

WISSENSWERTES ÜBER PDA IM SCHULISCHEN KONTEXT



 **FAPDA**
FACHVEREIN PDA-AUTISMUS-PROFIL

ENTWICKELT VON SARAH OCHSNER

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	2
2	Arbeit mit Schüler:innen	3
2.1	Zusammenarbeit	3
2.2	Unterrichtsgestaltung / Lerninhalte	5
2.3	Tools	9
2.4	Setting.....	10
2.5	Anforderungen	11
2.6	Kommunikation	11
2.7	Emotionsregulation	15
2.8	Aufklärung	16
3	Coaching	18
4	Arbeit mit den Erziehungsberechtigten	25
5	Teamarbeit	27

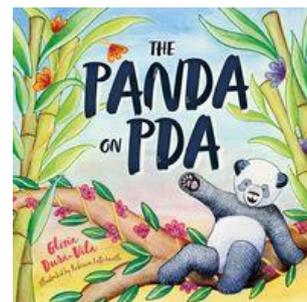
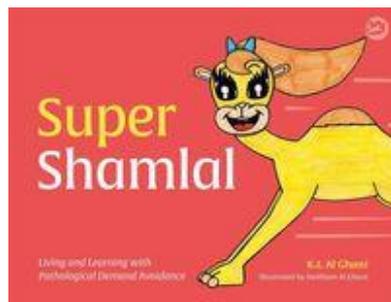
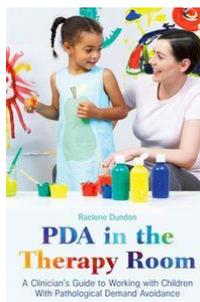
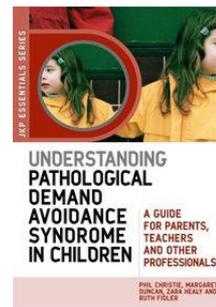
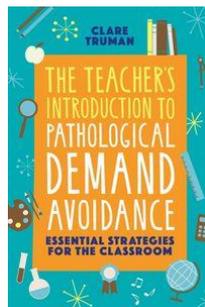
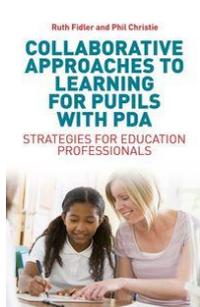
1 Einleitung

Dieses Dokument fasst wichtige Informationen rund um ein PDA-freundliches Schulsetting zusammen. Es beinhaltet Tipps und Tricks und erklärt, weshalb aufgelistete Vorgehensweisen sinnvoll sind. Hauptziel in der Arbeit mit PDAer:innen ist, Autonomie zu ermöglichen, das Sicherheitsgefühl der Betroffenen zu steigern und den Arousal-Level entsprechend niedrig zu halten. Es soll Lehrpersonen, Sozialpädagog:innen, Heilpädagog:innen, Klassenassistenten und weitere Schulangestellte in ihrer täglichen Arbeit unterstützen.

Zum Thema PDA und Schule gibt es in englischer Sprache bereits Literatur, Übersetzungsarbeit auf Deutsch wurde noch keine geleistet. Dieses Dokument beinhaltet Vorgehensweisen, die sich mit der englischen Literatur decken.

Auch die PDA Society des Vereinten Königreiches (www.pdasociety.org.uk) listet auf ihrer Website hilfreiche Informationen dazu.

Literatur- Tipps



Bildequelle: www.orellfuessli.ch (1.5.2023)

2 Arbeit mit Schüler:innen

2.1 Zusammenarbeit

- **Beziehungsaufbau und -pflege als oberste Priorität:** Wie gelingt es mir, die Beziehung zu festigen und gleichzeitig das Bedürfnis von Freiheit und Autonomie zu gewährleisten? Wie kann man eine allzu feste Fixierung auf eine Person verhindern und möglichst ein breites Unterstützernetz begünstigen? Es ist wichtig, dem:der Schüler:in Zeit zu lassen. Zu Beginn lohnt es sich, den:die Schüler:in über Interessen und spielerisch abzuholen.
- **Kooperation und Mitgestaltung von Schüler:innen ermöglichen:** In möglichst allen Bereichen eine Zusammenarbeit auf Augenhöhe ermöglichen. Stundenplan, Aktivitäten, Entspannung, Kommunikation, Bezugsperson, Aufgaben etc. Dies trägt wesentlich zu einem Gefühl von Sicherheit bei.
- **Führung überlassen wo nötig und möglich:** Dies ist elementar, damit sich der:die Schüler:in sicher fühlt und das autonome Nervensystem nicht im Zustand der Mobilisation (Kampf/Flucht) oder in der Immobilisation (Erstarrung) ist oder bleibt. Denn ein direkter Unterrichtsstil kann Angst bis Panik auslösen, zu Vermeidung führen und Meltdowns/Shut downs hervorrufen.
- **Begleiter:in sein:** Wie kann ich den:die Schüler:in bestmöglich begleiten, damit eine sichere Bindung zwischen uns entstehen kann? Wie ist eine Begleitung möglich, ohne dass der:die Schüler:in das Gefühl hat, die Kontrolle über sein:ihr Handeln zu verlieren? Wie kann ich mich diesbezüglich selbst regulieren und mein Handeln immer wieder überprüfen?
- **Unterstützer:in sein:** Wie kann ich unterstützend wirken? Man kann beispielsweise die Schreibearbeit oder zumindest einen Teil davon übernehmen, wenn ein:e Schüler:in nicht gerne schreibt oder man füllt ein Arbeitsblatt für ihn:sie aus, macht aber Fehler, welche er:sie dann korrigieren kann. Auch hier hilft es, sich immer wieder klarzumachen, dass das betroffene Kind oder die jugendliche Person nicht kann, aber durchaus will. Was Krücken bei einem Beinbruch sind, können Lehrpersonen für ein autistisches Kind mit PDA-Profil sein.
- **Faciliator (Ermöglicher:in) sein anstatt Lehrer:in im traditionellen Verständnis:** Schauen, was braucht der:die Schüler:in für seine:ihre eigenen Projekte und wie kann ich sinnvoll unterstützen? Wie kann ich übergeordnete Lernziele (z.B. selbstständiges Arbeiten, Organisationsfähigkeit, Genauigkeit etc.) anhand der individuellen Projekte fördern?

- **Pick your challenges:** Wo lohnt es sich zu intervenieren und sich durchzusetzen und wo lasse ich das Verhalten zu? Sich auf Minimalregel einigen: z.B. Sicherheit von allen ist gewährleistet, staatliche Gesetze werden eingehalten, alle sollen sich so wohl wie möglich fühlen im Klassenzimmer. Hier hilft es auch regelmässig zu überprüfen, aus welchem Motiv ich Anforderungen an ein:e Schüler:in stelle. Sind es meine Glaubenssätze, mein Verhaltensrepertoire, meine Moralvorstellungen oder geht es tatsächlich darum, den:die Schüler:in, in seinem:ihrer aktuellen Zustand, den jetzigen Ressourcen und vorhandenen Ängsten unter Einbezug der Diagnose zu fördern?
- **Ressourcenorientiert arbeiten:** Talente der Schüler:innen nutzen und auf den bereits vorhandenen Fähigkeiten aufbauen. Erst bei genügend Sicherheit an herausforderndere Themen rangehen. Vielleicht findet dies zuerst spielerisch statt, by-the-way oder in mündlichen Sequenzen (z.B. auch QR-Codes oder Vocaroo nutzen), bevor es möglich ist, auch Schreibtätigkeit miteinzubauen. Schreiben kann in einigen Fällen einen stärkeren Autonomieverlust provozieren als indirekten mündlichen Einbezug.
- **Verhalten umlenken und legitimieren:** nicht erwünschtes Verhalten, wenn immer möglich, in akzeptiertes Verhalten wandeln. Z.B. wenn ein:e Schüler:in das Klassenzimmer immer wieder verlässt und im Schulgebäude umherwandert, könnte man ihm:ihr einen Briefumschlag geben, welcher der Administration abgegeben werden soll. So könnte er:sie das Botengang-Ämtli übernehmen (man kann auch fiktive Unterlagen mitgeben und zuvor die Administration entsprechend informieren). Die Autonomie in Bezug auf das Verlassen des Schulzimmers ist somit gewahrt und trotzdem kanalisiert.
- **Erhöhte Verarbeitungszeit:** Teilweise ist die Verarbeitungszeit von den Schüler:innen deutlich erhöht. So kann es sein, dass sie länger brauchen, um auf eine Frage zu antworten oder über entstandene Gefühle oder vorheriges Verhalten zu sprechen. Entsprechend ist es hilfreich, sich selbst immer wieder zu überprüfen und bewusst darauf zu achten, dass man Verarbeitungszeit lässt. Man kann auch beispielsweise sagen: «Wenn du fertig überlegt hast, darfst du dich bei mir melden oder dein Kärtli legen. So sehe ich, dass du ein Gespräch mit mir wünschst.» Gleichzeitig könnte man dann der Klasse allgemein noch sagen: «Manchmal kann es guttun, über eine schwierige Situation zu sprechen. Darum kommt es vor, dass Lehrpersonen nach einer Herausforderung nochmals auf Schüler:innen zukommen, um etwas nachbesprechen zu können. Man kann dann beispielsweise *okay* sagen oder mitteilen, dass man Bedenkzeit braucht oder das gerade nicht will oder kann.» Man könnte dazu auch einen visuellen Prompt im Klassenzimmer aufhängen und diesen immer wieder by-the-way erwähnen.

