu einer Verfestigung der Feindbilder bei den Dialogpartnern bei. Die Methodologisierung der Begegnung und Einführung von standardisierten Abwehrtechniken tragen dazu bei, dass der professionelle Begleiter aus dem Dialog herausgeht und der Klient Isolation und Bedrohung stärker erlebt. Durch solche Kurse wird bei Begleitern den Eindruck vermittelt, dass man sich im Kampf mit den Klienten befindet und, dass nur durch den Sieg die Rettung des Selbst, die Harmonie erreicht werden kann. Wenn der Mitarbeiter aber gewinnt, muss ein anderer unbedingt verlieren: der Klient. Wenn Beziehungsprozesse nur auf die Ebene von Macht und Ohnmacht, Sieg oder Niederlage reduziert werden, entsteht oft eine schädigende Dynamik, bei der es nur darum geht, den nächsten Sieg zu verbuchen, ohne Berücksichtigung der Folgen beim Anderen. Die Folge ist das Gefühl der Unterdrückung und der Erniedrigung bei dem Klienten. Dies initiiert einen erneuten Teufelskreis, in dem Angriff, Verteidigung und Vergeltung von beiden Seiten ausgeübt werden.

c- Schließlich haben mir eigene Erfahrungen gezeigt, dass durch solche unreflektierten Kurse der Selbstverteidigung die Bereitschaft der MitarbeiterInnen, Konflikte körperlich zu lösen,

stieg, wodurch wichtige Strategien der Konfliktbewältigung vernachlässigt oder ignoriert wurden.

Eine besondere Schwierigkeit der MitarbeiterInnen im Umgang mit körperlichen Auseinandersetzungen ist es, dass es für sie solche extrem physischen verletzenden Situationen trotz guter Ausbildung und langer Erfahrung in dem Beruf extrem unheimlich (nicht zum Heim, zum vertrauten Umfeld gehörend), unberechenbar und unangenehm sind. Besonders in Nordeuropa, wo ab einem bestimmten frühen Alter körperliche Erfahrungen mit anderen Menschen zum Teil tabuisiert und dadurch immer seltener werden, fehlt es den Leuten an Standardstrategien für die Begegnung solcher Verhaltensweisen. Hinzu kommt, dass allgemein die Gesellschaft immer passiver, bewegungsärmer wird, so dass die betroffenen Professionellen Schwierigkeiten haben, sich körperlich auf die motorischen und emotionalen Bedürfnisse der Klienten einzustellen.

MitarbeiterInnen brauchen in der Regel einen geschützten Rahmen, in dem sie den Umgang mit der Körperlichkeit der Klienten üben und reflektieren können. Es geht dabei um die Möglichkeit, Erfahrungen mit dem eigenen Körper zu machen, um individuelle Möglichkeiten zu entdecken und zu entwickeln. Die meisten Menschen wissen, wie sich ihre Körper im Raum verhalten, wie schnell sie sind und was sie mit den Bewegungsmustern und ihrer Muskelkraft bewirken können. Sie bekommen aber Schwierigkeiten, wenn sie nicht nur mit dem eigenen sondern mit einem anderen Körper im Raum agieren sollen.

In den Einrichtungen kommt es im Umgang mit Klienten mit selbst- und fremdverletzenden Verhaltensweisen oft zu körperlichen Auseinandersetzungen. Diese werden nicht selten aus den oben genannten Gründen so ausgetragen, dass Aggressivität, Angst, Erniedrigungen und Verletzungen auf beiden Seiten entstehen. Wenn jemand Kraft auf einen Körper ausübt, reagiert dieser meistens mit Gegenkraft. So entstehen zwei Kräfte, die aufeinander wirken und gegenseitig versuchen, sich außer Kraft zu setzen. In solchen Situationen werden die Kräfte der Klienten mit denen der Begleiter gemessen. Das Resultat, unabhängig vom Ausgang, ist ein Kampf, bei dem beide versuchen, den Anderen einzuschüchtern bzw. zu beseitigen. Dies bedeutet für beide die Tendenz, den Dialog zu vernichten, weil sie ihn als Bedrohung erleben.

