

ENTWICKLUNG EMOTIONALER KOMPETENZ BEI MENSCHEN MIT AUTISMUS

Mag. Michaela Sommerauer
Sonder- und Heilpädagogin, Wien

Gliederung

1. Die Bedeutung von Emotionen
2. Was ist emotionale Kompetenz
3. Emotionale Kompetenz bei ASS
4. Bedingungen für positive emotionale Entwicklung
5. Emotions-Kompetenz-Training

ENTWICKLUNG EMOTIONALER KOMPETENZ BEI MENSCHEN MIT AUTISMUS

Mag. Michaela Sommerauer
Sonder- und Heilpädagogin, Wien

1. Die Bedeutung von Emotionen

Jede Entscheidung,
jede Handlung,
jeder Gedanke im Leben eines Menschen
ist von seinen Emotionen geprägt.

Auch dann, wenn es uns nicht bewusst ist.

AUCH BEIM MENSCHEN MIT AUTISMUS!

1. Die Bedeutung von Emotionen

Video (Heider und Simmel / Klin et. al)

1. Die Bedeutung von Emotionen

Wie wird das Video beschrieben:

Die meisten Menschen interpretieren **Emotionen** und **soziale Konflikte** in die Bewegungen der geometrischen Figuren.

Menschen mit ASS bleiben deskriptiv. Als Ursache für die Bewegungen werden physikalische Umstände angenommen.

1. Die Bedeutung von Emotionen

Bei ASS:

- starke Gefühle vorhanden
- überwältigend
- ▶ Körperwahrnehmung schwach!
 - » Differenzierte Wahrnehmung bleibt aus
 - » Bewusstsein über eigene Gefühle bleibt aus
 - » Emotionskontrolle scheitert
 - » Verstehen der Gefühle anderer scheitert

2. Was ist emotionale Kompetenz

EMOTIONALE KOMPETENZ:

der bewusste und kontrollierte Umgang mit emotionalen Zustandsbildern:

- o das Wahrnehmen, Verstehen, Kommunizieren und Kontrollieren eigener Emotionen sowie
- o das Wahrnehmen, Verstehen und angemessene Reagieren auf die Emotionen anderer Menschen

2. Was ist emotionale Kompetenz

Aspekte emotionaler Kompetenz:

- Kennen eines breiten Spektrums an Emotionen, und zwar
 - Bezeichnung
 - Auslöser
 - Mimischer Ausdruck, Stimmlage, Körperhaltung
 - körperliches Gefühl
 - Verhaltensweisen
- Bewusstheit über den eigenen emotionalen Zustand
- Fähigkeit, über Emotionen zu kommunizieren
- Fähigkeit zur Emotionskontrolle
- Fähigkeit, Emotionen anderer wahrzunehmen & zu verstehen
- Fähigkeit, angemessen auf emotionalen Zustand anderer zu reagieren