- **Bei sichtbarem Stress, Ablenkung schaffen und Humor nutzen:** Oft hilft es, wenn in einer sich anbahnenden schwierigen Situation eine paradoxe Intervention angewandt wird. Z.B. wenn ein:e Schüler:in während einer herausfordernden Situation die Massagebälle und Stifte umherwirft, kann man versuchen einen Ball zu fangen und diesen zurückzuwerfen mit dem Appell: «Fang!». Eventuell ergibt sich daraus dann ein Spiel. Oder, man braucht «plötzlich» (selber provoziert) dringend Hilfe von dem:der Schüler:in. Man muss z.B. Bücher wegtransportieren und stolpert. Die Bücher fallen auf den Boden. Oft helfen die Schüler:innen dann unaufgefordert mit, weil sie wirklich toller Helfer:innen sind. So können sie vielleicht aus dem Muster des Umherschmeissens ausbrechen. Auch der Einsatz von Humor kann hilfreich sein und die Situation auflockern.
- **Vorsicht vor Überreizung:** Eskalationsprozess beobachten und unbedingt mit dem gesamten Team einen Plan erstellen, wie Meltdowns verhindert werden können, indem man frühzeitige Hinweise erkennt. Regulation ermöglichen und bei Bedarf mit Co-Regulation unterstützen. Es gibt Kinder und Jugendliche, die den inneren Stressvorgang noch nicht benennen und auch nicht mit einem äusseren Reiz in Zusammenhang bringen können. So gibt es einen spontan wirkenden Gefühlsausbruch, obwohl vielleicht Mikro-Zeichen bereits erkennbar gewesen wären (z.B. das Tappen mit einem Finger oder eine sich verändernde Atmung). Hat man Klassenassistenten, kann man diesen auch ab und an einen spezifischen Beobachtungsauftrag geben mit dem Ziel, Frühwarnzeichen zu erkennen und zu dokumentieren. Ist es für den:die Schüler:in möglich, kann man dies auch im Coaching als Forschungsprojekt aufnehmen.
- **Schüler:in als Expert:in und Helfer:in einsetzen:** Da die Schüler:innen oft sehr wissensdurstig sind und viel vom Thema im Klassenzimmer mitbekommen, auch wenn sie nicht aktiv mitarbeiten, kann man sie als Fachpersonen einsetzen. Oft helfen sie gerne. So kann man indirekt fragen, ob jemand *Person X* bei einer Aufgabe helfen würde. Oder man nutzt den:die Schüler:in für einen Probelauf einer Unterrichtseinheit und fragt, ob er:sie eine Bewertung abgeben würde oder Verbesserungsvorschläge hat.

2.2 Unterrichtsgestaltung / Lerninhalte

- **Individualität beim Erstellen der Lerninhalte garantieren:** Interessen des:der Schüler:in nutzen und bedürfnisorientiert und projektartig planen.
- **Flexibilität wahren:** Einheiten abrechen, wenn der Stress zu hoch ist und spontan etwas Neues anbieten. Z.B. Unterricht im Freien machen, Unterlagen anpassen, spielerisch oder theatralisch arbeiten oder Rückzug ermöglichen.

- **Interessen nutzen:** z.B. Nomendossier mit Harry Potter-Lektüre machen, wenn Schüler:in Fan ist. Roblox-Programmieren oder Minecraft als Tätigkeiten im Stundenplan verankern oder spontan einbauen, wenn Schüler:in Roblox oder Minecraft mag.
- **Wahlangebote machen:** z.B. Arbeitsmaterialien aussuchen lassen oder bei schwierigen Themen beispielsweise fragen: «Machen wir die Verbenübung vor unserem Spiel oder danach? Ich könnte mir auch vorstellen, dass wir heute nur 8 anstatt 10 Minuten an der Verbenübung arbeiten, ich habe nämlich etwas Konzentrationsschwierigkeiten. Ist das für dich okay?» Oder ein Minutenglücksrad, Würfel oder sonstiges nutzen, um die Arbeitszeit spielerisch abzumachen.
- **Über Anforderungen verhandeln:** «Arbeitest du 5, 8 oder 10 Minuten daran?» oder «Ich sehe, es ist gerade nicht möglich, dass der Auftrag bearbeitet wird. Das ist okay. Ich bin nicht mehr sicher, ob du bereits eine Jokerkarte hast, die du einsetzen kannst, um eine Pause zu machen. Wenn ja, wäre es vielleicht eine gute Idee, diese einzusetzen. Du kannst morgen bestimmen, wann du den Auftrag erledigst. Vielleicht möchtest du Lisa fragen, ob sie den Auftrag mit dir löst und dir vielleicht sogar etwas bei deiner Schreibe hilft. Sie schreibt doch so gerne.»
- **Kleinschrittige Aufgaben anbieten:** Oft fordern komplexe Aufgaben dahingehend heraus, als dass nicht klar ist, was der Auftrag alles beinhaltet und womit man starten soll. Es kann helfen, wenn man kleine Chunks macht und dazwischen bei Bedarf auch Pausen ermöglicht. Manchmal ist es auch hilfreich, wenn man zuerst eine Teilaufgabe abgibt und erst danach den zweiten Teil der Aufgabe dem:der Schüler:in übergibt. Oft helfen auch Eincheck-Aufgaben, diese können zwischen 2 Minuten und 20 Minuten dauern. Ganz nach dem Prinzip zuerst-dann. Ev. kann der:die Schüler:in sogar entscheiden, ob zuerst einchecken, dann eine Tätigkeit nach Wahl machen oder ob sie lieber eine Auscheckarbeit hätte und somit zuerst seiner:ihrer Tätigkeit nachgehen kann (Letzteres ist sicher anspruchsvoller, da man von etwas Attraktivem zu etwas weniger Attraktivem wechseln muss – das braucht ein bisschen mehr Übung).
- **Individuell passende Arbeits- und Lernformen wählen:** Wie lernt der:die Schüler:in am besten? Auditiv, visuell, im Gespräch über digitale Lernplattformen/Apps? Welche Art von Aufträgen löst er:sie besonders gerne? Diese möglichst häufig nutzen und so immer wieder Erfolgserlebnisse ermöglichen.
- **Selbstdidaktisches Arbeiten ermöglichen:** Viele Schüler:innen sind super Autodidakt:innen. Es kann entsprechend sinnvoll sein, Material zur Verfügung zu stellen und die Schüler:innen selbstständig, auch an unkonventionellen Themen, arbeiten zu lassen.

- **Mündliches Arbeiten ermöglichen:** Manche Schüler:innen arbeiten gerne mündlich, mögen es aber nicht zu schreiben. Hier immer schauen, was das Ziel ist. Ist das Ziel den Lerninhalt zu überprüfen oder die Fähigkeit einen Lerninhalt schriftlich wiederzugeben?
- **Material zur Verfügung stellen:** Material auf Materialtisch ausbreiten und unverbindlich anbieten: Eine Auslege an interessanten Materialien kann neugierig machen und dafür sorgen, dass sich ein:e Schüler:in mit einem Lerninhalt befasst, ohne dass es einen expliziten Auftrag dazu gibt.
- **Individuelle Projekte zu persönlichen Interessen initiieren:** Kann sich ein:e Schüler:in in seinem:ihrer Spezialinteresse vertiefen? Ev. mag er:sie das Projekt dann auch vorstellen oder macht ein Quiz oder Arbeitsblätter für die Klasse dazu. Auch hier Angebote machen aber nicht selber festlegen, was der:die Schüler:in machen soll.
- **Experimente durchführen:** Viele Schüler:innen sind neugierig und mögen Experimente. Es lohnt sich also, einen Experimentenkoffer anzuschaffen, diesen auszuleihen oder nach Anleitungen online oder in Büchern Experimente auszuprobieren. Vielleicht schafft es ja der:die Schüler:in Tipps und Tricks für die anderen Schüler:innen zu formulieren, aufzunehmen oder sogar aufzuschreiben?
- **Kurzweilige Aufgaben / Projekte anbieten:** Manchmal verlieren Schüler:innen rasch das Interesse an einer Aufgabe oder die Energie reicht nicht aus, um länger an einem Projekt zu arbeiten. So kann man entweder Zwischenschritte machen oder bewusst kurze Projekte durchführen. So, dass Erfolgserlebnisse garantiert sind und man nicht abrechnen muss.
- **Alltagsnahe Aufgaben zusammenstellen:** Oft verstehen Schüler:innen den Zweck von schulischen Inhalten nicht. So ist es hilfreich, wenn man immer wieder alltagsnahe Dinge einbaut (z.B. etwas backen oder kochen, einen Ausflug oder eine Party planen, einkaufen gehen, eine Steuererklärung auszufüllen, etwas über das Gesundheitswesen lernen etc.).
- **Multimedial arbeiten:** Viele Schüler:innen arbeiten gerne mit verschiedenen Medien. Diese kann man gerne auch im Unterricht sowie in den individuellen Projekten einsetzen. Viele haben dort sehr starke Ressourcen. Sie können somit auch als IT-Expert:innen eingesetzt werden, wenn sie das von sich aus wollen.
- **Computerspiele einsetzen:** Viele Computerspiele fördern Skills, die auch in der Schule oder in einer Berufsausbildung wichtig sind (z.B. Augen-Hand-Koordination, Fokus,

Konzentrationsvermögen, Ausdauer, Reaktionsfähigkeit, Logik, räumliches Vorstellungsvermögen etc.). Es gibt teilweise auch Schulversionen von Spielen (beispielsweise Minecraft). Diese also bei Bedarf auch im Unterricht einsetzen.

