

## Low Arousal: Ein Ansatz zur Vermeidung von herausforderndem Verhalten

---



**Drs., Msc Jolande Gröflin Corneliussen,  
Psychologin und Supervisorin**

---

Die Psychologin Jolande Gröflin Corneliussen unterrichtet und supervidiert schon viele Jahre den Low Arousal-Ansatz in Dänemark. Grundlage ihrer Arbeit ist ein humanistisches Menschenbild. In ihrem Unterricht und ihrer Begleitung im Umgang mit herausfordernden Situationen stehen neuropsychologisches Wissen, professionelle Selbstreflexion und Zusammenarbeit im Zentrum.



# Low Arousal: Ein Ansatz zur Vermeidung von herausforderndem Verhalten

Fachtagung zum Thema «Methoden und Ansätze zum Umgang mit herausforderndem Verhalten von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen»

3. September 2024

Jolande Gröflin Corneliussen

Drs., MSc, Psychologin und Supervisorin

# Zwei Fragen



## Arousalniveau – Erregungszustand

- „Arousal“ beschreibt einen komplexen, lebenswichtigen Vorgang neuronaler Aktivierung, die es einem Menschen ermöglicht, zu handeln und zu überleben.
- Der Erregungszustand drückt aus, wie aufnahmefähig unser Gehirn für Sinneseindrücke ist, und wie bereit wir sind, um auf die empfangenen Eindrücke zu reagieren.

# Arousalniveau - Erregungszustand

Ein angemessenes  
Erregungsniveau hilft uns, ein  
adäquates Maß an  
Aufmerksamkeit und  
Fokussierung auf sowohl  
äußere als auch auf innere  
Stimuli und Reize  
aufrechtzuerhalten.



# Arousalniveau - Erregungszustand

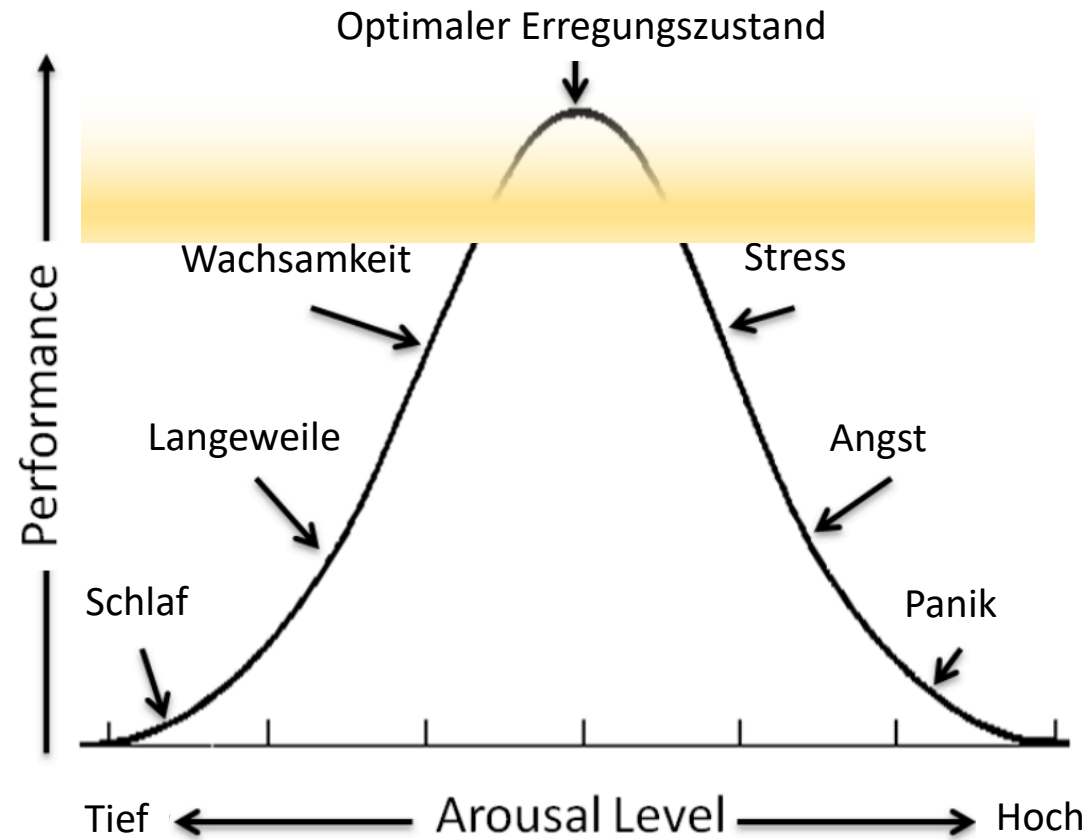


Fig. 1 Das Verhältnis zwischen Leistung und Erregungszustand  
(Klados et al., 2014)



A serene landscape featuring a calm lake in the foreground that perfectly reflects the surrounding environment. In the middle ground, a dense forest of evergreen trees lines the shore. The background is dominated by majestic, snow-capped mountains under a clear, light blue sky. The overall atmosphere is peaceful and tranquil.