Wie kann der Begleiter gleichzeitig den Schutz des Selbst und die Sicherung des Dialogs erreichen? Ähnlich wie bei den verbalen Aggressionen versucht der Begleiter, die Energie des Klienten nicht zu stoppen, an sich abprallen zu lassen oder sogar gegen sie zu kämpfen, sondern zu kanalisieren. Es ist weder für den Dialog, noch für die Gesundheit des Begleiters gut, wenn er Handlungen zeigt, die noch mehr Konkurrenzkampf und Angst erzeugen. Strategien, die eine Minimierung der Verletzungsrisiken bewirken, die klaren eindeutigen Handlungen und Grenzen zeigen und die Alternativen bieten, sind unabdingbar für die Arbeit mit Menschen mit verletzenden Verhaltensweisen.

Unabhängig davon, ob es sich um kratzen, würgen, beißen oder schlagen handelt, durch eine intensive kognitive, emotionale und körperliche Arbeit lassen sich Strategien finden, die dem Begleiter Sicherheit geben, den Klienten Halt bieten, Verletzungen vermeiden, die Würde von beiden wahren und den Dialog sichern. Die Strategien können von weglaufen, schreien, sich an dem Anderen festhalten, oder den Anderen in seinen Bewegungen hindern bis hin zu innehalten, ausweichen oder umlenken sein. Wichtig ist der Versuch eines jeden Einzelnen, eigene Strategien zu finden, die es erlauben, den entstandenen Konflikt mit so wenig Kränkungen oder Verletzungen wie nur möglich zu bewältigen.

Ein Beispiel: Wird eine Begleiterin von einem Klienten an den Haaren gezogen, so neigt sie mit großer Wahrscheinlichkeit dazu, sich schnell von ihm, von seiner Hand trennen zu wollen. Diese Reaktion ist, wenn auch nachvollziehbar, nicht immer gesund. Sollte die

Mitarbeiterin sich nicht sofort befreien können, wird sie ängstlicher und aggressiver. Die Angst und die Aggressivität der Mitarbeiterin wird beim Klienten noch mehr Angst erzeugen. Durch seine Angst wird er stärker und aggressiver, wodurch er heftiger an den Haaren ziehen wird.

Möchte die Mitarbeiterin Verletzungen vermeiden, ist es häufig besser, sich nicht zu befreien, sondern die Hand des Klienten an sich zu ziehen, so dass er ihr keine Schmerzen an der Kopfhaut verursachen kann. Möchte sie raus aus der Situation, muss sie sich Zeit nehmen, sich zu stabilisieren und ihm keine zusätzliche Angst zu machen. Kann sie noch dazu ein paar überraschende, erwartungswidrige, paradoxe Reaktionen zeigen, wird sie schneller aus der bedrohlichen Situation herauskommen.

Das Trainieren solcher Situationen, wird den BegleiterInnen die nötige Handlungssicherheit geben, die ihnen erlauben, sich schneller zu stabilisieren, sich zu besinnen und somit eine größere Effektivität in der Bewältigung der Akutsituation zu erreichen. Gleichzeitig wird damit die Weiterentwicklung des Dialogs leichter gemacht.

### **Das Sichern des Anderen und die Fremdeinschätzung**

Der verborgene Kern von geistiger Behinderung ist Gewalt. Jantzens These bezieht sich auf die relationale Sicht, die geistige Behinderung als Konstruktion und als Prozess der Konstruktion in sozialen Verhältnissen begreift. Eine Einheit also, so Jantzen weiter, von „Behindert sein“ und „behindert werden“. (W. Jantzen, 2002) .

Behinderte Menschen und generell andersfähige und andershandelnde Menschen sind viel stärker der Gewalt, der Einengung, der Normierung und Instrumentalisierung der Gesellschaft ausgesetzt, als andere Menschen, die sich erwartungsgemäß entwickeln. Je stärker die Abweichung von den gesellschaftlichen Vorstellungen, von unseren Vorstellungen also, von unserer Wahrnehmungsform, von unserer Wirklichkeit, je stärker also die geistige Behinderung, desto wahrscheinlicher ist es, dass die Menschen Belastungssituationen und Ohnmacht ausgesetzt werden. Diese Erfahrungen Beginnen in der Familie, die sich auch durch die Regelverletzung gegenüber der Gesellschaft (ein behindertes Kind zu gebären, wird bereits als Regelverstoß gedeutet) und durch die besondere Belastung in der Beziehung mit dem Kind, in einem Ohnmachtsverhältnis befindet. Ist das Kind von der „Fürsorge“ von Fachleuten abhängig, unterliegt es eher aversiven Behandlungsverfahren und wird oft institutionalisiert, wodurch es schwere Beziehungsverluste erleidet, die es noch weiter in die Ohnmacht treiben.