- **Apps und Programme nutzen:** es gibt tolle Lernapps, die individuell genutzt werden können (z.B. Anton, Schlaukopf, Antolin, Sofatutor, lernareal.ch, Checker-Tobi, Wozzle Goozle usw.)
- **Neues anbieten, Neugierde wecken, Überraschungen bieten:** Viele Schüler:innen lieben Überraschungen. Man kann beispielsweise immer dieselbe Schachtel verwenden, um etwas Neues zu präsentieren. So ist die Struktur gegeben, aber der Überraschungseffekt folgt, weil man nicht weiss, was sich in der Schachtel befindet (z.B. ein neues Spiel, Fidget-Gegenstand, Plüschtier etc.).
- **Einzelarbeit erlauben:** Es möchten nicht alle Schüler:innen in einer Gruppe arbeiten. Dies kann zum Beispiel rasch zu einer sensorischen Überreizung führen. Ev. kann zu einem späteren Zeitpunkt das Arbeiten in der Gruppe als Förderziel gewählt werden, wenn genügend Sicherheit und Ressourcen garantiert sind. Ev. ist es jedoch möglich, dass der:die Schüler:in als Inspektor:in eingesetzt werden kann oder bei der Projektleitung oder Koordination der Gruppenarbeiten Verantwortung übernehmen möchte.
- **Gruppenarbeit angemessen begleiten:** Das Arbeiten in der Gruppe kann herausfordernd sein. Es ist wichtig, gut zu beobachten, damit Overloads möglichst verhindert werden können. Auch kann man beispielsweise eine Hinweiskarte abgeben, welche eingesetzt werden kann, wenn man aus der Gruppe möchte und eine Pause braucht.
- **Aufgaben gemeinsam mit Bezugsperson oder Lehrperson bearbeiten:** Viele Schüler:innen arbeiten gerne mit Erwachsenen zusammen. Dies kann man nutzen. Man erledigt ausgewählte Aufträge gemeinsam. Auch finden es viele toll, wenn sie Lehrperson spielen dürfen und es somit zu einem Rollentausch kommt.
- **Wettbewerbe machen:** Viele Schüler:innen mögen Wettbewerbe. So kann man z.B. abmachen, dass er:sie Abschnitt 1 löst, während die Lehrperson Abschnitte 1-3 löst in der selben Zeit. Wer hat gewonnen? Vielleicht möchte der:die Schüler:in dann die Arbeit der Lehrperson mit dem Korrekturblatt korrigieren. Hat sie exakt und korrekt gearbeitet?
- **Schüler:in Arbeitsaufträge für sich selbst, die Lehrperson oder andere erarbeiten lassen:** Es kann Spass machen, wenn man den Lerninhalt für andere aufbereitet und

beispielsweise ein Quiz für die Klasse oder eine Person erstellt (mündlich, schriftlich oder beispielsweise mit Kahoot).

- **Schüler:in andere Schüler:innen beim Erledigen ihrer Aufträge unterstützen lassen:** Manchmal kann man zwar selber nicht an einem Auftrag arbeiten, aber man kann jemanden mündlich unterstützen. Dies indirekt anbieten.
- **Schüler:in fehlerhaft gelöste Vorlagen korrigieren lassen:** Finde den Fehler, kann eine niederschwellige Aufgabe sein, die Freude macht. Man kann dann beispielsweise auch sagen: «Ich glaube, ich habe einen Fehler gemacht. Oder sind es mehr?» Dies könnte zusätzlich motivieren.
- **Schüler:in als Verantwortliche für Lieblingsbereich einsetzen:** Viele Schüler:innen sind unglaublich sozial, es kommt gerade bei auffälligem Verhalten nur nicht immer so deutlich zur Geltung. Entsprechend wichtig ist, dass man Momente schafft, wo sie dies zeigen können, z.B. als Streitschlichter:in, Dekorationskünstler:in oder Snack-Macher:in.

2.3 Tools

- **Spas haben und Humor nutzen:** Viele Schüler:innen sind herrlich humorvoll. Zudem kann Humor Verhärtungen in einer Situation aufweichen, insbesondere wenn er spontan eingesetzt wird (Situationskomik nutzen).
- **Rollenspiele machen:** Viele Schüler:innen mit PDA-Profil mögen Rollenspiele. Diese können einerseits beim Vermitteln von Lerninhalten genutzt werden, zum Vergnügen oder um soziale Themen zu externalisieren und nach Verhaltenslösungen zu suchen.
- **Body Doubling:** Zwei Personen arbeiten nebeneinander an ihren Aufträgen. Dadurch, dass die andere Person ebenfalls arbeitet, kann unter anderem die Motivation und/oder das Sicherheitsgefühl gesteigert werden (Spiegelneuronen!).
- **Entscheidungsraster nutzen:** Manchmal ist es schwierig für Schüler:innen, eine Verhaltenskonsequenz zu antizipieren. Es kann hilfreich sein, von einer Ausgangssituation startend, verschiedene Verhaltenspfade mit entsprechender Konsequenz aufzuzeichnen und gemeinsam zu schauen, welches Vorgehen das passendste sein könnte.
- **Visuelle Hilfen einsetzen:** Beim Erklären eines Themas kann es hilfreich sein, das Gesagte zu skizzieren. Auch hier können Fehler eingebaut werden, die der:die Schüler:in dann korrigieren könnte.

- **Strukturierungshilfen mit Adaptionmöglichkeiten nutzen:** Oft würde den Schüler:innen Struktur guttun, jedoch kann diese auch Angst auslösend sein und zu Kontrollverlust führen. Wenn man Tagespläne oder Ähnliches für Schüler:innen anfertigt ist es hilfreich, auch Entscheidungsmöglichkeiten einzubauen. Man könnte den:die Schüler:in zum Beispiel auch für das Layout einsetzen, falls er:sie gerne kreativ arbeitet.

2.4 *Setting*

- **Flexibilität im Setting ermöglichen:** Überall wo es strukturell möglich und für den:die Schüler:in entlastet ist, auch spontane Anpassungen tätigen. Z.B. Fächer abwählen, Pausen einlegen, neue Lehrperson einsetzen etc.
- **Stundenplananpassungen / -reduktion:** Diese ermöglichen, regelmässig überprüfen und bei Bedarf anpassen (z.B. Nachmittage frei, später kommen, länger für eine individuelle Projektarbeit bleiben, Jokertage, die das Kind einsetzen möchte, um zu Hause zu bleiben etc.).
- **Strukturen und Routinen:** Diese muss man sorgfältig planen, mit dem:der Schüler:in überprüfen und bei Bedarf anpassen. Manchmal brauchen die Schüler:innen zwar Struktur und Routine, halten diese jedoch kaum aus. Hier gilt zu schauen, wie man ein Minimum an Struktur und Vorhersehbarkeit schaffen kann, ohne dass der:die Schüler:in dadurch handlungsunfähig wird. Hier könnte man beispielsweise auch die Erziehungsberechtigten als Expert:innen nutzen und dies gemeinsam besprechen.
- **Lernorte:** Wo lernt Schüler:in am besten? Auch besondere Arbeitsplätze erlauben (z.B. in Höhle, unter dem Tisch, am Boden, in einem anderen Zimmer etc.)
- **Regulierende Tätigkeiten einbauen:** Je nach Schüler:in fix eingebaut oder spontan als Event (z.B. Malatelier, Hörspiele, Trampolin, Boxsack, mit Ton arbeiten, Lieder hören, Achtsamkeitsübungen, spazieren gehen etc.)
- **Erholungszeiten einbauen:** Das Aufwachen, die Morgenroutine, der Schulweg, die Zeit vor Schulbeginn, all das kann bereits stark energieraubend sein. Entsprechend ist es wichtig Erholungszeiten einzubauen, auch wenn der:die Schüler:in vielleicht durchgängig entspannt wirkt. Viele Schüler:innen maskieren in der Schule, der Zusammenbruch kommt dann in der Regel zu Hause. Hier bietet es sich auch an, eine Liste mit ressourcenreichen, energieschenkenden Tätigkeiten zu erstellen und eine mit energieraubenden Tätigkeiten. So sieht man, wo es Entlastung braucht. Zusätzlich können so auch Schullektionen / Schultage nachbesprochen werden und man kann abgleichen, ob heute noch Energie übrig ist oder ob es zu viele energieraubende

Tätigkeiten und zu wenig energieschenkende Tätigkeiten gab. Daraus kann dann abgeleitet werden, welche Anpassungen in Bezug auf die Belastungsgrenze nötig sind.

- **Rückzugsort definieren:** Mit Schüler:in gemeinsam Ort bestimmen und nach Gusto einrichten, bei Bedarf verändern. Auch Absprachen treffen, wann man zum Rückzugsort geht und allenfalls wie dies kommuniziert werden kann.

2.5 **Anforderungen**

- **Priorisieren der Anforderungen, die man an den:die Schüler:in stellt:** Auf Anforderungen wird oft mit Vermeidung oder ablenkendem Verhalten reagiert. Dies ermöglicht es dem:der Schüler:in wieder Kontrolle über die Situation und das eigene Handeln zu erlangen. Entsprechend wichtig ist es, dass Anforderungen nur sehr gezielt eingesetzt werden und bestmöglich in indirekter Sprache.
- **Bewusstsein von der Fülle von Anforderungen im Alltag:** Es soll das Bewusstsein geschaffen werden, dass Anforderungen nicht erst beim Eintreffen an der Schule auf den:die Schüler:in zukommen, sondern diese bereits beim Aufwachen starten (s. oben). Ein:e Schüler:in kann entsprechend schon bei Unterrichtsstart einen Overload haben. Darum ist es wichtig, das Energielevel des:der Schüler:in entsprechend auf dem Plan zu haben und wenn nötig, regulierende Tätigkeiten in den Schultag einzubauen. Auch kann man rückmelden, dass man sich vorstellt, dass er:sie schon viel geleistet hat.
- **Anweisungen bei sichtbarem Stress nochmal deutlich reduzieren:** Sind von aussen erste Stressmerkmale sichtbar (teilweise sind dies Mikro-Merkmale wie die Hand an die Wange drücken oder sich räuspern), sollen Anforderungen sofort minimiert werden. Es kann hier auch helfen, wenn man eine positive Überraschung bringt. Z.:B ein Stofftier, welches eine Lehrperson dem:der Schüler:in ausleiht. Es ist zudem oft hilfreich, wenn zu diesem Zeitpunkt die Reize um den:die Schüler:in herum reduziert werden (z.B. Licht dämmen, NC-Kopfhörer geben, Lieblingstätigkeit anbieten etc.)

