

Gentle Teaching

Dieses ist das Home Page einer nicht-heftigen
Annäherung
für Begleitung Kinder und Erwachsene mit
speziellen Notwendigkeiten

Diese Seite wird beibehalten durch die Grundlage für
Gentle Teaching in den Niederlanden

Gentle Teaching ist eine gewaltlose Methode, um Menschen zu unterstützen, die spezieller Begleitung bedürfen und manchmal Verhaltensstörungen zeigen. Die Methode richtet sich auf vier primäre Ziele im Rahmen der Begleitung

- die Person zu lehren, sich bei uns **sicher zu fühlen**
- die Person zu lehren, sich bedingungslos von uns **geliebt zu fühlen**
- die Person zu lehren, uns gegenüber **liebend zu fühlen**
- . die Person zu lehren, sich mit uns **verbunden zu fühlen**

Es gibt viele verschiedene Ansichten und Meinungen über Gentle Teaching. Manche Leute denken, dass Gentle Teaching einfach nur eine Technik ist, um Leuten mit ernststen Verhaltensproblemen zu helfen. Andere glauben, dass es einfach eine sanfte und warme Art ist, Leuten zu helfen, mit wenig Betonung auf Struktur. Manche haben das Gefühl, dass es das ist, was sie schon machen, wenn sie Menschen mit besonderen Bedürfnissen versorgen. Schlussendlich glauben die meisten von uns, dass wir nette und freundliche Leute sind, die das Beste für diejenigen tun, die wir versorgen.

All diese Ansichten haben eine gewisse Gültigkeit, aber sie sind nicht vollständig. In diesem Artikel möchten wir in einfachen Worten erklären, was Gentle Teaching ist, was die zugrundeliegenden Themen von Gentle Teaching sind, wem Gentle Teaching nutzt und was das Arbeiten mit Gentle Teaching für Helfer bedeutet. In diesem kurzen Artikel ist es nicht möglich, alles über Gentle Teaching darzulegen, aber wir hoffen, dass es ihnen genug Einblick verschafft, um sie dazu zu inspirieren, mehr über Gentle Teaching zu lesen und damit zu beginnen, es in ihr tägliches Leben als Eltern, Freund oder Helfer anzuwenden.

Companionship

Ein Jeder hat das Bedürfnis nach Sicherheit und Liebe, und ein jeder möchte anderen gegenüber Gefühle von Liebe ausdrücken, um sich mit anderen verbunden zu fühlen. In unserem Leben geht es ebenso sehr darum, dieses Bedürfnis zu erfüllen, wie, sagen wir, das Bedürfnis nach Nahrung und Unterkunft. Dies gilt für Kinder, Erwachsene, Alte, Menschen in

Pflege, Menschen in armen Ländern, Menschen mit der Behinderung einer chronischen Krankheit, Obdachlose, Menschen mit Alzheimer, Menschen im Gefängnis usw. Jeder Mensch sehnt sich danach, Beziehungen mit anderen zu haben: Beziehungen, in denen er oder sie sich sicher, geliebt, liebend und angenommen fühlt. Natürlich haben wir diese Art von tiefer Beziehung nicht mit jedem Menschen, dem wir begegnen, es ist genug, wenn wir eine Anzahl von Personen in unserem täglichen Leben haben, mit denen wir uns verbunden fühlen.

Die Gefühle, die mit einer solchen Beziehung einhergehen, nennen wir Gefühl der Companionship, eines Wort welches aus dem lateinischen 'com' und 'panis' kommt, was 'zusammen' und 'Brot' bedeutet. Wörtlich wäre hier also 'das Brot teilen' gemeint. Metaphorisch bedeutet es „das Leben miteinander teilen“.

Das Gefühl der Companionship bezieht sich also auf eine besondere Beziehung, die bedingungslos ist und aus vier Elementen besteht:

1. Sich sicher zusammen fühlen
2. Sich vom anderen geliebt fühlen
3. Sich dem anderen gegenüber liebend zugeneigt fühlen
4. Sich mit einander verbunden fühlen

Sich geliebt und liebend zugeneigt fühlen

Wenn wir über sich geliebt und einander liebend zugeneigt fühlen sprechen, dann meinen wir damit nicht die Art von Liebe zwischen zwei Partnern, die zusammen leben und eine sexuelle Beziehung haben. Wir meinen die mehr spirituelle Liebe, die auf unserem menschlichen Dasein beruht. Wir alle haben das Bedürfnis nach dieser Art von Liebe, aber wir haben auch die Kraft, diese Liebe zu geben. Vielleicht könnten wir es mit der Liebe vergleichen, die Eltern für ihre Kinder haben: diese Liebe ist einfach da, egal, was das Kind tut. Und das Kind weiß tief innen, dass diese Liebe immer da sein wird. Deswegen sagen wir, dass das Gefühl von Companionship bedingungslos ist. Es hängt nicht vom Verhalten einer Person ab.