2. Was ist emotionale Kompetenz

Basis = das Vorhandensein von Emotionen

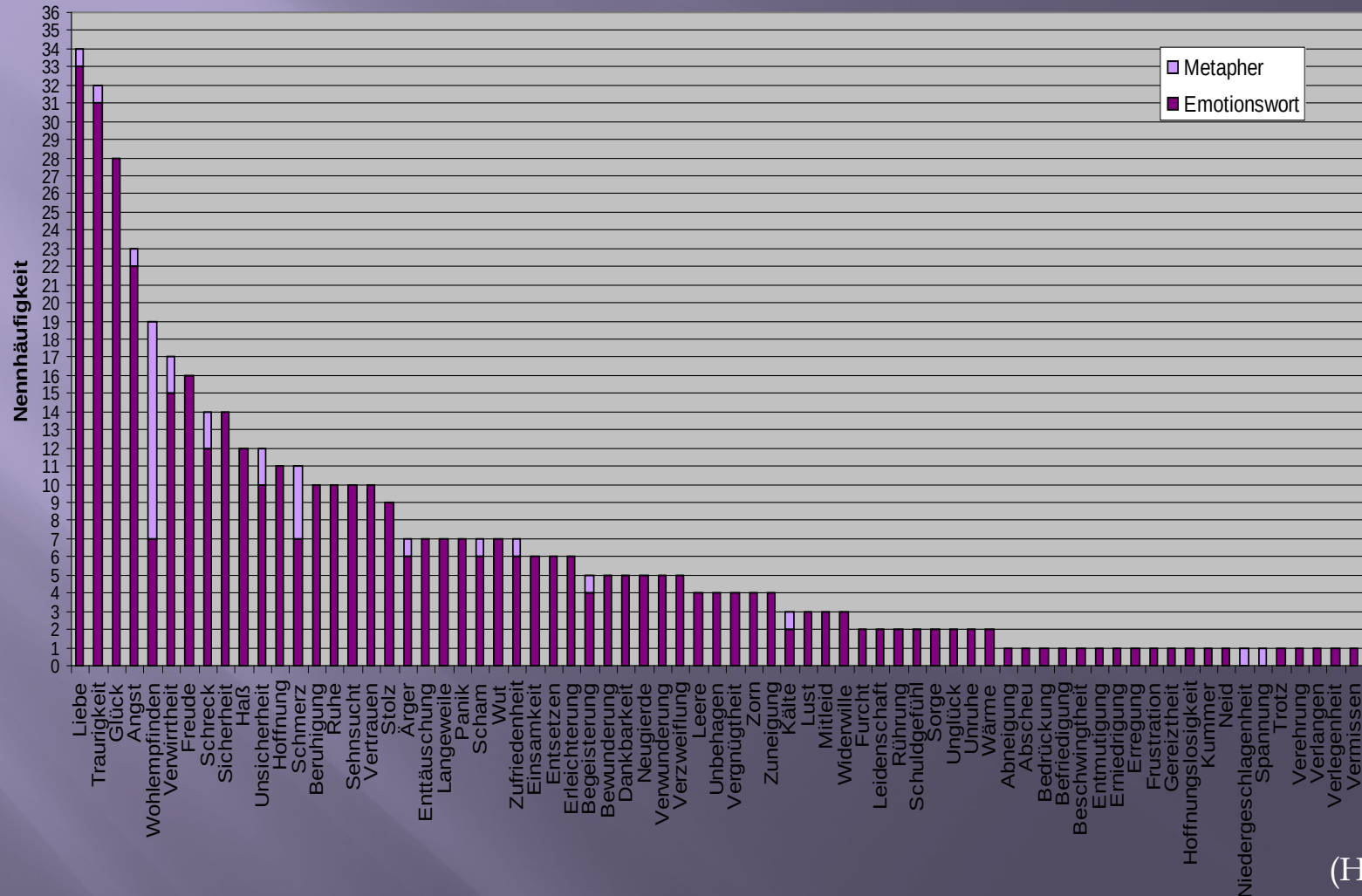
- Emotionen als „ständiger Begleiter“
- **breites Spektrum** an Emotionen
- **angenehme** wie **unangenehme** Emotionen

3. Emotionale Kompetenz bei ASS

Autismus ist kein Ausschlussgrund
für die Voraussetzungen
emotionaler Kompetenzentwicklung