2.6 **Kommunikation**

- **Indirekte Sprache nutzen:** Es kann die Schüler:innen stark entlasten, wenn Aufforderungen und Anweisungen indirekt gestellt werden. Dies bedarf einer Anpassung der Sprechweise involvierter Team-Mitglieder.
 - «Ich bin gerade am Gestalten eines Arbeitsblattes und frage mich, ob jemand das Blatt durchgeht, um mögliche Fehler zu finden. Ich bin manchmal etwas schusselig, möchte aber ein korrektes Arbeitsblatt abgeben.» → Ev. klappt es so, dass ein:e Schüler:in sich freiwillig meldet, um die Überprüfung vorzunehmen. Viele Schüler:innen sind sehr gute

Helfer:innen und entsprechend kann eine solche Aussage motivierend wirken.

- «Ich bin nicht so gut im Kopfrechen und bin unsicher, ob $239 + 488$ wirklich 627 gibt. Vielleicht gibt es ja Schüler:innen, die das überprüfen können.» → Einen solchen Satz könnte man beispielsweise nutzen, damit der:die Schüler:in seine:ihre Stärken zeigen kann und somit Gelegenheit erhält, sich selber positiv wahrzunehmen.
 - «Möchtest du bis um 10.00 Uhr lieber an deinem Rückzugsort dein Lieblingshörspiel hören, an deinem Engel weiterbasteln oder sogar beides gleichzeitig machen? Vielleicht gibt es auch noch eine weitere Idee, die noch besser ist. Um 10.00 Uhr ist Pausenzeit und die Schüler:innen können nach draussen gehen.» → Ein solcher Satz kann helfen, wenn ein:e Schüler:in schon vor der Pause nach draussen möchte, die Ressourcen in Bezug auf die Begleitung aber nicht gegeben sind.
 - Zu einer Klassenassistentz: «Mhm, ich frage mich, ob *Schüler X* während der Pause lieber Ping Pong spielt oder aufs Trampolin geht. Wüsste ich es, so könnte ich den Ping-Pong-Tisch bereit machen oder das Trampolin rausstellen.» → Vor dem:der Schüler:in mit einer anderen Person über ein Thema zu sprechen, das ihn:sie betrifft, kann ebenfalls den Druck etwas rausnehmen. Ev. klinkt sich die betroffene Person dann ins Gespräch ein.
 - «Ich könnte mir vorstellen, dass *Aktivität X* Spass machen könnte. Wie cool wäre es, wenn jemand mit mir dies vorab ausprobieren würde und mir beim Verbessern helfen könnte.» → Auch diese Art zu fragen, kann es dem:der Schüler:in ermöglichen sich freiwillig zu melden. Ev. könnte man noch erwähnen, an welchen Tagen und zu welchen Uhrzeiten dies möglich wäre und ein Post-It aufs Lehrerpult kleben, wo man spontan nachschauen könnte.
 - «Oh, ich habe nicht gemerkt, wie spät es bereits ist und jetzt bin ich etwas knapp dran mit dem Vorbereiten des Snacks. Hilfe wäre nun super.» → Auch das Erwähnen von eigenen Fehlern kann den:die Schüler:in dazu motivieren, jemanden zu unterstützen und eine Aufgabe zu übernehmen.
- **Über Plüschtiere kommunizieren:** Viele Schüler:innen mögen Theaterspiele. So kann man gut einem Plüschtier seine Stimme leihen und mit dem:der Schüler:in sprechen oder verschiedene Tiere miteinander sprechen lassen. Vielleicht übernimmt ja der:die Schüler:in automatisch ein Tier und spricht für dieses. Wichtig ist hier natürlich, dass dies alters- und bedürfnisentsprechend stattfindet. Gewisse Jugendliche möchten nicht mehr über diese Form kommunizieren, für andere ist es bis Schulaustritt noch in Ordnung.
 - **Vorsicht mit Lob:** Es empfiehlt sich herausfinden, ob ein:eine Schüler:in neurotypisches Lob mag oder ob dies Stress auslöst. Mögliche Alternativen: «Ich sehe,

XY wurde erledigt.» oder «Ich erkenne auf deinem Bild einen Baum mit vielen bunten Blättern.» Manchmal funktioniert auch das Aufschreiben des Kompliments auf ein Zettelchen oder man lobt indirekt, indem man einer anderen Person im Raum berichtet, was der:die Schüler:in toll gemacht hat.

- **Externalisieren / Entpersonalisieren von inneren Abläufen:** z.B. über das Kommunizieren mit Plüschtieren, eine Plüschtiervesprachsgruppe, die Lösungen für ein Problem eines Plüschtiers sucht, mit Schleichfiguren, Matroschkas, mit Comics oder Ausschnitten aus Filmen (z.B. bieten sich Mr. Bean-Filme an, um unerwünschtes Verhalten zu erkennen und mögliche Handlungsalternativen zu besprechen oder die Schloss-Einstein-Serie, um Sozialverhalten und Kommunikationsweisen zu entschlüsseln und ev. nachzuspielen.)
- **Erklärungen liefern, Sinnhaftigkeit erläutern:** Im Unterschied zur klassischen Konditionierung nach Pawlow ist es wichtig, genau zu erklären, warum etwas wichtig ist und wie er:sie davon profitieren kann. So dass es für den:die Schüler:in klar und sinnstiftend ist. Verhaltensänderungen über Belohnung oder Bestrafung sind selten erfolgreich.
- **By the way-Unterhaltung:** Es kann den Druck mindern und Angst reduzieren, wenn Gespräche «zufällig» stattfinden. Z.B., wenn man gemeinsam zur Turnhalle läuft und so die Chance erhält, etwas anzusprechen (im Vergleich zu fixen Coaching-Sequenzen). Es kann insbesondere auch helfen, über ein schwieriges Thema zu sprechen, wenn man gleichzeitig noch etwas anderes macht und sich nicht anschauen muss (z.B. beide zeichnen etwas, man geht spazieren, man backt etwas, etc.)
- **Laut denken:** Anstatt eine Frage oder ein Anliegen direkt zu adressieren ist es hilfreich, wenn man seine Gedanken laut ausspricht und so dem:der Schüler:in die Möglichkeit gibt, sich ungezwungen am Gedankengang zu beteiligen. «Ich bin mir nicht sicher, ob ich heute in der Mathematikstunde zu streng war und sich einige Schüler:innen angegriffen fühlten. Was ich wohl besser machen kann?» oder wenn ein Wechsel auf den:die Schüler:in zukommt: «Ah, in 10 Minuten ist die Lektion bereits vorbei, das sehe ich auf meinem TimeTimer. Ich darf nicht vergessen, dass die Gruppe danach ins Turnen geht. Ich hoffe, ich kann mir das merken.»
- **Komplexe Sprache nutzen:** Im Vergleich zum Sprachgebrauch in der Kommunikation mit Autist:innen ohne PDA-Profil profitieren letztere mehr von komplexer, indirekter Sprache. Einfache Sprache wie: «Zuerst öffnest du dein Heft. Dann schreibst du den Titel. Danach schreibst du eine Einleitung von 5 bis 7 Zeilen, etc.», kann für Schüler:innen mit PDA-Profil eine zu hohe Anforderung darstellen. Man könnte anstatt dessen sagen: «Ich habe zu Hause eine spannende Kurzgeschichte gelesen. Diese ist echt witzig und die Hauptfigur ist ganz schön frech. Vielleicht möchte jemand, dass ich

die Geschichte vorlese. Ich habe mich auch gefragt, ob jemand Lust hätte, eine spannende Geschichte zu schreiben oder diese von mir aufschreiben zu lassen. Ich freu mich immer schon, die spannenden Titel zu lesen und die Hauptfigur in der Einleitung kennen zu lernen. Und ich frage mich dann natürlich, ob die Hauptfigur auch so frech ist und Unfug macht und ob sie ganz anders ist am Ende der Geschichte als noch zu Beginn.»

- **Schriftliche Kommunikation ausprobieren:** Es kann für Schüler:innen angenehmer sein, in gewissen Situationen schriftlich zu kommunizieren. Zum Beispiel über Aussagebogen, in welchen verschiedene Aussagen stehen und sie jeweils «Ja», «Nein», «Vielleicht», «Manchmal», «Ich verstehe diese Aussage nicht» oder «Ich kann diese Aussage nicht beantworten» ankreuzen können. Es kann auch ausprobiert werden, ob per Mail, Brief oder Whatsapp kommuniziert werden kann, wenn ein Austausch face-to-face nicht möglich ist.
- **Zusammen auf etwas schauen:** Es kann helfen, wenn man sich nicht direkt gegenüber sitzt, sondern nebeneinander und gemeinsam auf etwas schaut (Stressreduktion – jemanden anschauen oder schon einfach gegenüber im Blick haben, kann Kontrollverlust provozieren). Man kann beispielsweise mit Holzfiguren arbeiten und anhand derer eine Situation erläutern, man kann auch gemeinsam auf ein Bild schauen etc.
- **Comic Strip Conversations nutzen:** Dieses Tool kann helfen, Themen zu externalisieren und anhand von frei erfundenen Figuren mittels Bildsprache zu besprechen.
- **Befehle kommen von oben:** Wenn es um das Durchsetzen von Regeln geht, kann es helfen, die Verantwortung für einen Regelentscheid jemand extern abzugeben (z.B. dem Staat, der Schulleitung, einem Gesetz, der Polizei etc). Das gibt einem die Chance, in der Beziehung mit dem:der Schüler:in bleiben zu können und quasi unschuldig zu bleiben. Manchmal ist es jedoch für den:die Schüler:in bereits schwierig, wenn man einfach der:die Überbringer:in der Botschaft ist. Hier gilt es Zeit zu geben und ev. wieder durch eine positive Überraschung die Gedanken in eine andere Richtung zu lenken.
- **Schutzfunktionen:** Ablenkungsmanöver, Flucht in die Fantasie oder Ausreden suchen, damit man etwas nicht machen muss, dienen in der Regel als Schutzfunktion bei Stress und drohendem Kontrollverlust. Hier ist es wichtig, dies zu erkennen und die Anforderungen an den:die Schüler:in herunterzuschrauben und auf die Not des:der Schüler:in einzugehen.