Ruhe steckt an

# Professor Andrew McDonnell

Publiziert seit 1990 über den LA-Ansatz:

- Ruhe steckt an
- “The reflecting practitioner”
- Gründer von Studio 3



# Bo Hejlskov Elvén

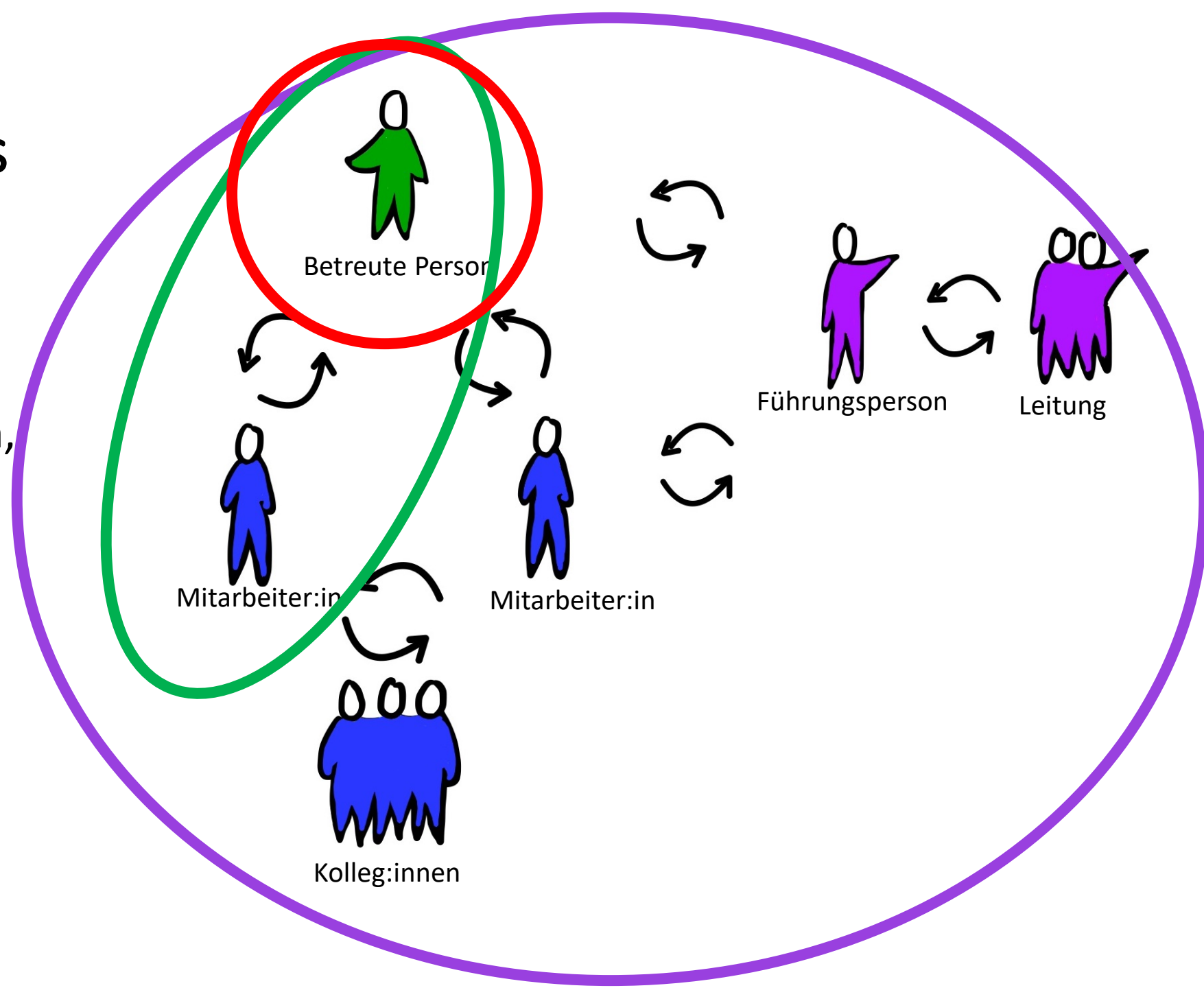
Publiziert seit 2010 über den LA-Ansatz:

- Menschenrechte, Recht auf Autonomie und Selbstbestimmung
- Die Prinzipien der Verantwortungsübernahme, der Gefühlsübertragung und der Selbstkontrolle
- Moral und Ethik: Der „älteste pädagogische Konflikt“ – Gehorsamkeit oder Autonomie?
- Neuropsychologie



# „Herausforderndes Verhalten“

„Herausforderndes Verhalten ist ein Verhalten, das den Menschen um die betroffene Person herum Probleme bereitet.“  
(Bo Hejlskov Elvén)



“Menschen tun ihre Sache gut, wenn sie können.”