3. Emotionale Kompetenz bei ASS

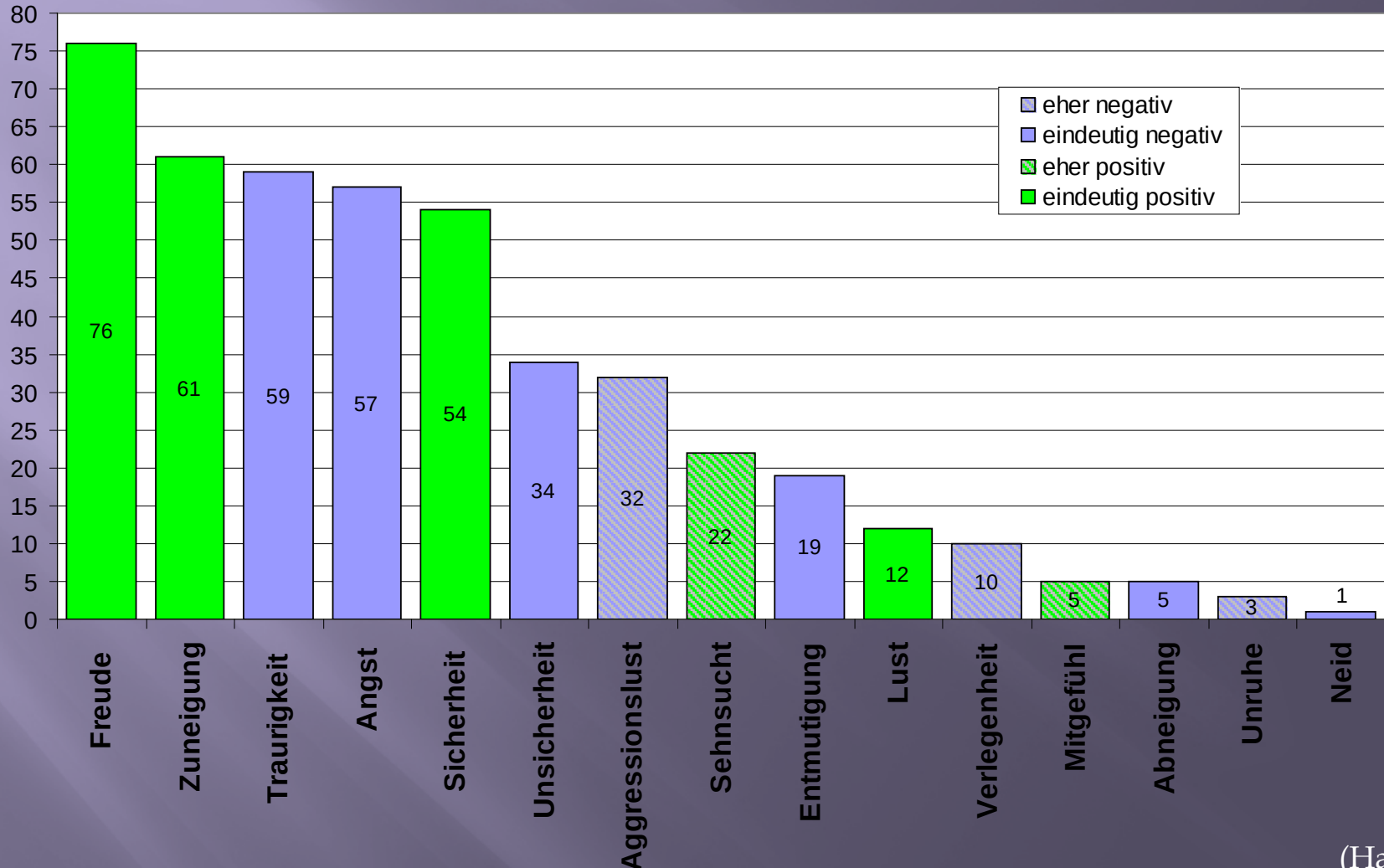
Breites Emotionsspektrum



(Hartl 2010)

3. Emotionale Kompetenz bei ASS

Ausgeglichen angenehme und belastende Emotionen



(Hartl 2010)

4. Bedingungen für eine positive emotionale Entwicklung

Problem:

Was als **Voraussetzungen** für die Entwicklung eines positiven Umganges mit Emotionen gilt, ist genau das, was in der autistischen Entwicklung **defizitär** verläuft.