2.7 *Emotionsregulation*

- **Rückzug / Safe Space schaffen:** Dies ist wichtig, da bei Überforderung, Overload etc. eine reizarme, sichere Umgebung zentral ist. Es kommt auch vor, dass ein:e Schüler:in beispielsweise nach einem Meltdown allein gelassen werden will, damit er:sie sich wieder regulieren kann. Man ist dann abrufbereit in der Nähe und wartet bis Kontakt wieder aushaltbar wird. Manchmal darf man als Bezugsperson auch dabei sein und sich aber beispielsweise abdrehen und für sich etwas lesen oder sonst etwas Ruhiges machen, bis der:die Schüler:in ein Gespräch initiiert. Bei der Co-Regulierung kann es schon hilfreich sein, wenn man selbst in der Ruhe bleibt und besonders auf die eigene Atmung achtet. Wenn bei uns das Arousal-Level niedrig bleiben kann, kommt es zu keinen ungewollten Übertragungsphänomenen.
- **Freiheit ermöglichen:** Freiheit ermöglichen bedeutet, dass Ängste reduziert werden können, dass Geschehnisse vorhersehbarer sind und somit mehr Energie vorhanden ist, um zu lernen (auch wenn hauptsächlich noch an individuell interessierenden Themen).
- **Stresslevel beobachten, wenn möglich visuell darstellen:** Z.B. mit einem Emotionsbarometer. Hier kann es helfen, Spezialinteressen miteinzubeziehen (z.B. einen Minecraft-Barometer zu machen, auf welchem Steve von tiefenentspannt bis fuchsteufelswild dargestellt wird.)
- **Co-Regulation:** Manchmal schaffen es Schüler:innen noch nicht, sich komplett selber mit den erworbenen Instrumenten zu regulieren. Es hilft dann, wenn eine Bezugsperson unterstützend bei Seite steht (wenn der:die Schüler:in das will und braucht). Wichtig ist hier, dass dies eine Person übernimmt, welche selbst ruhig ist und sich sicher fühlt. Ansonsten besteht die Gefahr, dass ihre Nervosität zusätzlich auf den:die Schüler:in überschwappt.
- **Stimming, Verhalten zur Selbstregulation:** Es ist wichtig, dass der:die Schüler:in sein:ihr Stimming ausüben darf. Wenn es ein solches ist, das für die anderen kaum aushaltbar ist, soll ein Safe Space gesucht werden, an welchem er:sie seinem:ihrer Stimming nachgehen kann. Wenn Stimming selbstverletzend ist, ist wichtig, dass man mit dem:der Schüler:in schaut, ob es Alternativen gibt, die mindestens genau so wirksam sind. Ansonsten ist als Zwischenschritt nötig, mit dem:der Schüler:in die Gefahren zu besprechen und zu eruieren, wie das Verhalten möglichst wenig Schaden anrichtet (z.B. saubere Wundversorgung, Schutzobjekt zwischen Person und beispielsweise einer Wand, wenn der Kopf daran geschlagen wird etc.) Wichtig ist immer, die Funktion des Verhaltens zu ergründen und eine Kompensationsstrategie zu entwickeln. Ist ein:e Therapeut:in involviert, kann man dies gemeinsam mit den Erziehungsberechtigten auch in der Triage besprechen und den:die Schüler:in danach wieder einbeziehen in das weitere Vorgehen.

- **Gefühlschecks:** Es kommt vor, dass der:die Schüler:in nur wenig Vokabular für die eigene Gefühlswelt zur Verfügung hat und nur sehr starke Gefühle bei sich erkennt (Alexithymie). Es ist entsprechend wichtig, dass im Rahmen des Coachings und auch während des Schulalltags Begrifflichkeiten rund um das Thema Emotionen und Gefühle erklärt und angewandt werden. Man kann dazu Gefühlskarten, Gefühlsbarometer, Gefühlsräder nutzen. Können Schüler:innen nicht über ihre eigenen Gefühle sprechen, kann man Stellvertreter:innen einsetzen (z.B. Schleichfiguren, Stofftiere etc.). Auch kann man mit dem:der Schüler:in recherchieren, wie sich solche Gefühle im Körper bemerkbar machen und dies dann an sich selbst oder an einem Stofftier überprüfen. Es ist hier wichtig, dass man auch selbst immer wieder eigene Gefühle benennt und die Verortung im Körper mitkommuniziert (z.B. «Ich fühle mich gerade etwas unsicher, weil wir noch nicht zusammen herausfinden konnten, was dir im Moment guttut. Ich spüre dies vor allem am Kribbeln in meinem Oberkörper und an meinen hochgezogenen Schultern.»)
- **Kartensystem einführen:** Karten können helfen, wenn Kommunikation über das Sprechen nicht zielführend oder überfordernd ist. So kann z.B. eine Karte gelegt werden, wenn ein:eine Schüler:in an den Rückzugsort möchte oder Unterstützung braucht.

2.8 Aufklärung

- **Aufklärung rund um das Thema PDA und Autismus:** Damit die Kinder und Jugendlichen ihr Verhalten und ihre Bedürfnisse besser verstehen können ist es wichtig, dass sie über ihre Diagnose Bescheid wissen. Oft merken die Kinder und Jugendlichen, dass sie andere Herausforderungen haben als ihre Peers und dies kann einen negativen Einfluss auf ihren Selbstwert haben. Dies gilt es zu vermeiden. Die unterschiedliche Informations- und Wahrnehmungsverarbeitung kann wertvolle Informationen liefern und Verhalten logisch begründen. Insbesondere ist es wichtig, den starken Wunsch nach Autonomie zu erklären.
- **Fight-, Flight-, Freeze-, Fawn-Reaktionen altersgerecht erklären:** Viele Kinder und Jugendliche erleiden panikartige Zustände, durchleben grosse Ängste, welche sich teilweise in stark externalisierendem Verhalten zeigen können. In der Regel sind sich die Kinder und Jugendlichen nach Ausbrüchen bewusst, dass ihr Verhalten grenzüberschreitend und für andere schwierig auszuhalten war. Sie erkennen oft auch, dass ein Ausbruch für sie enorm kräfteraubend ist und ein Gefühl der Machtlosigkeit und Ohnmacht auslösen kann. Oft folgt ein Gefühl von Scham bis hin zur Wut auf sich selbst. Diese gegen sich gerichteten Gefühle können dazu führen, dass das Kind oder die jugendliche Person eine starke Selbstablehnung entwickelt. Zudem ist es möglich, dass selbstverletzende und selbstbestrafende Tendenzen aufkommen. Darum ist es

auch hier wichtig, altersentsprechend theoretische Hintergrundinformationen zu liefern und ihre Verhaltens- und Reaktionsweisen einzuordnen und die guten Gründe dafür zu benennen. Parallel dazu kann man auch hier alternative Möglichkeiten immer wieder aufzeigen, nachspielen etc.

- **Traumapädagogische Elemente einfließen lassen:** z.B. über das Buch Lilly, Ben und Omid von Marianne Herzog und der Theorie des sicheren Ortes. Ist man an einer Schweizer Schule, lohnt es sich, eine Weiterbildung von Marianne Herzog in Bezug auf Traumapädagogik zu besuchen. Auch mit Elementen aus der Traumapädagogik lassen sich Abläufe im Gehirn altersgerecht erklären und Verhaltensweisen validieren. Es ist wichtig, wissen betroffene Kinder und Jugendliche, weshalb sie sich immer wieder in Ausnahmesituationen befinden, in welchen sie ihren Handlungen ausgesetzt sind (s. unten).
- **Begriffe wie Overload, Meltdown, Shutdown erklären:** Es ist unabdingbar, dass Kinder und Jugendliche vermittelt bekommen, warum sie die Kontrolle über ihr eigenes Handeln verlieren und wie man dies benennen kann. In diesem Zusammenhang ist es wichtig, auch über sensorische und soziale Reize zu sprechen und entsprechende Massnahmen zu generieren, welche Zusammenbrüche verhindern oder zumindest abschwächen können.
- **Sexualerziehung altersgerecht immer wieder einfließen lassen:** Diese Aufklärung ist unglaublich wichtig, damit sexuelle Übergriffe und Grenzüberschreitungen bestenfalls verhindert werden können und die Kinder und Jugendlichen sich mit dem Satz «Mein Körper gehört mir» auseinandersetzen können. Andererseits ist es wichtig, Grenzen anderer zu benennen und immer wieder zu üben, wie man Grenzen erkennen und respektieren kann, denn manchen Kindern und Jugendlichen fehlt das sichere Gespür für Nähe und Distanz. Umso mehr ist es wichtig, mit der Sexualerziehung und dem Thema Grenzen ab Kleinkindalter zu beginnen. Dies am besten in den unterschiedlichen Systemen, in welchen sich das Kind oder die jugendliche Person bewegt (Schule, zu Hause, Coaching etc.)