*Dr. Ross W. Greene*



**Betreute Person**

# Voraussetzungen – Hilfswissen

Familie

Fähigkeiten

Begriffe aus der  
Neuro-  
psychologie

Ressour-  
cen

Krank-  
heiten

Kultur

Trauma

# Unsere (zu hohen) Erwartungen an die Fähigkeiten:

- Konsequenzen des eigenen Verhaltens zu verstehen: **Zentrale Kohärenz**
- Sich von sensorischen Eindrücken zu schützen: **Wahrnehmungsbesonderheiten**
- Kommunizieren und Zusammenarbeiten: **Theory of Mind/ Mentalisierungsfähigkeit**
- Impulse zu kontrollieren und Änderungen zu handhaben: **Exekutive Funktionen**
- Ruhig zu bleiben: **Gefühlsübertragung/Affektansteckung**



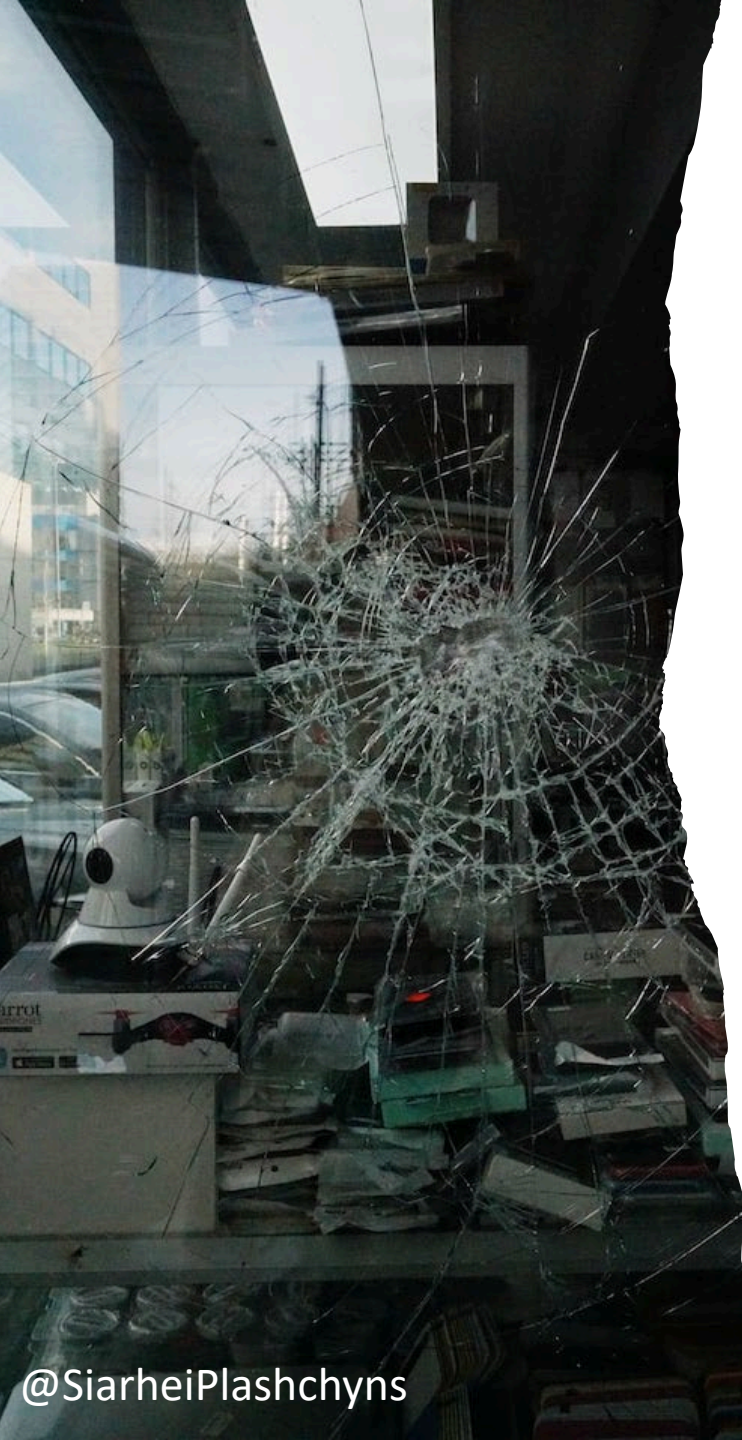
# Das Prinzip der Selbstkontrolle

Wir alle tun unser Bestes, um nicht die  
Beherrschung zu verlieren.