4. Bedingungen für eine positive emotionale Entwicklung

Grundlegende Voraussetzungen für gute emotionale Entwicklung:

1. Wechselseitige Interaktion zwischen Mutter und Kind
2. Wahrnehmen des eigenen Körpers
3. Wissen um das eigene Selbst

4. Bedingungen für eine positive emotionale Entwicklung

1. Die wechselseitige Interaktion zw. Mutter und Kind:

Kind: Ausdruck von Wohlgefühl oder Unwohlgefühl

Mutter: Wahrnehmen des kindlichen Emotionsausdrucks,
Widerspiegelung und Verstärkung der kindlichen Emotion

Kind: Wahrnehmen und Verarbeiten der Reaktion der Mutter

Mutter benennt nun die Emotion des Kindes - Intonation &
Gesichtsausdruck

» Prägung und Verstärkung des kindlichen
Emotionsempfindens,
Emotionsbewusstseins,
Differenzierens und
des Emotionsverständnisses!

Bei ASS sind Blickkontakt & frühe Interaktion oft eingeschränkt.

4. Bedingungen für eine positive emotionale Entwicklung

2. Das Wahrnehmen des eigenen Körpers

- Verminderte Körperwahrnehmung
 - Ungenügende Differenzierung physiologischer Reize
- ⇒ Wahrnehmung und Differenzierung der erlebten Gefühle kann nicht gelingen! (Wut im Bauch-Hunger)
- ⇒ Emotionsbewusstsein und Emotionskontrolle schwierig

4. Bedingungen für eine positive emotionale Entwicklung

3. Das Wissen um das eigene Selbst

Sich selbst als Handelnde Person wahrnehmen

Durch das eingeschränkte Wahrnehmen des eigenen Körpers (Selbst-Wahrnehmung) ist auch das Ich-Bewusstsein eingeschränkt

Viele Menschen mit ASS erleben sich selbst *nicht* als handelnde Personen und abgegrenzt von der Umwelt.

Stichwort: *Pronominale Umkehr*

5. Emotions-Kompetenz-Training

Emotions-Kompetenz-Training muss

- auf diese Wahrnehmungs- und Entwicklungs-Spezifika des Autismus abgestimmt sein
- individuell gestaltet sein => Alter, Entwicklungsstand und Ausprägung des Autismus beachten

5. Emotions-Kompetenz-Training

Voraussetzungen für Erfolg :

- regelmäßige Durchführung, häufige Wiederholung
- theoretische Einheiten UND Training in Realsituationen
- Je früher, desto besser, aber:

Es ist nie zu spät, damit anzufangen!

5. Emotions-Kompetenz-Training

Zur Veranschaulichung folgt eine kleine Auswahl
aus dem Übungsrepertoire unseres

Emotions-Kompetenz-Trainings

5. Emotions-Kompetenz-Training

ÜBUNG 1: Emotions-„Brainstorming“

Ziel: Aspekte jeder Emotion fühlbar machen. Emotionen kennen, verstehen, benennen und erklären können

Ausgleich des Erfahrungsdefizites durch geringe Interaktion mit der Mutter

Maßnahme: Pro Übungseinheit in der Kleingruppe zu einer Emotion frei assoziieren lassen. Anhand der gesammelten Assoziationen die Aspekte der Emotion bewusst machen:

- Begriffe
- Auslöser
- Mimischer Ausdruck, Stimmlage, Körperhaltung
- körperliches Gefühl
- Verhaltensweisen

Durch Gespräche, Rollenspiele und Bilder die Emotion erlebbar machen. Möglichkeiten der **Emotionskontrolle** aufzeigen und einüben.

5. Emotions-Kompetenz-Training

ÜBUNG 2:

Emotionen und ihre Bedeutung erlernen

Ziel: Emotionen kennen, verstehen und benennen und erklären können

Ausgleich des Erfahrungsdefizites durch geringe Interaktion mit der Mutter

Maßnahme:

Mithilfe von Materialien (Bildmaterial: Emotionsgesichter, Videos, Spiegel, E-Würfel, Computer-Programme...) die Komponenten jeder Emotion erlernen

- Bezeichnung
- Auslöser
- Mimischer Ausdruck, Stimmlage, Körperhaltung
- körperliches Gefühl
- Verhaltensweisen