3 Coaching

- **Angst und Unsicherheit minimieren → der sichere Ort:** Was braucht es, damit sich der:die Schüler:in im Coaching und an der Schule generell möglichst sicher fühlt? Beim Aufnehmen der Förderplanarbeit unbedingt eine längere Beobachtungssequenz einbauen und der Aufbau einer tragfähigen Beziehung zwischen Schüler:in und Coach-Person (und auch allen anderen involvierten Personen im Schulsystem) als absolut prioritär ansehen und das eigene Planen und Handeln danach ausrichten. Man kann spielerisch erfassen, was dem Kind oder der jugendlichen Person Sicherheit verschafft und welche Punkte unbedingt vermieden werden sollen. Bei jüngeren Schüler:innen eignet sich hierzu etwa ein Rollenspiel oder Stellvertreter-Gespräche mit Plüschtieren/Figuren. Bei älteren Schüler:innen könnte man beispielsweise laut denken und erwähnen, dass es toll wäre, würden neue Schüler:innen mitteilen können, was sie sich von der neuen Schule wünschen und man hierzu einen Fragebogen generiert habe. «Ich frage mich, ob jemand diesen mal ausprobieren und mir ein Feedback geben möchte. Ich bin nicht sicher, ob meine Fragen gut genug sind und man alles versteht. Vielleicht hat jemand eine Meinung dazu, ob man das Interview schriftlich macht oder man es per Sprachnachricht oder Vocaroo machen kann. Da ich mich bei technischen Sachen nicht so gut auskenne, wäre es cool, hätte ich beim Erstellen eines Vocaroos Unterstützung». Oder, man kann schauen, ob ein Kind oder eine jugendliche Person Lust hat, immer genau das Gegenteil vom eigentlichen Gedanken zur Interviewfrage zu sagen und schauen, ob die Lehrperson schlau genug ist, die richtigen Antworten herauszufinden. Natürlich gibt es eine Vielzahl weiterer Möglichkeiten!
- **Selbstfürsorge, Selbstwirksamkeit und Selbstvertrauen stärken:** Welche Instrumente sind dazu geeignet, worauf kann sich der:die Schüler:in einlassen? Hier kann man beispielsweise töpfern, klettern, Theater spielen, jemandem Helfen, zaubern lernen, etwas für die Klasse bereitstellen, etwas mit gewöhnlichen Ressourcen-/Impacttherapiekarten anbieten, Lamatrekking, Stundeplanung dem:der Schüler:in übergeben, Ämtliarbeit, Ressourcen-Tagebuch führen, Bilder von tollen Momenten in Schatzkiste sammeln etc.
- **Ressourcen stärken, Talente finden und fördern:** Auch hier kann man dem Team Beobachtungsaufträge geben, um Talente und Ressourcen eines Kindes oder einer jugendlichen Person zu eruieren. Und im Rahmen der Projektarbeit kann man Tätigkeiten einbauen, welche der:die Schüler:in gut kann, auch wenn diese nicht primär den gewöhnlichen Lerninhalten entsprechen. Ganz viele wichtige Selbst- und Sozialkompetenzen können genau in solchen selbstgesteuerten Projekten gefördert werden, da der Motivationsfaktor und die Sicherheit durch Wahlfreiheit entspanntes Lernen ermöglichen können.

- **Stolpersteine ausfindig machen und Lösungen finden:** Auch in diesem Zusammenhang kann man mit dem Team oder aber auch mit dem:der Schüler:in Detektivarbeit aufnehmen, um Herausforderungen und Trigger frühzeitig zu erkennen und die Situation so anzupassen, dass der:die Schüler:in weniger Stress empfindet und Autonomie erleben darf.
- **Gute Gründe für herausforderndes Verhalten anerkennen:** z.B. auch Schocktaktiken wie etwas Ekliges machen oder Beleidigungen aussprechen, können Zeichen für einen Overload oder drohenden Kontrollverlust sein. Dies anerkennen und Trigger eliminieren und/oder gemeinsam weniger schädliche Bewältigungsformen finden. Sich immer wieder bewusst werden, dass jedes Verhalten einen guten Grund hat und dass wir Begleitpersonen uns darin üben dürfen, das Geschehene aus dem Blickwinkel der Betroffenen zu sehen und Offenheit im Hinblick auf die Herausforderungen unserer Schüler:innen zu zeigen.
- **Regulationsstrategien entwickeln und überprüfen:** Um dem:der Schüler:in den Schulalltag zu erleichtern, ist es unabdingbar, ihn:sie auf der Suche nach geeigneten Regulationsstrategien zu begleiten. Dies setzt jedoch eine gute, sichere Bindung zwischen Bezugsperson und Schüler:in voraus und ein Verständnis dafür, wie Kommunikation mit dem:der entsprechenden Schüler:in funktioniert, damit ein höchstmögliches Sicherheitsgefühl vorhanden ist. Es könnte helfen, wenn man immer wieder by-the-way über eigene Strategien spricht oder mit einer anderen Person aus dem Team vor dem:der betroffenen Schüler:in Strategien von anderen Schüler:innen bespricht und laut darüber nachdenkt, ob auch andere von dieser Strategie profitieren könnten. Auch bei Regulationsstrategien kann es helfen, die Spezialinteressen zu berücksichtigen oder vorhandene Vorbilder, Tiere oder Fantasiewesen einzubeziehen (z.B. Torwart eines Fussballclubs, eine Grossmutter, Figur aus Harry Potter, ein Pottwal, ein Zauberer, ein feuerspukender Drache, eine kleine Maus oder anderes). Hilfreich ist zudem Co-Regulation. Dies beginnt dabei, dass man selbst in sich Ruhe findet und dem Kind oder der jugendlichen Person auch in herausfordernden Situationen wohlgesinnt ist. Dass man parallel etwas macht, das einen selbst beruhigt und somit der eigene Arousal-Level tief bleibt. Wenn dies nicht geht, kann man auch schauen, ob eine andere Person, die gerade mehr Ruhe ausstrahlt, die Begleitung zeitweise übernimmt.
- **Umgang mit Fehlern / Perfektionsdrang üben und Toleranzschwelle erhöhen:** Z.B. über den goldenen Bock (am besten in einer Kleingruppe): Einmal pro Woche nennen alle einen Fehler oder ein Missgeschick und man entscheidet dann, welches driftiger, lustiger, oder schlimmer war. Diese Person erhält für eine Woche den goldenen Bock (z.B. Schleich-Figur, die golden angemalt ist). In der Folgeweche wird neu erzählt und abgestimmt. Dies kann in Bezug auf einen hohen Perfektionsdrang und Scham bei

Fehlern auf lustige Art helfen, einen sportlicheren Umgang mit Fehlern zu entwickeln. Diese Idee stammt vom Neurowissenschaftler Dr. phil. Dominik Gyseler.

- **Begleitung beim Erkennen und Benennen von Gefühlen:** Körper- sowie Kognitionsarbeit in das Gefühlstraining einbeziehen. Indirektes Erfassen von Gefühlen, wenn nötig. Wenn man spielerisch arbeiten möchte, kann man in der Gruppe oder einzeln auch Gegenteil-Gefühlstag machen und nur das Gegenteil sagen oder man interviewt die Stofftiere zu ihren Gefühlen. Man kann auch für sich laut denken und sagen: «Mhm, ich frage mich, ob jemand anhand meiner Beschreibung herausfindet, wie ich mich gerade fühle.» Ansonsten gibt es viele guten Kartensets, um Gefühle zu erfassen und darüber zu sprechen. Man kann auch einfach verschiedene Gefühlskarten an einer Schnur befestigen und Klammern wie auch einen Stift dazustellen. Man beschriftet dann selbst die Klammer mit dem eigenen Namen und befestigt die Klammer bei der Gefühlskarte, die gerade stimmig ist. Man kann dann den Teamkolleg:innen, vor den Schüler:innen, mitteilen, dass sie das auch machen dürfen und falls ein:e Schüler:in das ebenso cool fände, dürfe er:sie dies unaufgefordert nutzen.
- **Theory of Mind (ToM)-Training:** Einige Schüler:innen sind in ihrer ToM eingeschränkt. Das heisst, sie können beispielsweise nicht vollständig erfassen, dass andere Menschen in Bezug auf ein Ereignis anders denken oder fühlen und entsprechend anders reagieren. Zudem ist nicht für alle Betroffenen immer klar, dass andere Menschen die Gedanken von anderen nicht mitbekommen, wenn sie diese nicht aussprechen. Es kann für eine:n Schüler:in auch schwer zu unterscheiden sein, ob er:sie einen Gedanken ausgesprochen oder nur gedacht hat. Dies kann zu Missverständnissen in der Kommunikation führen. Man kann dies mit Lehrmitteln bearbeiten oder gemeinsam beispielsweise Kinder- oder Jugendserien schauen und eine Filmsequenz immer wieder stoppen, um zu fragen, wer was denkt, und wer warum wie handelt. Bei diesem Thema ist immer wieder hervorzuheben, dass Autist:innen in der Regel sehr gefühlvoll und feinfühlig sind und Schwingungen anderer teils genau erfassen können. Eine Schwierigkeit könnte jedoch sein, dass für einige Autist:innen nicht immer klar ist, wie handeln, wenn man ein Gefühl des Gegenübers erfasst, auch wenn sie beispielsweise die Freude oder Verzweiflung des Gegenübers genau spüren.
- **Interozeptionstraining:** Interozeption ist, wie der Geruchs- oder Geschmackssinn, ein Sinn und hilft uns wahrzunehmen, was in unserem Körper passiert. Unter anderem können wir dadurch Gefühle und basale Bedürfnisse erkennen. Bei Angst beispielsweise treten bestimmte Körperreaktionen wie Herzrasen, Druck auf der Brust oder zittern auf. Beim Hunger knurrt der Magen, ev. wird einem schwindelig oder man fühlt sich zittrig. Autistische Kinder und Jugendliche haben teilweise eine verstärkte Wahrnehmung dieser inneren Reaktionen. Manchmal ist es für sie schwierig

herauszufinden, zu welchem Gefühl oder Bedürfnis diese Reaktionen gehören. Es kann auch sein, dass sie zum Beispiel Schmerz sehr viel stärker wahrnehmen (Hypersensibilität). Andere Betroffene nehmen diese inneren Vorgänge kaum wahr. Beispielsweise gibt es autistische Kinder und Jugendliche, die Schmerz kaum bemerken, obwohl sie eine Verletzung aufweisen, die behandelt werden müsste (Hyposensibilität). In Bezug auf Emotionen kann es vorkommen, dass ein:e Schüler:in scheinbar aus dem Nichts einen Meltdown hat. Vorzeichen wurden nicht gespürt, erkannt oder wurden zwar erkannt, konnten jedoch nicht richtig zugewiesen werden. Ein Ansatz könnte sein, dass Bezugspersonen indirekte Fragen zum Befinden stellen, in dem sie aussprechen, welche Körperreaktionen von aussen sichtbar sind. Z.B. «Ich sehe, dass deine Hände zu Fäusten geballt sind und dein Oberkörper angespannt ist. Ich bemerke auch, dass du schnell atmest. Manchmal passen diese Körperzeichen zum Gefühl Wut. Es kann auch sein, dass die Wut ein Stellvertreter ist und sich beispielsweise Angst und Unsicherheit zeigt.» Oder: «Wenn du magst, kannst du mir mitteilen, wie du dich fühlst. Ich habe ein neues Gefühlsrad, das ich dir zeigen wollte. Soll ich es zu dir bringen oder kommst du gleich mit?» Wenn die Anspannung zu gross ist, ist es entsprechend wichtig zuerst für (Co-)Regulation zu sorgen und erst in einem zweiten Schritt, nach Erholung, das Gefühl zu benennen.