Menschen, die solche Erfahrungen erlitten haben, haben die Neigung, verletzende Verhaltensweisen nach außen oder nach innen weiter zu transportieren. Diese verletzenden Verhaltensweisen sind zum Teil die einzige Form der Konfliktbewältigung, die sie haben. Mit ihnen können sie sich sensorisch stabilisieren. Sie können aber auch Differenzen in den Geschwindigkeiten der erlebten peripheren und der erlebten inneren Welt mit der Verarbeitungszeit in Einklang bringen, oder die Folgen von unangenehmen Einflüssen der inneren (z.B. Magenschmerzen) oder der äußeren (z.B. Veränderungen der Routine) Welt kontrollieren. Wer sich in seine Strukturen hinein begibt, muss mit Synergieeffekten rechnen.

Die Erklärung von möglichen Faktoren bzw. Zusammenhängen, die der Entwicklung des Klienten und dem Dialog mit dem Begleiter feindlich sind, wird dem Begleiter helfen, einerseits Stabilität zu finden und andererseits dem Klienten freundlich zur Seite stehen zu können. Wichtiges Ziel dieser Kommunikation ist der Erhalt des Dialogs, damit der Klient das Gefühl der Sicherheit bekommt und seine Potentiale entfalten kann.

Fördermaßnahmen und Therapien, die nur darauf abzielen, einzelne Aspekte des Klienten zu „fördern“ und nicht die Ganzheitlichkeit des Klienten und die Beziehung zu ihm (Fornefeld) berücksichtigen und in den Vordergrund stellen, werden womöglich bei ihm noch zusätzliche

Ohnmachtserfahrungen produzieren. Der Klient wird sich weiter in dem Begleiter nicht erkennen können, sich im Dialog nicht sicher fühlen und somit weiter isolieren und regredieren.

Das von mir entwickelte Konzept der Dialog Orientierten Körperlichen Intervention (DOKI) versucht die Bedeutung der Körperkommunikation für die Dialogparteien auch in Situationen der gegenseitiger Aggressivität als Grundlage der Begegnung zu machen. So „werden im Spiegel der reagierenden Bezugsperson(en) bedeutungsvolle Berührungen geformt, die in der zwischenkörperlichen Begegnung, auf der Basis der Tonizität der Haut und der Muskulatur, den Körper als “Körper in Relation” erscheinen lassen, der eine subjektive Bedeutung und eine soziale Ausrichtung erfährt (Praschak 1995), „sofern der eigene Körper sich in den vermittelnden Körper des anderen projiziert und ihn assimiliert” (Wallon. 1990)

## **Dialog Orientierte Körperliche Intervention**

**DO** – Weg **KI** – innere und äußere Kraft  
(Der Weg der inneren und äußeren Kraft)

**DOKI** Japanische Onomatopeia für Herzrasen

**DOKI** – Interventionskonzept von Carlos Escalera

Es handelt sich um die Anerkennung eines jeden menschlichen Kontaktes als Kommunikationsart, bei der über Muskelspannung, Atmung, Herzrhythmus, Hautwärme, Druck und Berührung ein komplexes Gebilde an Botschaften gesendet werden kann, die aus einer bloßen körperlichen Intervention eine Halt gebende Erfahrung und Deeskalation machen können.

Demzufolge wird versucht, jede körperliche Intervention so zu gestalten, dass es den Beteiligten möglich ist, trotz einer eventuellen bewegungs-einschränkende Erfahrung, sich in gegenseitiger Achtung und Anerkennung, kennen zu lernen, sich also ineinander zu erkennen.