5. Emotions-Kompetenz-Training

Beispiel für Übung 2: E-MOTION von Schubi



5. Emotions-Kompetenz-Training

Beispiel für Übung 2: Emotionswürfel



ENTWICKLUNG EMOTIONALER KOMPETENZ BEI MENSCHEN MIT AUTISMUS

4. Autismus-Forum Rainman's Home

Mag. Michaela Sommerauer

5. Emotions-Kompetenz-Training

Beispiel für Übung 2: Emotionswürfel



ENTWICKLUNG EMOTIONALER KOMPETENZ BEI MENSCHEN MIT AUTISMUS

4. Autismus-Forum Rainman's Home

Mag. Michaela Sommerauer

ÜBUNG 3:

Emotionen im Alltag „sichtbar“ machen

Ziel: Emotionen bewusst wahrnehmen, (er-)kennen und verstehen.
Das in Übung 2 Gelernte auf den Alltag übertragen.

Ausgleich des Erfahrungsdefizites durch geringe Interaktion mit der Mutter

Maßnahme:

Im Alltag vorkommende Emotionen benennen
und Bewusstmachen ihrer Emotions-Komponenten:

- Auslöser
- Mimischer Ausdruck, Stimmlage, Körperhaltung
- körperliches Gefühl
- Verhaltensweisen

ÜBUNG 4: Meinen Körper kennen

Ziel: Körperbewusstsein und Ich-Gefühl stärken
Pronominale Umkehr verbessern

Ausgleich der schwachen Körperwahrnehmung und des ungenügenden Ich-Gefühls

Maßnahme:

Körperteile „kneten“ & benennen, dabei Namen aussprechen:
„das ist der rechte Oberarm vom Peter“

Körpermitte festhalten, Name der Person nennen:
„der Peter sagt: das bin ich!“

Mitsprechen lassen
Massieren

ÜBUNG 5: Walzen rollen

Ziel: Wahrnehmung der Gliedmaßen und des Körpers verstärken,
Ich-Gefühl verbessern

Ausgleich der schwachen Körperwahrnehmung und des
ungenügenden Ich-Gefühls

Maßnahme:

„Aufwärmen“ durch Laufen oder Springen

Glatte und raue Rollen/Walzen:

- mit Händen und Unterarmen über Tisch rollen
- mit Füßen (barfuß) am Boden rollen
- mit Händen den Körper entlang ziehen

Sprechen: „das sind meine Hände“ etc.

5. Emotions-Kompetenz-Training

ÜBUNG 6:

Wie fühlen wir uns, wenn...

Ziel: Auslöser einer Emotion verstehen,
Aufmerksamkeit für emotionale Situationen stärken,
Einfühlungsvermögen stärken

Ausgleich des Erfahrungsdefizites durch geringe Interaktion mit
der Mutter und der sozial-emotionalen Schwierigkeiten

Maßnahme:
Typische emotionsauslösende Situationen erarbeiten, mithilfe
von Bildgeschichten, Videos, Social Stories, sowie mittels
Nachbesprechung realer Situationen