- **Schülerrolle erläutern:** Für viele Schüler:innen ist die Schülerrolle nicht klar. Es braucht Aufklärung, damit sich ein Verständnis von Rechten und Pflichten entwickeln und gemeinsam an der Festigung der persönlichen Schülerrolle gearbeitet werden kann.
- **Social Stories™, ein Tool von Carol Grey, nutzen:** Social Stories™ werden individuell an den:die Schüler:in angepasst, zu einem bestimmten sozialen Thema geschrieben. Beispielsweise zum Thema Hände waschen nach dem Toilettengang. Es gibt eine genaue Anleitung, wie eine Story strukturell aufgebaut sein soll. Wichtig ist, dass man nur zu einem reduzierten Anteil in der «Du-Form» oder «Ich-Form» schreibt. Ansonsten benutzt man Wörter wie «man», «manchmal», «vielleicht», um möglichst wenig direkte Anforderungen auszusprechen. Zudem schiebt man immer wieder einfache affirmative Sätze ein. Ein erster Teil einer Social Story™ zum Thema Toilettengang könnte sein: «Manchmal geht man auf die Toilette. Zum Beispiel, wenn man viel getrunken hat oder das Gefühl einer vollen Blase hat. Das ist normal. Nach dem Toilettengang wäscht man sich die Hände. Das ist wichtig, weil sich an den Händen Urin oder Kot-Reste befinden können. Das kann krank machen. Und viele Menschen mögen es nicht, Dinge anzufassen, welche zuvor mit schmutzigen Händen angefasst wurden. Das kann Ekel auslösen...»
- **Bedeutsamkeit des zu lernenden Schulstoffes erläutern:** Für ein:e Schüler:in ist nicht immer klar, warum Lernstoff für ihn:sie wichtig sein sollte. Es könnte entsprechend hilfreich sein, gute Gründe für das Erwerben eines bestimmten Lerninhaltes zu definieren. Zudem darf man als Lehrperson auch mal anerkennen, dass die Pro-

Argumente für ein Thema nicht so offensichtlich sind. Man kann dann teilweise das Argument des «Gehirn-Trainings» verwenden.

- **Soziale Erwartungen thematisieren und gemeinsam einen Umgang damit finden:** Wo lohnt es sich, Verhaltensweisen zu überdenken und wo braucht es mehr Verständnis und Empathie von Seiten neurotypischer Menschen (Double Empathy Problem)? Hier gilt es insbesondere immer wieder, eigene Motive zu hinterfragen, wenn man Anforderungen in Bezug auf das soziale Miteinander stellt. Sind es meine persönlichen Glaubenssätze, Gewohnheit, Sitten, die mich leiten oder geht es wirklich darum, das Kind oder die jugendliche Person zu entlasten, zu fördern oder für ihn:sie Sicherheit zu schaffen? Hier geht es auch darum, dass man im Team die Förderziele herausarbeitet und danach gewichtet. Was ist für den:die Schüler:in aktuell ein wichtiges Ziel, welches aber parallel das Bedürfnis nach Sicherheit nicht tangiert? Ist es wirklich wichtig, dass der:die Schüler:in die Hausschuhe anzieht? Ginge es nicht erstmal darum zu würdigen, dass er:sie ins Klassenzimmer kommt? Und später, wenn der:die Schüler:in sich sicherer fühlt, kann man im Team oder mit ihm:ihr Hypothesen aufstellen, weshalb das Anbehalten der Schuhe so wichtig ist und wie man anderswertig für Sicherheit sorgen könnte.
- **Energiehaushalt gemeinsam untersuchen und visuell darstellen:** Es kann ein grosser Gewinn sein, wenn man auflistet, welche Faktoren Energie rauben und welche Energie liefern. Dies kann man etwa mithilfe der Fass-Metapher machen, nach Attwood und Garnett mit dem Energy-Accounting-Modell oder mit einer Skala (Bilder von Batterien mit verschiedenen Energielevel bieten sich an).
- **Masking / Camouflaging:** Es ist wichtig, dass der:die Schüler:in mit diesen Begrifflichkeiten vertraut ist. Viele Kinder und Jugendliche maskieren unbewusst. Zu wissen, dass man sich in ausgewählten Systemen stark überanpasst und entsprechend viel seiner Tagesenergie dafür investieren muss, kann wegweisend sein im Umgang mit den eigenen Bedürfnissen und den verfügbaren Ressourcen. Einige Autist:innen wünschen sich durchaus, dass sie demaskieren können, nur fehlt oft der Mut dazu, da NT unvorhersehbar darauf reagieren können. Gerade aber in Bezug auf Stimming wäre es wichtig, wenn dies ausgeführt werden könnte. Dies ist jedoch fast nur möglich, wenn Stigmatisierung abnimmt und sichere Orte und ein wohlwollendes Miteinander geschaffen werden können.
- **Gemeinsam Strategien entwickeln, um Freunde zu finden und Freundschaften aufrechtzuerhalten:** Oft ist es für die Schüler:innen herausfordernd sozialen Anschluss zu finden. Dass sie im Spiel gerne die Kontrolle übernehmen, kann für das Gegenüber herausfordernd sein. So ist es wichtig, auch im schulischen Kontext das Thema Freundschaft zu beleuchten und zu begleiten. Man kann gemeinsame Anlässe schaffen, Spielstunden machen, Überraschungen für Freunde planen oder

Brieffreundschaften entstehen lassen. Umgekehrt ist auch wichtig, dass die Spielkamerad:innen wissen, warum manche Kinder und Jugendliche gerne Führung übernehmen. So kann man gemeinsam einen Weg finden, wie beide eine Rolle einnehmen können, die für sie toll ist. Dies darf und wird Zeit in Anspruch nehmen.

- **PANDA-Strategien einsetzen:** Pick battles – Anxiety management – Negotiation & Collaboration – Disguise & Manage Demands - Adaption
- **Vorbilder / Fan-Sein nutzen:** Viele Kinder und Jugendliche haben Vorbilder oder mögen einen Charakter oder eine Figur ganz besonders. Man kann dies nutzen, um positive Eigenschaften zu verstärken. So kann man im Coaching beispielsweise fragen, was *Person X* tun würde in einer solchen Situation oder man nutzt die Figur, um Eigenschaften zu externalisieren, oder fragt die Figur um Rat. Man kann auch beispielsweise die Stofftiere darüber diskutieren lassen oder selbst erwähnen, dass man ein Vorbild hat und wie es einen motiviert.
- **Glücks- und/oder Erfolgsjournal führen:** Es ist wichtig, auch in herausfordernden Zeiten den Blick auf das Positive zu wahren. So kann man ein Journal führen, wo Großartiges festgehalten wird (Zeichnungen, Fotos, Briefe oder anderes einkleben). Hier gilt einfach zu schauen, dass der:die Schüler:in dies auch aushält und sich das wünscht. Manchmal hilft es, wenn man gemeinsam definiert, warum das wichtig sein könnte. Zudem kann man für den:die Schüler:in die Schreibe über übernehmen oder man macht Sprachaufnahmen mit Vocaroo und klebt dann den QR-Code ins Heft.
- **Achtsamkeitsübungen, meditative Tätigkeiten, Polyvagal-Theorie:** Diese können helfen, ein besseres Körpergefühl zu erhalten und innere Vorgänge stärker wahrzunehmen. Auch können entsprechende Übungen (natürlich individuell angepasst) helfen, das autonome Nervensystem zu beruhigen und den Arousal im Körper entsprechend zu senken. Hilfreich sind Übungen in Bezug auf den Vagus-Nerv. Auch hier kann es unterstützend sein, diese Übungen spontan selbst zu machen und sich zu wundern, ob jemand auch Lust hätte. Oder man kann einen Wettbewerb daraus machen (wenn die Schüler:innen dies in Bezug auf das Sicherheitsbedürfnis aushalten). Z.B.: «Wer schafft es, in ständiger langsamer Bewegung, rückwärts die abgemachte Strecke zu laufen und mehr als 3 Minuten dafür zu brauchen? Wer schafft das, ohne anzuhalten?»
- **Sensorische Überreizung verhindern:** Viele Schüler:innen sind sensorisch rasch überreizt und reagieren entsprechend auf einzelne oder eine Vielzahl von Reizen sensibel (sensorische sowie soziale). Um Overloads und Meltdowns zu verhindern ist es wichtig, dass im Rahmen des Coachings mit dem:der Schüler:in geschaut wird, welche Reize besonders herausfordernd sind und wie er:sie sich schützen kann. Z.B. Noise-Cancelling-Kopfhörer (auditive Reize), Cap und Sonnenbrille im (visuelle Reize),

Riech-Tuch mit bevorzugtem Duft (olfaktorische Reize), Trainerhosen anstatt Jeans (taktile Reize), Zugang zu Lieblingsessen (gustatorische Reize), Auszeitkarte, Codewort usw. (soziale Reize).

- **Wichtige Infos zu den involvierten Fachpersonen zurückfließen lassen:** Es ist wichtig, dass erarbeitete Tools und wichtige Erkenntnisse, die man allgemein wissen und beachten sollte, ans Team weitergeleitet werden. Ansonsten ist es wichtig, die Privatsphäre zu wahren und Gespräche, die für das Team keine direkte Relevanz haben, lediglich für sich als Coachingperson zu dokumentieren. Hier kann unterstützend sein, dass mit Schulleitung, Klassenlehrperson und Coach:in klar abgesprochen wird, was zwingend an Info raus muss, was nicht oder nur an eine ausgewählte Gruppe.