### **DOKI**

- betrachtet zwischenmenschliche Streit- und Kampfsituationen als biologische, emotionale, kognitive und soziale Austauschprozesse und somit als Orte des Dialogs
- sucht den Respektvollen Umgang mit sich und dem Anderen in körperlichen Austauschprozessen,
- sucht gleichzeitig den Schutz des Selbst und des Anderen,
- betrachtet den „Zusammenstoß“ von zwei oder mehr Menschen als physikalischen Prozess und sucht darin eine Ökonomie der Bewegungen,
- berücksichtigt und analysiert die kleinsten Veränderungsprozesse der betroffenen Menschen während der körperlichen Auseinandersetzung, um passende Reaktionen und Interventionen zu entwickeln,
- nimmt Entwürdigungsgefühle, Rachelust, Dämonisierungstendenzen etc. an und hält diese durch die Interventionsform möglichst gering,
- arbeitet sowohl mit der Bewegung und Veränderung der äußeren Umstände wie auch mit Stille und Veränderung der inneren Haltungen,
- betrachtet jede Intervention als mögliche Gewaltanwendung und versucht, den Gewalteffekt gering zu halten.

## Die Arbeit mit den drei Dimensionen der menschlichen Aggressivität

Wird ein Mensch in meiner unmittelbaren Umgebung grenzüberschreitend, verletzend, aggressiv, so ist die erste Handlung die Überprüfung bzw. die Herstellung der eigenen Sicherheit. Dies wird am schnellsten erreicht, indem man sich von der Gefahrenquelle distanziert. Diese Distanz kann physisch oder psychisch sein. Die erste ist schnell beschrieben, gehen Sie weg oder entfernen Sie sich zumindest ein paar Schritte. Die zweite ist komplizierter zu beschreiben. Am Besten scheint mir zu sein, wenn ich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, einige Strategien beschreibe, die andere, oder ich selbst, benutzt haben, um solche Situationen zu überstehen. In der Begegnung der menschlichen Aggressivität habe ich es als hilfreich empfunden, den aggressiv agierenden Menschen innerhalb drei Parameter zu analysieren und ihm entsprechend zu begegnen, dies verschaffte mir eine gewisse innere Distanz. Die drei Parameter, bzw. die drei Dimensionen der menschlichen Aggressivität sind:

**Körperliche Dimension.** Damit sind alle körperlichen Prozesse, die vor oder während einer aggressiven Handlung stattfinden, z.B. Erregungszustände und ihre Schwankungen, Unwohlbefinden, Mangel erleben, Schmerz, etc. gemeint.

Wenn eine Person in hohe Erregungszustände gerät, ist sie meistens über Sprache kaum erreichbar. So ist es oft besser zu schweigen, zu warten und den Raum zu öffnen, d.h. Fluchtwege deutlich zu machen, als zu versuchen, die Person mit Argumentationen zu beruhigen. Diese körperliche Dimension spielt eine große Rolle bei den Reaktionen der Professionellen. Einige von uns sind zum Beispiel sehr schreckhaft. Das Sich-Erschrecken ist zunächst aber eine eher physiologische Reaktion als eine emotionale Eigenschaft. Die Muskeln spannen sich an, der Atem bleibt stehen oder wird oberflächlich, die Blutzufuhr wird im Körper teilweise umgeleitet. Es ist im Sinne des Professionellen, den Schreckmoment zu verkürzen. Der Weg dahin ist oft zuerst physiologisch. Man nimmt den Körper wahr und man konzentriert sich darauf, die Muskulatur zu lockern und die Atmung zu regulieren. Dadurch kommt man viel schneller aus der Situation der Handlungsunfähigkeit heraus, als wenn man versucht die Lage zu analysieren oder die Emotionen zu bearbeiten.

**Kognitive Dimension.** Hierbei geht es um alle bewussten oder unbewussten kognitiven Prozesse, die vor oder während einer Handlung passieren. Es handelt sich um vorteilsgerichtete Handlungen, um Erlangungs- und Vermeidungsstrategien, um über den Intellekt gesteuerte Bedürfnis- befriedigung und / oder Vergeltungsaktionen. Bei dieser Art von Aggression wirkt die Person sehr kontrolliert. Man erkennt, dass sie die Lage analysiert und bewertet, um entsprechend entscheiden zu können. Die Argumentationen der aggressiv agierenden Person können stark von der Norm abweichende Vorstellungen aufweisen, haben aber oft in sich eine klare Logik. Wenn man diese Logik verstanden hat, kann man mit diesen Leuten gut ein Gespräch führen und verhandeln.