# Strategien, um Selbstkontrolle zu bewahren

Herausforderndes Verhalten kann als Strategie zum Erhalt der Selbstkontrolle verstanden werden.

Dabei handelt es sich jedoch oft um strategisches Verhalten, d.h. Verhalten, das darauf abzielt, die Situation zu lösen, nicht sie zu verschlimmern.



Strategien, die wirksam sein mögen,  
aber von der Umgebung meist negativ  
bewertet werden.

- Mitwirkung verweigern – auch körperlich
- Sich entfernen und weglaufen
- Drohen, schreien
- Andere angreifen, schlagen
- Selbstverletzen



# Strategien, um Selbstkontrolle zu bewahren

- Viele Strategien, die der betreuten Person helfen, die Selbstkontrolle zu behalten, sind frustrierend und belastend für die Mitarbeiter:innen.
- Wenn wir jedoch die Strategien der betreuten Person bekämpfen, führt dies zu (mehr) herausforderndem Verhalten und dieses Verhalten kann eskalieren.

“If we are part of the problem, then we are part of the solution.”

*Prof. Andy McDonnell*



Betreute Person

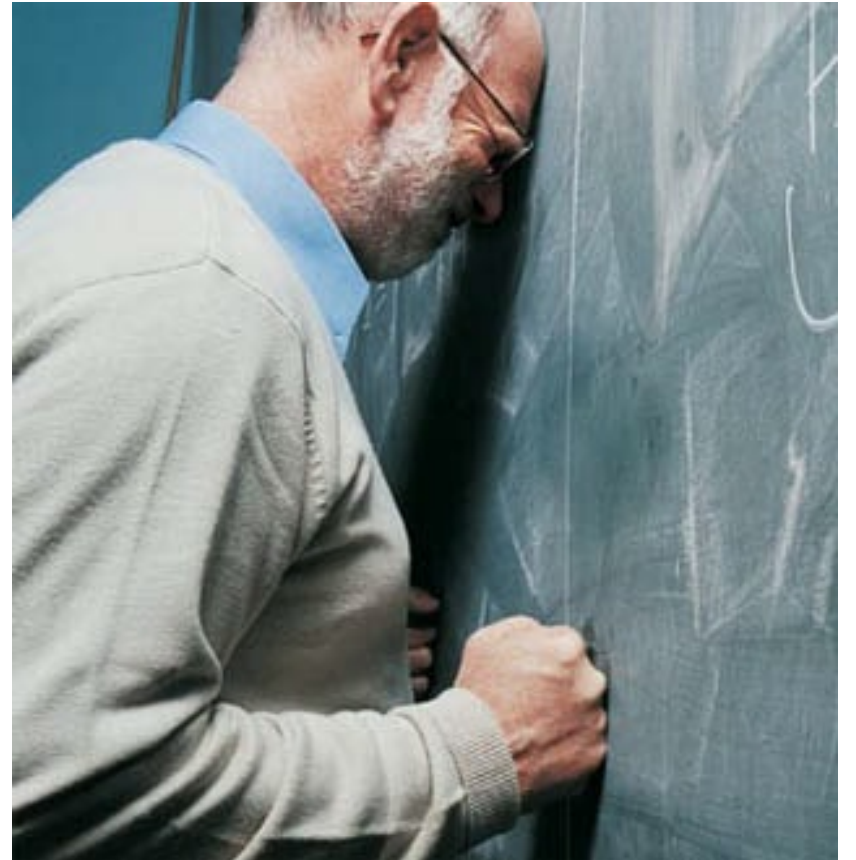


Mitarbeiter:in

# Das Prinzip der Verantwortungsübernahme

**Wer Verantwortung übernimmt, kann  
etwas bewirken.**

Wenn andere die Konfliktsituation  
bewältigen sollen, verlieren wir die  
Möglichkeit, Verantwortung zu  
übernehmen, und die Situation zu  
beeinflussen. Auch erfahren wir mehr  
Ohnmacht/ Machtlosigkeit.