4 Arbeit mit den Erziehungsberechtigten

- **Erziehungsberechtigte als Expert:innen wahrnehmen:** Die Erziehungsberechtigten kennen ihre Kinder extrem gut und wissen oft genau, welche Fähigkeiten ihre Schützlinge haben und welche Trigger besonders herausfordernd sind. Entsprechend ist es unabdingbar, dass die Erziehungsberechtigten gehört und ernst genommen werden. Dies kann durch regelmässigen Austausch in Persona oder per Telefon, zoom oder weiteren Kommunikationsarten gelingen.
- **Enge Zusammenarbeit:** Eine enge Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigten ist von grossem Vorteil und eine der wichtigsten Gelingensbedingungen. Zum Beispiel ist der Austausch über den Energiestand des Kindes oder der jugendlichen Person in den jeweiligen Systemen wichtig. War der:die Schüler:in in der Schule herausgefordert, braucht es zu Hause mehr Entlastung und umgekehrt. Zudem ist es wichtig, dass Vertrauen aufgebaut werden kann. Die Kinder und Jugendlichen sind sehr feinfühlig und würden bemerken, wenn es Unstimmigkeiten zwischen der Schule und den Erziehungsberechtigten gibt. Kommt es zu Herausforderungen ist es wichtig, dass man dem Kind oder der jugendlichen Person altersgerecht erklärt, dass man wieder einen gemeinsamen Nenner finden muss, dies jedoch manchmal herausfordernd sein kann und etwas Zeit braucht.
- **Vorinformationen erhalten:** Um den Schulwechsel so wenig belastend wie möglich zu machen, ist es wichtig, dass die Schule vorab wichtige Gelingensbedingungen und Stolpersteine im Zusammenhang mit einer Beschulung erhält. So können entsprechende Vorbereitungen getroffen werden. Es empfiehlt sich einen schrittweisen Übergang zu planen, wenn nötig mit deutlich reduziertem Pensum, damit die Erholungsphasen genügend lang sind.
- **Netzwerkarbeit:** Es ist wichtig, dass alle, die das Familiensystem unterstützen, ein tragbares Netz für die Familie und das Kind bilden. Ein transparenter Austausch ist entsprechend wichtig (es braucht für den Austausch mit Therapeut:innen, Familienbegleiter:innen, Beiständ:innen, Ärzt:innen etc. jeweils eine Schweigepflichtentbindung.) Bei wichtigen Gesprächen ist es von Vorteil, wenn verschiedene Vertreter:innen anwesend sind, um über die einzelne Systeme hinweg das weitere Vorgehen zu koordinieren. Verändert man ein Teilsystem, hat dies immer einen Einfluss auf alle anderen Systeme.
- **Aufklärung in Bezug auf Diagnose und Komorbiditäten:** Um ein vollständiges Bild von dem:der Schüler:in zu erhalten ist es wichtig, über Komorbiditäten aufgeklärt zu werden. Eventuell ist es hilfreich, dass entsprechende Therapeut:innen eng mit der Schule zusammenarbeiten. Teilweise ist die Diagnosestellung für die Erziehungsberechtigten noch neu und es fehlt an valider Information. Hier kann die

Schule bei Bedarf über eine entsprechende Fachperson Informationen aufbereiten und den Erziehungsberechtigten vermitteln. Ev. kann auch ein sinnvoller Therapie- oder Coaching-Platz ausserhalb der Schule oder eine Familienbegleitung mit Hilfe der Coachingperson organisiert werden. Dies kann in stark belasteten Familiensystem unterstützend wirken, da sie sich nicht mehr allein um alles kümmern müssen. Denn oft fehlt gerade für administrative Tätigkeiten die Kraft.

- **Belastung anerkennen:** Viele Erziehungsberechtigte wurden wenig ernstgenommen und mussten schon viel für ihre Kinder kämpfen. Sie erlebten Stigmatisierung und Schuldzuweisungen, obwohl man davon ausgehen darf, dass sie ihr Bestes geben. Dies hinterlässt Spuren. Es gilt daher, einen würdevollen, empathischen Umgang mit den Erziehungsberechtigten zu pflegen und wohlwollend sowie verständnisvoll zu kommunizieren, selbst wenn die Erziehungsberechtigten das Vertrauen in die Schule zuerst noch vertieft aufbauen müssen. Dies ist die Basis für eine funktionierende Netzwerkarbeit zugunsten des Kindes oder der jugendlichen Person. Das bedeutet, dass auch während herausfordernden Zeiten auf eine wohlwollende Kommunikation geachtet werden soll.

5 Teamarbeit

- **Fallbesprechungen:** Es ist sinnvoll, wenn regelmässig Fallbesprechungen durchgeführt werden. Es kann diesbezüglich hilfreich sein, wenn an dieser noch eine aussenstehende Lehr- oder Fachperson beteiligt ist, um den Blick von aussen miteinzubeziehen. Es gibt verschiedene systematische Vorgehensweisen bei Fallbesprechungen, die man dem Team vor der Durchführung erläutern soll, damit möglichst zielführend gearbeitet werden kann. Zudem soll eine protokollführende Person bestimmt werden, die die Beobachtungen und Erkenntnisse festhält.
- **Weiterbildungen:** Es lohnt sich, extern und/oder intern Weiterbildungen zu spezifischen Themen zu besuchen und diese mit einem Praxisteil zu ergänzen. So können beispielsweise in Form von Rollenspielen Vorgehensweisen durchgespielt oder Instrumente getestet werden. Auch die Perspektivenübernahme in einem Rollenspiel kann dem Team helfen, die Schüler:innen noch besser zu verstehen, indem Belastungen ansatzweise nachgespürt werden können.
- **Supervision:** Unabdingbar sind Supervisionen. Am besten regelmässig im Jahresplan verankert und bei einer Person, die fachspezifisches Wissen mitbringt. Hier wären auch Fachpersonen, die sich auf Trauma bei Kindern und Jugendlichen spezialisiert haben, eine Möglichkeit. Viele Verhaltensweisen und innere Strukturierungen überlappen bei autistischen Kindern und Jugendlichen mit PDA-Profil und solchen mit einer (komplexen) posttraumatischen Belastungsstörung ((K-)PTBS).
- **Psychohygiene im Team:** Der Job ist äusserst anspruchsvoll. Entsprechend wichtig ist, dass alle zu sich und dem Team als Ganzes Sorge tragen, den eigenen Zustand beobachten und bei Auffälligkeiten rasch reagieren. Teamfördernde Massnahmen können zudem helfen, den Teamzusammenhalt zu fördern und einen Ausgleich zu den intensiven Themen rund um das Thema Schule zu haben.
- **Genau Absprachen im Team treffen:** Damit die Schüler:innen sich möglichst sicher fühlen können, ist es wichtig, dass alle im Team über die individuellen Regeln und Abmachungen wie auch Besonderheiten im Umgang mit dem:der Schüler:in Bescheid wissen. Dieses Informationsnetz ist oft auch für die Betroffenen spürbar und schafft Sicherheit.
- **Bezugspersonensystem führen:** Damit man möglichst eng mit einem:einer Schüler:in zusammenarbeiten kann, empfiehlt sich das Bezugspersonensystem. Wichtig ist, dass der:die Schüler:in die Bezugsperson mag und sich eine Zusammenarbeit vorstellen kann.

- **Bedürfnisse überprüfen:** Sind es die des Kindes oder die eigenen? Manchmal wünscht man sich bei dem:der Schüler:in eine Verhaltensänderung, die der:die Schüler:in nicht oder noch nicht angehen kann. Hier ist es wichtig, sich selbst kritisch zu reflektieren und zu schauen, warum man die Verhaltensanpassung will. Sind es eigene Bedürfnisse, gesellschaftliche Konventionen oder eigene Glaubenssätze? Warum ist es beispielsweise wichtig für einen, dass der:die Schüler:in Socken trägt, anstatt barfuß zu laufen? Wäre der:die Schüler:in benachteiligt, wenn er:sie das Verhalten nicht anpasst? Oder geht es darum, dass man in der Schule halt Finken und Socken trägt, weil das anständig ist? Auch in diesem Zusammenhang lohnt es sich immer wieder zu ergründen, warum das Kind oder die jugendliche Person ein atypisches Verhalten zeigt, denn in der Regel ergibt dieses aus der Perspektive des:der Betroffenen durchaus Sinn.
- **Ablösung:** In akuten Krisensituationen kann es sinnvoll sein, eine involvierte Lehr- oder Fachperson abzulösen. Hier lohnt es sich, vorab Zeichen abzumachen oder zu diskutieren, wie man in der Akutsituation nachfragen soll. Ziel ist immer, dass die Personen, die einen Konflikt begleiten oder involviert sind, möglichst einen tiefen Arousal-Level haben. Ansonsten läuft man in Gefahr, dass auch der:die Schüler:in nicht zur Ruhe kommen kann, da man sich gegenseitig weiter hochschaukelt.
- **Gewaltfreie Kommunikation und Gewaltprävention:** Es lohnt sich, sich mit GFK (gewaltfreie Kommunikation) auseinander zu setzen und diese konsequent anzuwenden. Auch hier gibt es diverse Weiterbildungsangebote. Es ist auch sinnvoll, Schulungen in Bezug auf körperliche Interventionen durchzuführen und diese mit Fachpersonen zu üben und entsprechend geltender Standards auszuführen. Auch hier ist die Zusammenarbeit mit den Erziehungsberechtigten wichtig und es braucht zwingend ein Merkblatt zum Vorgehen bei einer solchen Intervention und ein Einverständnis der Erziehungsberechtigten. Anzumerken ist, dass solche Handlungen nur im absoluten Notfall angewendet dürfen, wenn akute und massive Selbst- oder Fremdverletzung droht. Bei allen anderen Ausbrüchen gilt es, auf solche Interventionen zu verzichten. Zudem bedarf eine solche Intervention eine sorgfältige Nachbesprechung im Team, mit den Erziehungsberechtigten und auf angemessene Weise mit dem:der Schüler:in.