**Emotionale Dimension.** Das sind alle emotionalen Prozesse, die rund um die Handlung eine Rolle spielen. Diese Emotionen können sehr standhaft über längere Zeiträume fühlbar und erkennbar sein. Sie können aber auch sehr instabil, flüchtig, wechselhaft erscheinen. Emotionen, die oft in Zusammenhang mit Aggression erscheinen, sind z.B. Angst, Wut, Lust, Frust, Scham, Ärger, Zorn, Ekel, etc. Die Menschen, die aus emotionalen Gründen aggressiv agieren, können sehr vielfältige Verhaltensweisen und mimische Ausdrücke zeigen. Intuitiv sind wir aber in der Lage zu erkennen, ob die Person aus Angst, aus Frustration oder aus Wut agiert. Wenn man sich ein paar Sekunden der Besinnung gönnt, kann man eine schnelle Diagnose der emotionalen Anteile durchführen. Personen, die in Angst geraten, kommen am besten damit zurecht, wenn man ihnen Zeit und Raum zur Verfügung stellt. Nicht umsonst kommt das Wort Angst von Enge. Ist die Handlung durch ein ursprüngliches Gefühl von



Scham motiviert, ist es oft gut, die Person in ihrer Wertigkeit und Richtigkeit zu bestätigen. Kommt die Aggression aus der Wut, ist es gut zu überprüfen, ob man das Ziel der Wut sein kann. Wenn Ja, ist es oft besser, den Raum zu verlassen und einen Kollegen hinzu zu ziehen, der die Wut erst zulassen sollte, um sie nachher zu steuern.

Im Umgang mit diesen drei Dimensionen soll der Beobachter sich dem Beschriebenen zufolge darauf konzentrieren, die dominante der drei Dimensionen in Stärke und Qualität zu erfassen, um dem entsprechend handeln zu können.

## **Schlusswort**

Sie müssen selbstverständlich keine der hier beschriebenen Strategien annehmen oder übernehmen. Wichtig ist es, dass Sie wissen, dass Sie diejenige/derjenige sind, die/der sich selbst gut kennt. Überprüfen Sie, was Sie tun, um negative Einflussnahmen aus der Umgebung zu verhindern, überprüfen Sie Ihre Macht über sich selbst, die Macht, negative Emotionen in ihrer Intensität zu schwächen und positive Emotionen zu stärken; die Macht, Ihre Sicherheit herzustellen, die Macht, die eigene Handlungsfähigkeit zu erweitern, die Macht, positiv auf Menschen zuzugehen und sie anzunehmen, ihnen zu helfen, sich zu heilen und sich weiter zu entwickeln.

Wir brauchen Mut. Mut zu einer aufrichtigen Betrachtung von uns selbst. Mut, uns anzunehmen: in unseren Störungen, in unserer Wut, in unserer Angst, in der Lust, in der Unlust, ... Mut, die eigenen Emotionen in die Arbeit einzubeziehen. Mut, zur professionellen Nähe zum Klienten.

Man kann in fast jeder Emotion, in fast jeder Regung etwas Positives für den Dialog tun, vorausgesetzt, man will es.

## **4. Bibliografie**

- Aguilera, Donna: 2000. Krisenintervention. Verlag Hans Huber
- Breakwell, Glynis M. : 1998. Aggression bewältigen. Hans Huber.
- Bruckmüller, Maria: 1985. Aggression und Regression bei geistiger Behinderung – Ausdrucksmittel oder Störung?. Geistige Behinderung, 2/85, 114-125.
- Bronfenbrenner, U.: 1993. Die Ökologie der menschlichen Entwicklung. Geist und Psyche. Fischer.
- Butolo, W.; Hagl, M.; Krümann, M.: 1999. Kreativität und Destruktion posttraumatischer Bewältigung. Forschungsergebnisse und Thesen zum Leben nach dem Trauma. Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Dutschmann, A.: 1999. Das Aggressions-Bewältigungs-Programm ABPro. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie e.V.
- Egidi, K.; Boxbücher, M. (Hrsg.): 1996. Systemische Krisenintervention. Deutsche Gesellschaft für Verhaltenstherapie.
- Eppel, Heidi: Stress als Risiko und Chance. Grundlagen von Belastung, Bewältigung und Ressourcen. Kohlhammer. 2007.
- Escalera, C. (1999): Aggressives Verhalten und Hilfeplanung in der Arbeit mit Menschen mit geistiger Behinderung. Tagungsbericht, Bonn, 1999. Deutsche Heilpädagogische Gesellschaft.
- Escalera, C. (2000): Aggressivität, Überforderung und Herausforderung; in Sonderpädagogik in Niedersachsen. Zeitschrift des Landesverbandes Niedersachsen. 3/00.
- Escalera, C. (2000): Verhaltensauffälligkeiten: Eine Gratwanderung zwischen intellektueller Herausforderung und emotionaler Überforderung. In