## Reflexion 2und2

Teile eine Situation, in der Du – neben anderen Gedanken – auch einen „moralisierenden“ Gedanken hattest.

Versuche ein anderes Wort oder eine andere Beschreibung für das Verhalten der Person zu finden.

Er weiß genau wie.  
Er tut dies,  
um mich  
herauszufordern.

Sie tut dies  
bewusst!

Sie will immer  
Aufmerksamkeit  
haben.

Mit diesen Eltern! Die  
haben ihn einfach schlecht  
erzogen und sind selber  
auch anstrengend.

A close-up photograph of a baby crying, with a blue background. The baby's face is the central focus, showing a distressed expression with furrowed brows and an open mouth. The background is a solid, vibrant blue.

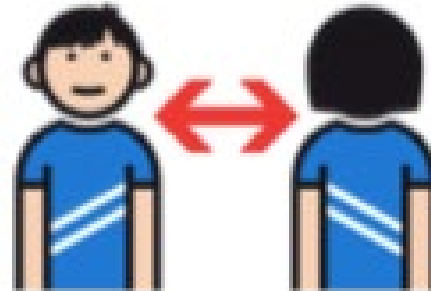
# Das Prinzip der Gefühlsansteckung

# Das Prinzip der Gefühlsansteckung



# Mit jemanden tauschen oder sich von der Konfliktsituation entfernen

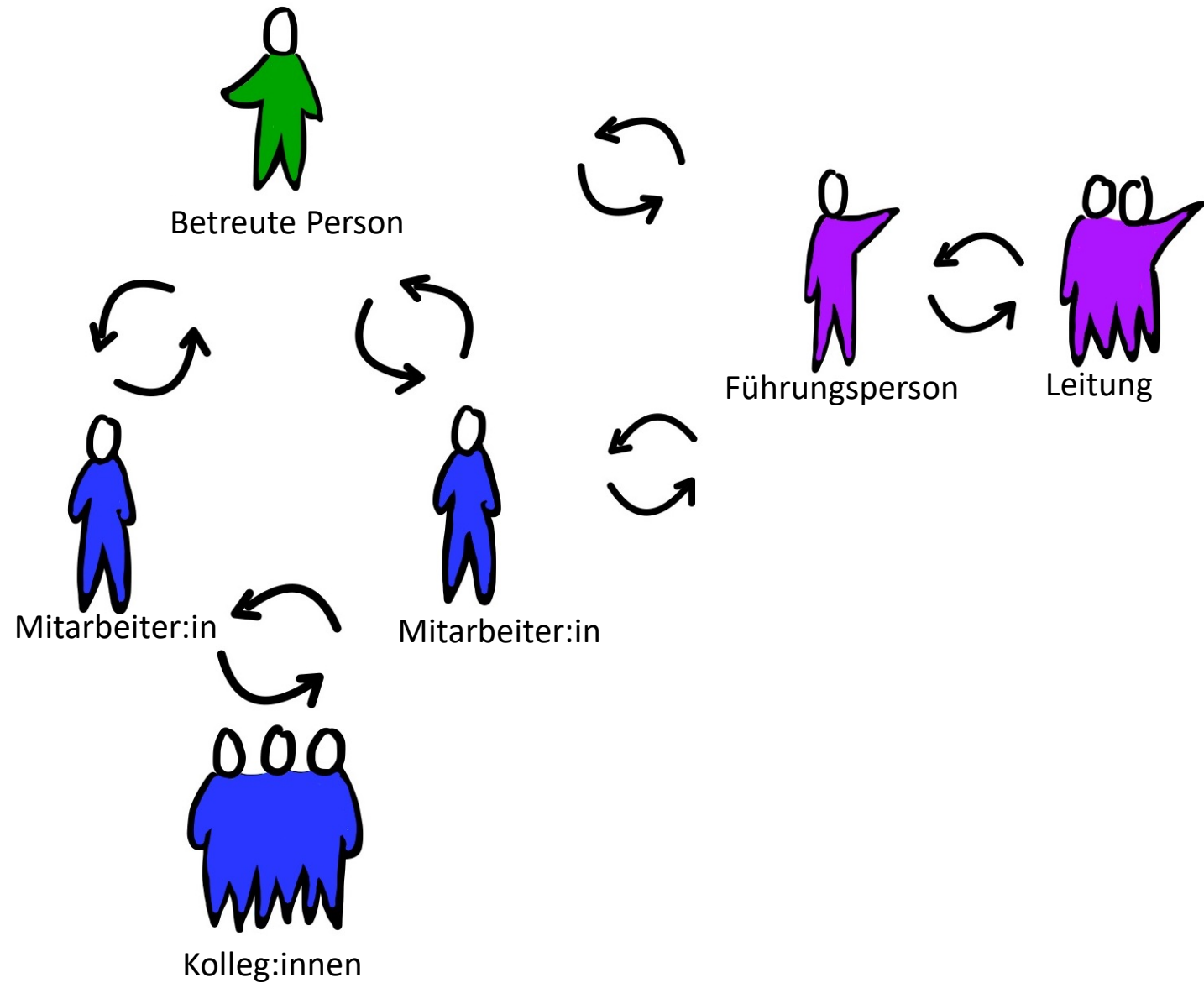
Eine andere Person  
kann die  
Situation  
vielleicht  
entspannen.



