



Workshop Aggression und Deeskalation

Definition Aggression

Aggression ist ein Verhalten, dessen Ziel eine **Beschädigung oder Verletzung** ist. Unter aggressiven Verhaltensweisen werden nur solche verstanden, die Individuen (oder Sachen) **aktiv** und **zielgerichtet** schädigen, schwächen oder in Angst versetzen. Eine Aggression liegt also nur dann vor, wenn die Absicht der Schädigung bei einem Täter vorhanden ist.

ProDeMa

Beispiel einer Eskalation

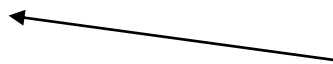
Patient

Personal

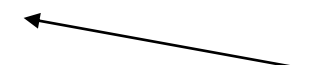
Verteidigung



Körperlicher Angriff



Erregung/Beleidigung



Nicht-Befolgung



Regelverletzung



Abwehr, Zwang

3. Auff./Drohung

2. Aufforderung

Aufforderung

Polyvagal-Theorie nach Stephen Porges

- Entwicklung und Funktion des autonomen Nervensystems

Der Vagusnerv

Der Vagus Nerv ist der grösste Nerv des Parasympathikus
Er ist der X. Hirnnerv und tritt durch das Foramen jugulare
aus dem Schädel aus.

Er hat motorische und sensible Fasern für Herz, Lungen,
Kehlkopf, Pharynx, Gaumen, Trachea. Bronchien, Organe
im Brust- und Bauchraum und sensible Fasern für den
äusseren Gehörgang

wird auch als der „umherschweifende“ Nerv genannt

Neurozeption

Die Neurozeption ist «ein System unterbewusster Wahrnehmung, das bedrohliche und sichere Situationen zu erkennen vermag.»

«Beeinträchtigungen der Neurozeption können die eigentliche Ursache psychischer Störungen wie Autismus, Schizophrenie, Angststörungen, Depression und reaktiver Bindungsstörungen sein.»