Ein natürlicher Prozess

Die meisten Leute kennen dieses Gefühl von Companionship und sie erfahren es genügend, um davon im täglichen Leben getragen zu werden. Wenn alles gut geht, entwickelt sich dieses Gefühl in der frühen Kindheit in der Beziehung zwischen Eltern und Kind. Mühelos lernt das Kind, dass es sich bei den Eltern sicher fühlen kann, und dass die Eltern es lieben. Das Kind lernt auch, Gefühle der Liebe mitzuteilen: es lernt, zu lächeln, Küsschen zu geben, zu umarmen usw. Das Kind lernt auch, sich verbunden zu fühlen. Dabei wird ihm von den Eltern geholfen, es beobachtet, was die Eltern tun und versucht, es ihnen nach zu tun, denn es fühlt, dass was die Eltern tun, ist gut. Wir kennen diese Phase in der Kindesentwicklung als Bindungsphase. Wenn das Kind eine 'normale' Bindungsphase erfahren hat, hat es nicht nur Vertrauen in andere entwickelt, sondern auch ein Vertrauen darin, wer es ist. Das gibt dann eine starke Grundlage für weitere Entwicklung. Wenn es im frühen Leben keine traumatischen Erfahrungen gibt, wird diese Grundlage sich weiter verfestigen und das Kind

oder der / die Erwachsene wird sich auf andere Menschen beziehen können *und* Gefühle der Companionship mit ihnen teilen.

Nicht jeder hat dieses Glück im Leben. Für einige Kinder ist die Beziehung zu ihren Eltern von Geburt oder den ersten Tagen nach der Geburt an gestört. Dies mag aufgrund einer Behinderung oder einer Störung geschehen, mit der das Kind geboren wird oder durch eine traumatische Erfahrung kurz nach der Geburt. Es mag auch andere bestimmte Umstände geben, die die Bindung behindern (z. B. wenn die Eltern Drogen- oder Alkoholabhängig sind usw.) Wenn während der ersten Lebensjahre das Gefühl der Companionship nicht entwickelt wird, ist das Kind vielleicht nie dazu imstande, dieses Gefühl auf natürliche Art zu erfahren.

Wenn die Kindheit gut war und das Kind sich wirklich mit seinen Eltern verbunden gefühlt hat, ist das andererseits keine Garantie dafür, dass das Gefühl von Companionship auch im späteren Leben bleibt. Aus verschiedenen Gründen, wie traumatischen Erfahrungen mit anderen durch sexuellen oder körperlichen Missbrauch, Gehirnschaden, psychiatrische Erkrankungen wie Schizophrenie oder dauernde Abweisung aufgrund von Drogengebrauch usw., kann das Gefühl der Companionship verloren gehen, ebenso wie die Möglichkeit, es auf natürlichem Weg wieder zu gewinnen.

Der Teufelskreis

Menschen, die das Gefühl der Companionship nicht kennen, leben in einer emotional isolierten und oft unsicheren Welt. Sie sind nicht mit anderen verbunden, denen sie vertrauen können und von denen sie lernen können, und doch müssen sie ihren Weg im Leben finden. Wenn sie dies auf eine Art und Weise tun, die von den Menschen in ihrer Umgebung nicht getragen wird, fühlen sie sich noch mehr abgewiesen und ihr Gefühl des Isoliert seins verschärft sich. Schließlich kann das zu bestimmten Formen von Verarbeitungsmustern wie Schreien, körperlicher Aggression, selbst-verletzendem Verhalten, stereotypem Verhalten und dem Vermeiden von Kontakt mit anderen führen.

Unglücklicherweise haben viele von uns gelernt, den äußeren Erscheinungen mehr Aufmerksamkeit zu schenken und nicht so sehr dem, was unter der Oberfläche liegt. Dies gilt für viele Aspekte unseres Lebens und auch für unsere eigene Beziehung. Wenn wir sehen, dass jemand viel Aufmerksamkeit fordert, dann bezeichnen wir dieses Verhalten als „Aufmerksamkeit suchen“. Wir sehen oft nicht das Bedürfnis dieses Menschen, sich sicher und geliebt zu fühlen. Wenn wir jemanden sehen, der oder die sich mittels Aggression ausdrückt, dann sagen wir, dass er oder sie andere verletzen will und wir sehen nicht die Angst, die die Ursache für diese Aggression sein mag. Es gibt viele weitere Beispiele, wo wir Menschen über ihres äußeren Verhaltens beurteilen anstatt darüber, wer sie wirklich sind und wie sie sich im Leben fühlen. Unsere Urteile bestimmen unsere Reaktionen ihnen gegenüber und manchmal enden wir in einem Teufelskreis, der die Person weiter und weiter weg von uns treibt.