© Nina Fröhlich

“Verantwortung  
übernehmen wir  
zusammen.”

*T. Jensen & J. Gröflin  
Corneliussen*



# Mit sich/uns selber Arbeiten – “the reflective practitioner” (Andy McDonnell)



Raum für Reflexion



Zusammenarbeit



Perspektivenwechsel

# Die drei Werkzeugkästen des Low Arousal-Ansatzes



HANDELN



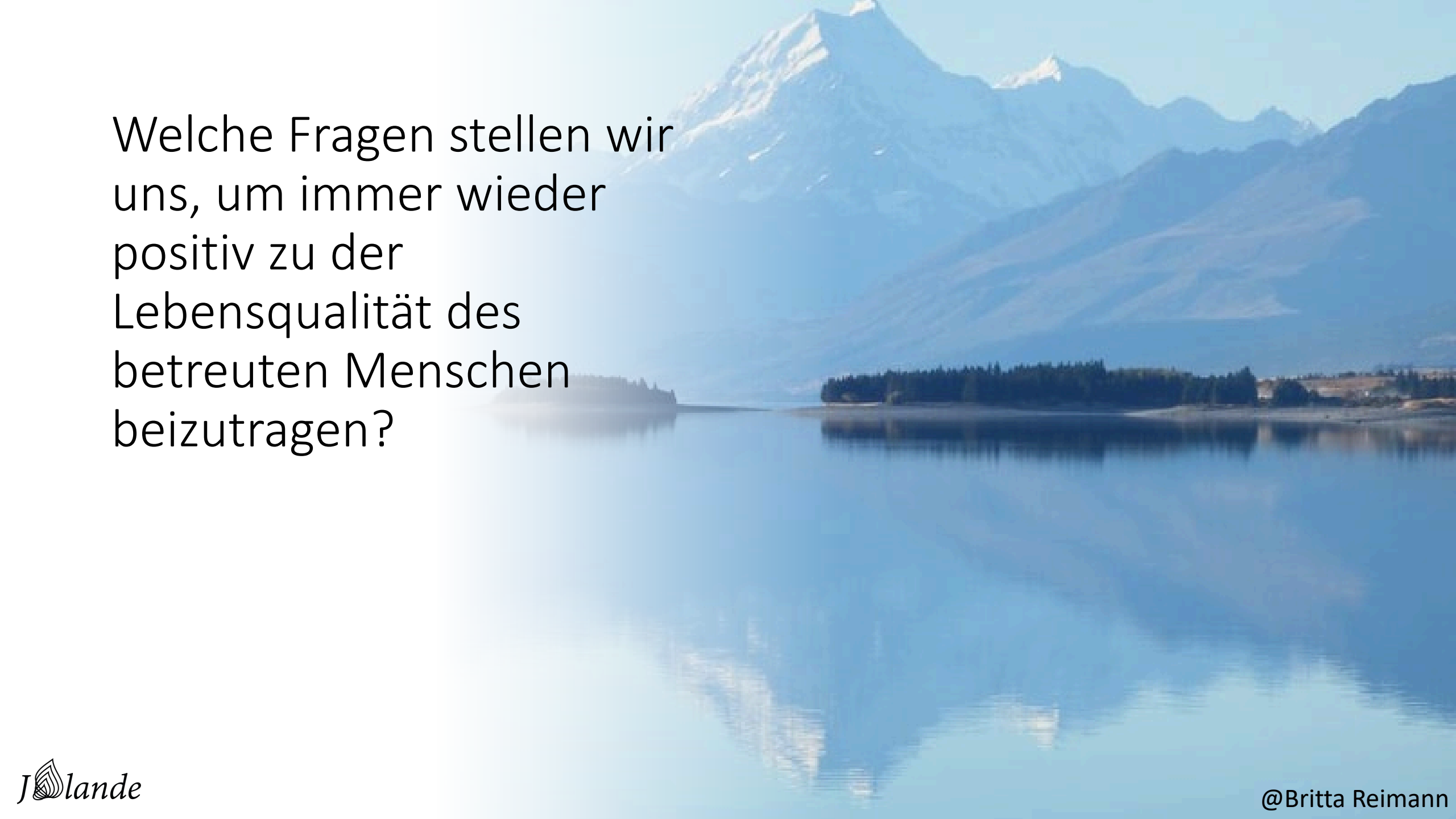
AUSWERTEN



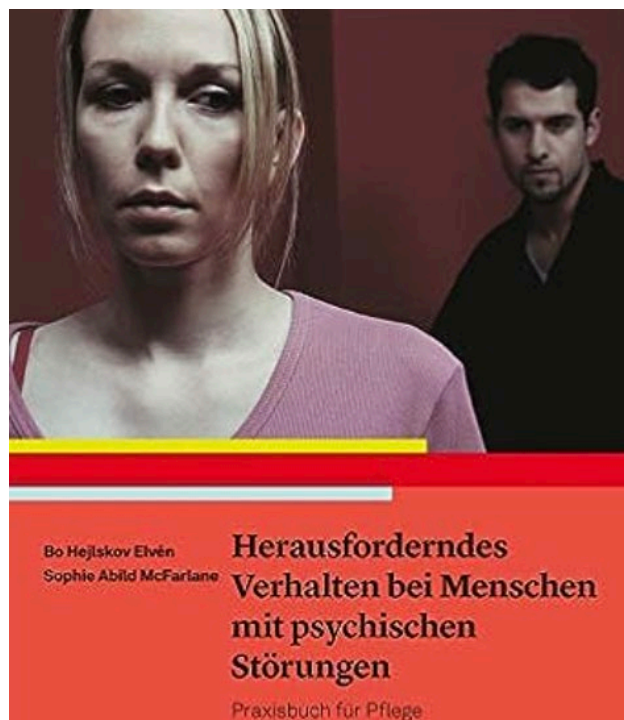
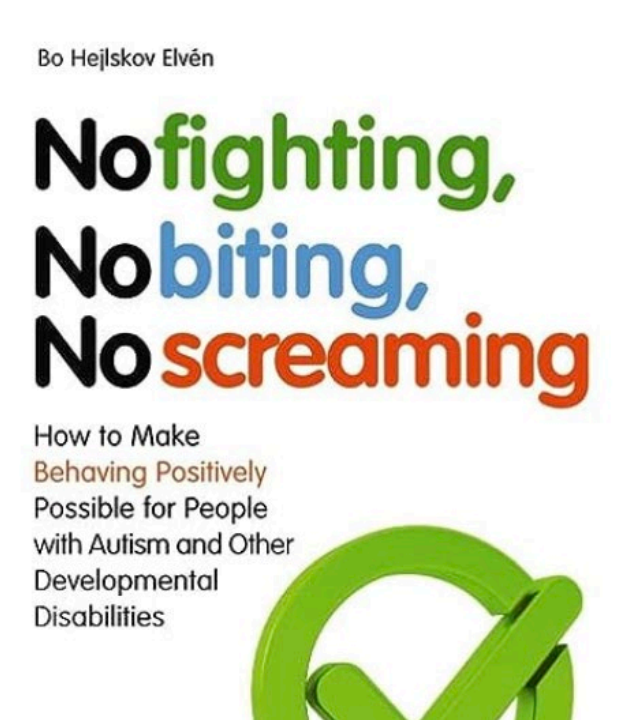
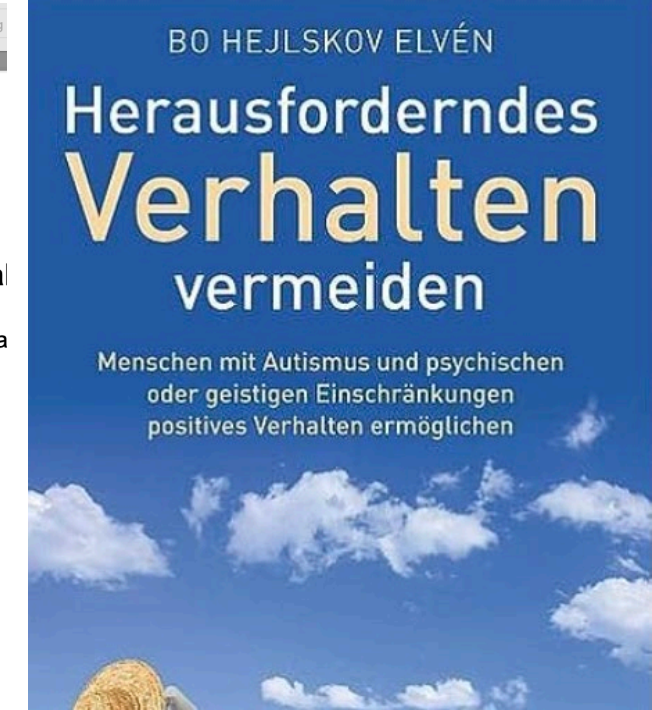