Verhaltensauffälligkeiten – Ausdruck von Selbstbestimmung? (Hrsg. Theunissen). Klinkhardt.

- Escalera, C. (2001): Veränderung und Stabilisierung des Selbst als Voraussetzung für die Veränderung und Stabilisierung des Anderen. Geistige Behinderung 4/01
- Escalera, C.: 2001. Aggressionen, und wer schützt mich?. Orientierung 1/01
- Escalera, C. (2002): Angst, Aggressivität und Destruktivität. Die Wechselwirkungen im pädagogischen Alltag und Unterstützungsmöglichkeiten für Professionelle. Tagungsbericht. Januar/02. Kassel. Gesundheitsamt (Hrsg)
- Escalera, C. (2004): Eine Krise, die viele Krisen entstehen lässt – Krisenintervention und geistige Behinderung. Praxis Krisenintervention. Müller und Scheuermann (Hrsg.) Kohlhammer. Stuttgart.
- Fengler, J.: 1996. Helfen macht müde. Zur Analyse und Bewältigung von Burnout und beruflicher Deformation.
- Fornefeld, B.: 2001. Das schwerst behinderte Kind und seine Erziehung. Beiträge zu einer Theorie der Erziehung. Universitätsverlag Winter.
- Goffman, E.: 1980. Rahmen-Analyse. Ein Versuch über die Organisation von Alltagserfahrungen. Suhrkamp.
- Hennig, G. und Pelz, G.: 1997. Transaktionsanalyse. Lehrbuch für Therapie und Beratung. Herder.
- Jantzen, W.: 1997. Diagnostik als Rehistorisierung. Edition Marhold.
- Jantzen, W.(Hrsg.): 2001. Jeder Mensch kann lernen. Perspektiven einer kulturhistorischen (Behinderten-)Pädagogik. Luchterhand.
- Jantzen, W.: 2002. Gewalt ist der verborgene Kern von geistiger Behinderung. Vortrag auf der Tagung „Institution=Struktur=Gewalt“ Schweiz. Fachverband Erwachsene Behinderte.
- Krause, M.P.: 1997. Elterliche Bewältigung und Entwicklung des behinderten Kindes. Peter-Lang.
- Lindemann, H. und Vossler N.: 1999. Die Behinderung liegt im Auge des Betrachters. Konstruktion des Denken für die pädagogische Praxis. Luchterhand.
- Omer, Haim; Alon, Nahi; von Schlippe Arist: Feindbilder, Psychologie der Dämonisierung. Vandenhoeck und Ruprecht, 2007.
- Parkinson, B.; Tottodell, P.; Briner, R. und Shirley, R.: Stimmungen. Struktur, Dynamik und Beeinflussungsmöglichkeiten eines psychologischen Phänomens. Klett-Cotta
- Rohmann, U. und Elbing, U.: 1998. Selbstverletzendes Verhalten. Verlag modernes Lernen – Dortmund.
- Schwarzer, Ralf: 2000. Stress, Angst und Handlungsregulation. Kohlhammer. Stuttgart
- Wagner, Angelika C.: Gelassenheit durch Auflösung innerer Konflikte, mentale Selbstregulation und Introvision. Kohlhammer, 2007.
- Weidner, J.; Kilb, R.; Kreft, D.: Gewalt im Griff. Beltz
- Windisch, Matthias: Mehr Lust statt Frust in der Behindertenbetreuung? Geistige Behinderung 3/97, 277-289.

C. Escalera.

Diplompädagoge (Univ. Madrid)

Stellvertretender Leiter des Beratungszentrums Alsterdorf

Ev. Stiftung Alsterdorf

Paul-Stritter-Weg 7

22292 Hamburg

c.escalera@alsterdorf.de