Eine andere Perspektive

Gentle Teaching gibt uns eine andere Perspektive/ auf unsere Interaktion mit anderen. Mit sanfter Lehre wollen wir einen Prozess in Gang setzen, der die Flut von Interaktionen, die zu Trennung und Isolation führen, hemmt. Wir möchten dem Menschen buchstäblich wieder beibringen, sich sicher und geliebt zu fühlen, sich uns liebend zugeneigt zu fühlen und sich

angenommen und verbunden zu fühlen: wir möchten ihm das Gefühl von Companionship lehren.

So kann Gentle Teaching als „einem Menschen das Gefühl von Companionship lehren“ gesehen werden. Die Hilfsmittel, die wir dabei benutzen, sind die Hilfsmittel, die wir immer in unserer Kommunikation mit anderen benutzen: unsere Berührung, unsere Augen, unsere Worte und unsere Präsenz. Es ist sehr wichtig, dass wir diese Kommunikationsmittel auf nicht-dominierende Art und Weise benutzen. Das bedeutet, dass egal was die Person tut, wir sie nicht anschreien, nicht packen, nicht wütend schauen oder unsere Anwesenheit dazu benutzen, um ihr unsere Pläne aufzudrängen. Dies ist dahingehend schwierig, dass es nicht damit getan ist, dass wir einfach nur nicht dominierend sein wollen. Die andere Person darf unsere Handlung auch nicht als dominierend wahrnehmen. Bei aller guten Absicht können wir doch noch dominierend in den Augen der anderen Person erscheinen, da er oder sie Erfahrungen des zurückgewiesen werdens, des nicht verstanden werdens, des beschimpft und missbraucht werdens im Leben gemacht hat. Die andere Person sieht unser Verhalten aus der Sicht ihrer Erfahrungen im Leben und nicht aus der Perspektive unserer Absichten.

Innere Haltung und Methode

Gentle Teaching ist ebenso eine innere Haltung wie eine Methode. Es ist eine innere Haltung, die sich entwickelt, wenn wir mehr Erfahrung darin sammeln, die Prinzipien der sanften Lehre in unser tägliches Leben und unseren täglichen Interaktionen mit den Menschen, die wir versorgen, anwenden. Wir lernen, nicht einfach nur auf das Verhalten der Person zu schauen, sondern darauf, wer sie ist und wie sie sich fühlt und wir bemühen uns kontinuierlich darum, dass sie sich sicher und geliebt von uns fühlt. In normalen Eltern-Kind-Beziehungen geschieht das instinktiv und spontan. In der Pflege-Situation müssen wir es etwas bewusster einbringen. Wir müssen uns dauernd der Tatsache bewusst sein, dass jede, selbst die kürzeste Interaktion mit der anderen Person ein Moment ist, in dem er oder sie etwas von uns lernen kann. Wenn er oder sie uns als liebend und mit ihnen verbunden wahrnimmt, dann werden sie mehr lernen über das Gefühl der Companionship – wenn er oder sie fühlt, dass wir dominierend oder zurückweisend sind, wird er oder sie lernen, sich weiter von uns abzuwenden. Das ist so einfach, wie es sich anhört.

Andere werden das Gefühl der Companionship mit uns lernen, wenn wir die Prinzipien der sanften Lehre in unserer täglichen inneren Haltung verkörpern. Es gibt jedoch Menschen, die so emotional isoliert und verängstigt sind, dass sie intensivere Lernerfahrungen brauchen. Hier wenden wir Gentle Teaching intensiver als eine Methode an. Das bedeutet, dass wir extra Sitzungen machen, während denen wir dem Menschen intensiver zeigen können, dass er oder sie sich sicher, geliebt, liebend zugeneigt und mit uns verbunden fühlen kann. Diese Momente des intensiven lernens können geplant werden und wir können eine besondere Umgebung dafür aussuchen, aber es ist auch möglich, diese Sitzungen in unseren täglichen Kontakten mit der Person zu integrieren. Zum Beispiel, wenn wir die Person morgens aufwecken, können wir ein bisschen mehr Zeit mit ihm oder ihr verbringen und Gefühle der Sicherheit und des geliebt werdens vermitteln, wenn man den Tag beginnt. Wenn die Person von ihrer Arbeit oder täglichen Aktivität zurückkommt, können wir uns Zeit nehmen, um ihre Geschichte des Tages zu hören und uns wirklich mit ihr verbinden.