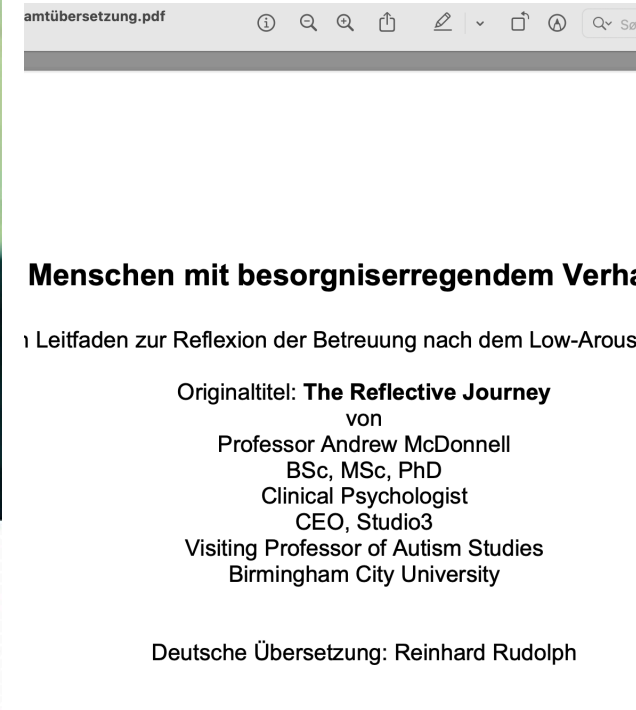
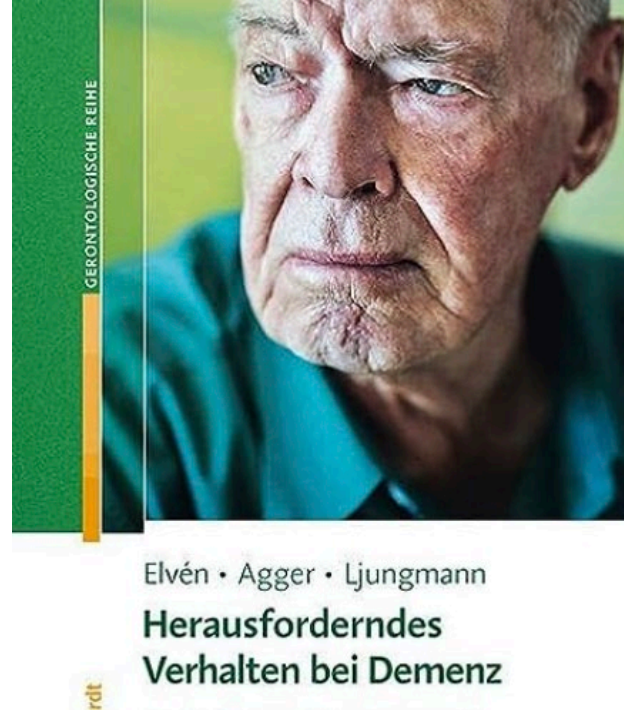
VERÄNDERN

- Wir **handeln**, um das Erregungsniveau und die Anforderungen in schwierigen Situationen zu reduzieren.
- Wir **werten aus**, was geschah und warum es schwierig wurde.
- Wir **verändern**, und stellen Anforderungen, die die betreute Person erfüllen kann.
- Ist **KEIN** laissez faire.





Welche Fragen stellen wir  
uns, um immer wieder  
positiv zu der  
Lebensqualität des  
betreuten Menschen  
beizutragen?



Artikel von u.a. Andrew McDonnell:  
[www.studio3.org](http://www.studio3.org)

- Studio3.org – Andy McDonnell,  
Literatur, gratis Webinars  
Sein neuerster Artikel: Staff  
training in physical interventions: a  
literature review, July 2023,  
Frontiers
- EMRAHUS AB- Schweden,  
angepasste Wohnungen



Projekt Intensivwohnen  
Netzwerk Oberbayern

**PINO**

## Internationale Literaturrecherche zum Intensivwohnbereich

Teilhabebedingungen  
von Menschen mit geistiger Behinderung und  
herausfordernden Verhaltensweisen