Stephen W. Porges, Polyvagal-Theorie, 2010, s. 29

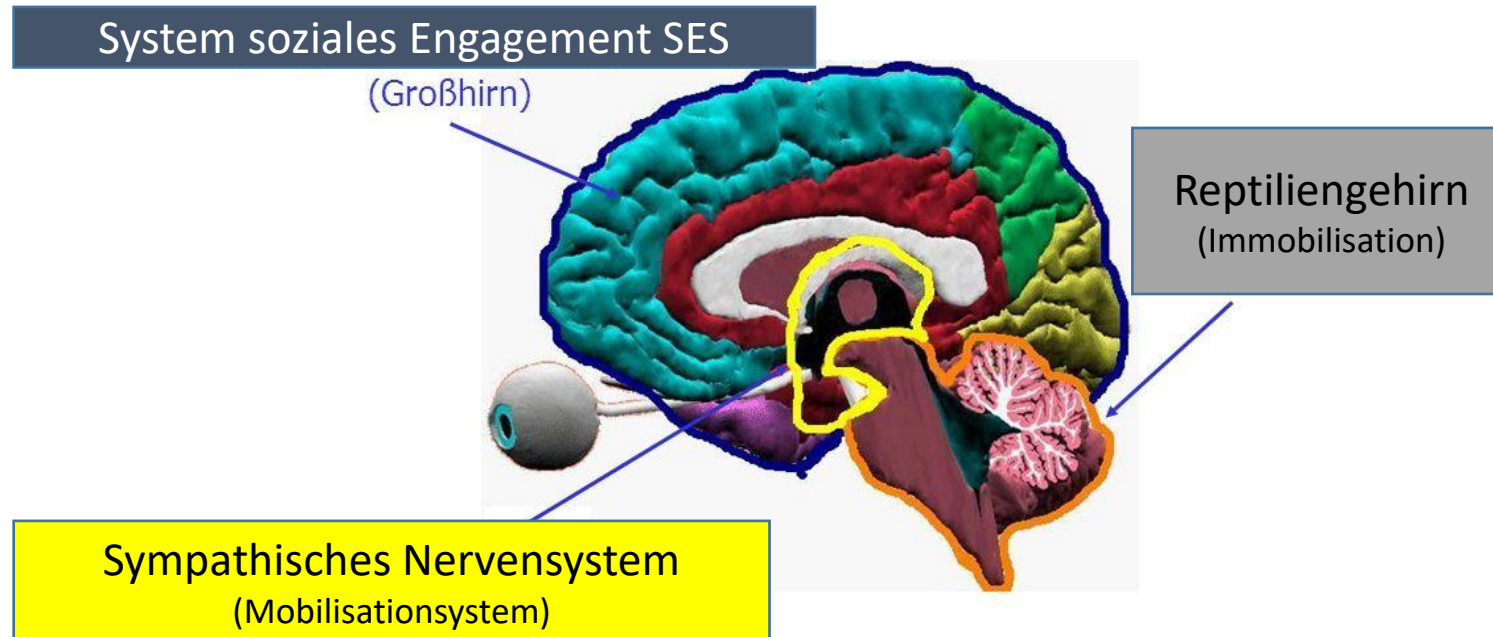
Neuronale Entwicklung

Nervensystem mit drei neuronalen Subsystemen:

1. Entwicklungsstufe: Immobilisation «Reptilienhirn» (Erstarrung)
2. Entwicklungsstufe: Mobilisationssystem (Kampf oder Flucht)
3. Entwicklungsstufe: System soziales Engagement

Werden hierarchisch aktiviert (zuerst das Neueste)

Neuronale Entwicklung



1. Stufe Immobilisation (Erstarrung)

- ältestes Nervensystem
- Wird in **lebensbedrohlichen Situationen** aktiviert
- **Erstarrung, Totstellreflex**
- Herzleistung wird reduziert
- Dissoziation -> Erstarrung um Schreck, Schmerz nicht zu spüren

2. Stufe Mobilisation (Kampf oder Flucht)

- Wird bei **Gefahr** aktiviert
- Energie für **Kampf oder Flucht**
- Verstärkt Herzleistung,, weitet Pupillen, erhöht Blutdruck, hemmt Magen-Darm-Trakt
- Kraftzehrende Stoffwechselbelastung
- Filter: nicht Stimme sondern der **lauteste Reiz**
- System wird von Traumatisierten und Autisten häufig auch in sicheren Situationen aktiviert

3. Stufe System soziales Engagement (SES)

- Ist in **sicheren Situationen** aktiv
- Kommunikation und soziales Verhalten
- Reguliert Gesichtsausdruck, Saugen, Schlucken, Atmen, stimmlicher Ausdruck und Wahrnehmung
- **Emotionen**
- Erholung, Gesundheit und Wachstum
- Lernen
- Kann Herzleistung schnell der Situation anpassen

Interventionsmöglichkeiten **Selbstberuhigung**

Ziel: Aktivierung eigenes SSE als Voraussetzung für Deeskalation

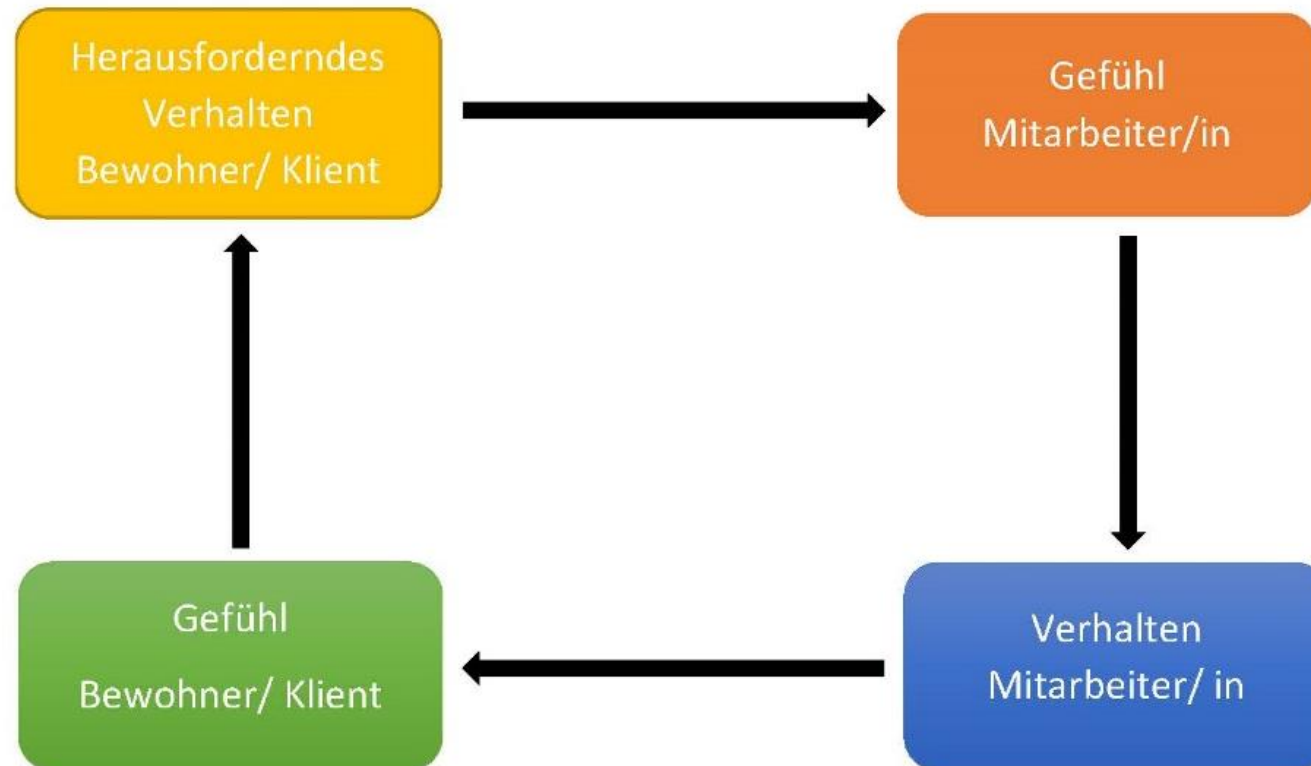
- Ausatmen
- Füße auf den Boden
- trinken, Schöggeli essen, summen, singen, pfeifen
- Bewusstsein: «die Person ist in grosser Not, benötigt Unterstützung um sich zu beruhigen»
- Bewusstwerdung eigener Gefühle und Bedürfnisse -> annehmen, Lösung suchen
- Unterstützung suchen -> Person welche mir Sicherheit vermittelt