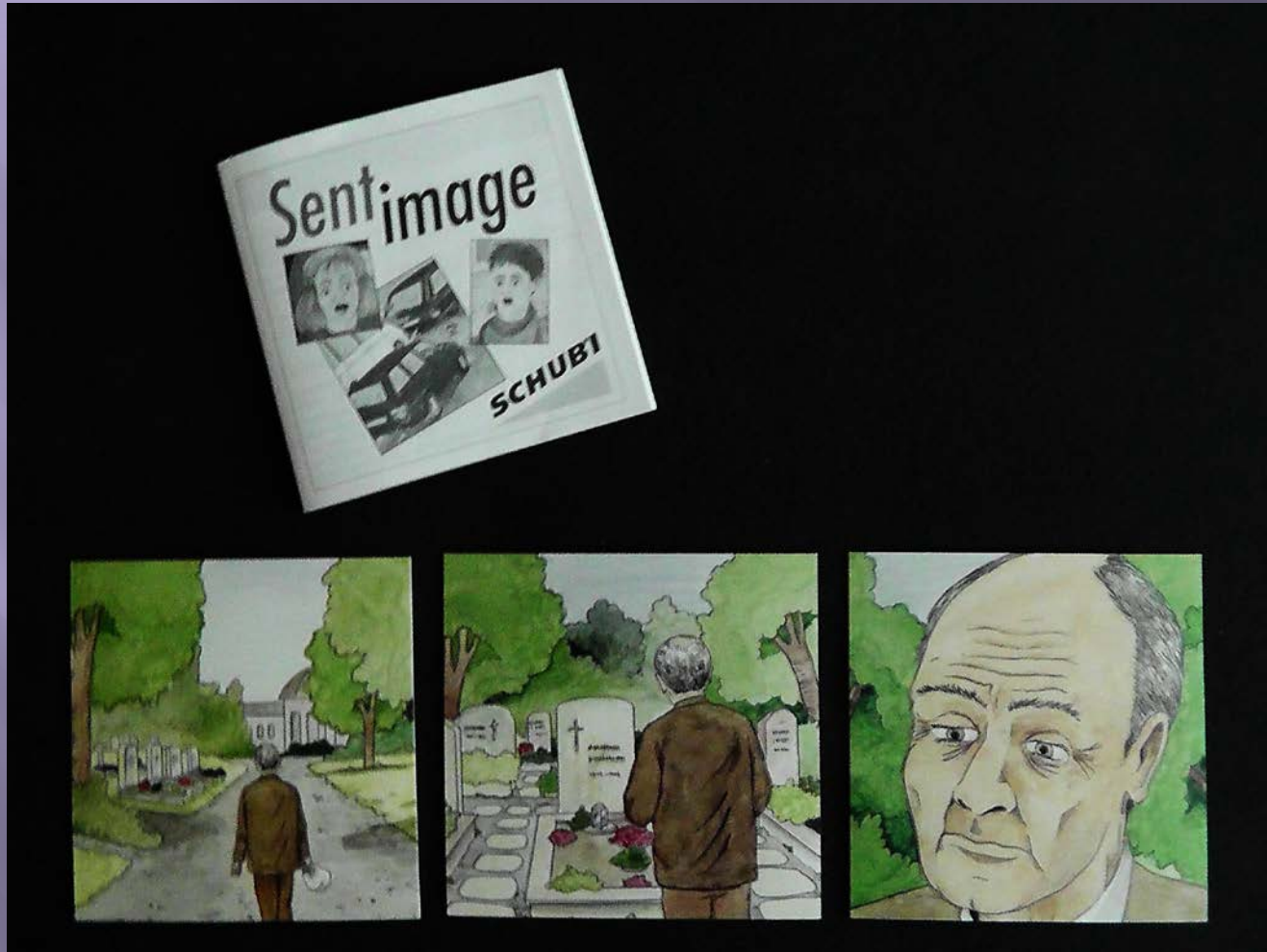
5. Emotions-Kompetenz-Training

Beispiel für Übung 6: SENT IMAGE von Schubi



5. Emotions-Kompetenz-Training

Beispiel für Übung 6: SENT IMAGE von Schubi



ENTWICKLUNG EMOTIONALER KOMPETENZ BEI MENSCHEN MIT AUTISMUS

4. Autismus-Forum Rainman's Home

Mag. Michaela Sommerauer

5. Emotions-Kompetenz-Training

Beispiel für Übung 6: MASC



MASC-MC:

A movie for the assessment
of social cognition



ÜBUNG 7:

Mein Blick und dein Blick

Ziel: Lernen, in Alltagssituationen vorhandene Emotionen aktiv zu suchen und zu erkennen. Einfühlungsvermögen.

Ausgleich des Erfahrungsdefizites durch geringe Interaktion mit der Mutter und der sozial-emotionalen Schwierigkeiten

Maßnahme: Üben, bewusst zwischen der für ASS typischen und der erwünschten Art der Wahrnehmung und Interpretation zu wechseln. In Theorie (Bildkarten, Video-Sequenzen etc.) und in Realsituation.



DANKE
für Ihre
Aufmerksamkeit!