Interventionsmöglichkeiten **Gegenüber**

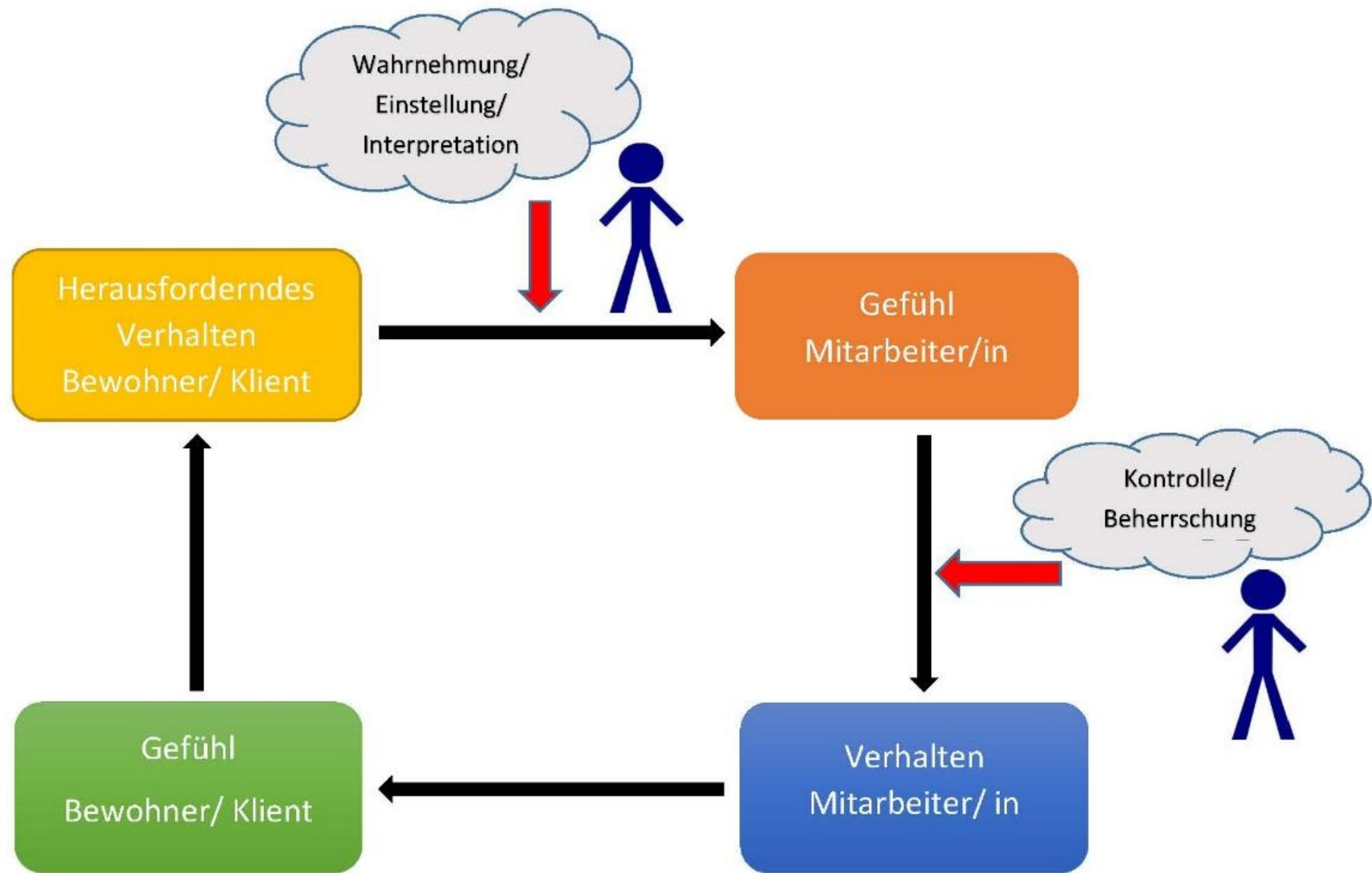
Ziel: Wechsel vom Mobilisationssystem zum System soziales Engagement

- Kontakt, Beziehung
- Ruhige Stimme
- Musik, Gesang, Rhythmisierung
- Etwas trinken, essen
- Reduktion der Anzahl Bezugspersonen
- Räumlich Sicherheit vermitteln

Sichtweise und Interpretationen verändern



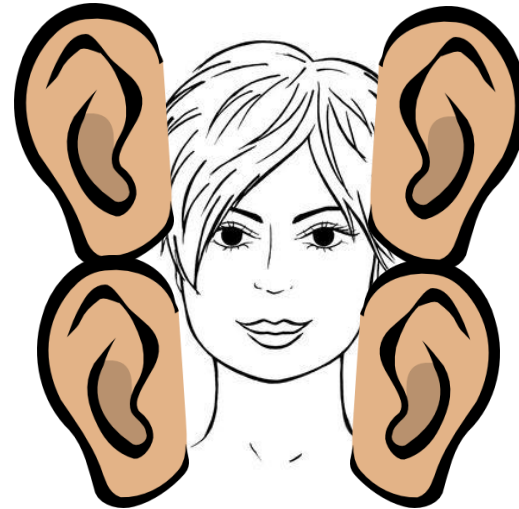
ProDeMa



Vier Ohren Modell nach Schulz von Thun

Sachverhaltsohr
«Was will die Person mir sagen?»

Beziehungsohr
«Wie redet der eigentlich mit mir?»



Selbstoffenbarungsohr
«Was ist mit dem anderen los?»

Appellohr
«Was soll ich tun?»

Verbale Deeskalation nach ProDeMa

1. Kontaktaufnahme
2. Beziehungsaufbau
3. Konkretisierung
4. Lösung erarbeiten

1. Kontakt

- Ist Voraussetzung dass Deeskalation gelingen kann!
- Deutlicher verbaler Impuls
- Energieniveau anpassen
- Leichte Mitbewegung bei motorischer Unruhe

❖ Ziel: Aufmerksamkeit gewinnen

Sicherheit

- Wenn Gegenüber heftig auf mich zukommt: ein lautes «Stopp!»
- Distanz
- Hände vor dem Körper
- Fluchtweg

2. Beziehungsaufbau

- Widerspiegelung des emotionalen Zustandes (wertfrei!)
 - Innere Not heraushören
 - Nach Leit-, Primäremotionen suchen
 - Dramatisieren statt bagatellisieren
 - Worte 1:1 aufnehmen („ich halte das nicht mehr aus!“
„Sie halten es nicht mehr aus!“)
- ❖ Ziel: Soll spüren dass wir ihn wahrnehmen, versuchen zu verstehen

Springteufel

3. Konkretisierung

- Im Hier und Jetzt
 - Keine «warum» Fragen
 - «was genau...?»
 - Superlativfragen (am schlimmsten, am meisten...)
 - Nur eine Frage, Zeit zum beantworten lassen
- ❖ Ziel: Beweggrund finden

4. Lösung finden

- Situative Lösung im Hier und Jetzt finden
- Eingehen auf erfüllbare Wünsche
- Angebote machen
- Augenblick der Not mit Gegenüber teilen

❖ Emotion vor Kognition!