Die Psychologie der wechselseitigen Abhängigkeit

Gentle Teaching ist mehr als nur eine Art, Menschen mit besonderen Bedürfnissen zu pflegen. Es ist der Ausdruck eines Porträts des Menschen (der Menschheit), in welchem ein zentraler Gedanke ist, dass jeder Mensch sich zutiefst nach dem Gefühl von Companionship sehnt und dass Menschen, die wirklich miteinander verbunden sind, starke Gemeinschaften mit gemeinsamen Werten bilden, in denen sie ihr Verständnis des Menschseins entwickeln können. Diese Vision der Menschheit wird von John McGee aus den USA als eine Psychologie der wechselseitigen Abhängigkeit beschrieben.

McGee arbeitete viele Jahre lang in den Slums von Brasilien mit Menschen, die die Ärmsten der Armen waren, Menschen, die isoliert waren vom Rest der Gesellschaft. Dort fand er tiefe und warme Beziehungen zwischen den Menschen und eine starke Gemeinschaft von Menschen, die ihr Leben bedingungslos miteinander teilten und sich gegenseitig bedingungslos halfen. Er sah auch, dass wenn wir wirklich den Menschen in der Dritten Welt helfen wollen, wir Beziehungen und Gemeinschaften aufbauen müssen, die auf Gleichheit beruhen und das Potential der Länder und der Menschen selbst nutzen. Werte und „Lösungen“ von westlichen Gesellschaften zu exportieren hilft diesen Menschen nicht, „ihr volles Potential zu entwickeln

Zurück in den USA betrat McGee die Berufswelt der Pflege von geistig zurückgebliebenen Menschen. In diesem Beruf wurde er mit Gewalt und einer dominierenden Herangehensweise konfrontiert, die darauf abzielt, Menschen zu kontrollieren, anstatt ihr Potential zu fördern. Um dies zu verändern, fühlte sich McGee herausgefordert, seine Erfahrungen von Brasilien in einen Ansatz zur Pflege von Menschen mit : „Verhaltensproblemen“ umzusetzen. In den frühen Tagen konzentrierte sich Gentle Teaching hauptsächlich auf die Hilfe für geistig zurückgebliebene und Menschen mit schweren Verhaltensproblemen. Später entwickelte sich Gentle Teaching in eine Art der Pflege für Leute mit besonderen Bedürfnissen und auch für „normale“ Menschen und Kinder in Regelschulen. Die Psychologie der wechselseitigen Abhängigkeit und Gentle Teaching sind auf jeden anwendbar.

Wechselseitige Abhängigkeit

Es ist einen Versuch wert, sich den Begriff „wechselseitige Abhängigkeit“ einmal genauer anzuschauen. Wir denken einfach, dass wir unabhängige Individuen sind: „wir sind, wer wir sind, unabhängig von den Menschen um uns herum.“ In der Pflege wird im allgemeinen als sehr wichtig angesehen, die „Unabhängigkeit“ der Klienten zu fördern.

Es ist jedoch falsch zu glauben, dass ein Mensch sich unabhängig von anderen entwickeln kann. Ein jeder ist mehr oder weniger von anderen abhängig. Wenn wir uns das auf einer funktionalen Ebene anschauen, dann sehen wir, dass jeder Mensch manchmal die Unterstützung von anderen braucht: als Kind von den Eltern, als Erwachsene von Freunden, beim älter werden von den Kindern oder von Pflegern, wenn wir krank werden. Jeder braucht die Hilfe von anderen, niemand ist unabhängig. Völlige Unabhängigkeit ist eine Fehlwahrnehmung. Man kann sich nur als Mensch in Beziehung zu anderen entwickeln, denn mit anderen verbunden zu sein ist das Wesen des Mensch seins. Wir entwickeln uns, indem wir von anderen Leuten lernen – besonders jenen, mit denen wir eine starke Verbindung haben. Die Art, wie wir uns wahrnehmen, hängt davon ab, wie wir andere sehen und wie wir glauben, dass uns die anderen sehen. Unser Selbst-Bild entsteht hauptsächlich aus Beziehungen mit anderen.

Nur in einer gleichberechtigten Beziehung wird eine Person sich als Mensch entwickeln können. Dies gilt für alle Beziehungen, einschließlich denen zwischen Pfleger und jenen, die gepflegt werden.

Außerdem wird ein Pfleger nicht sein eigenes Gefühl der Menschlichkeit entwickeln, wenn er oder sie sich nicht wirklich auf den Klienten bezieht. Also sind sowohl Pfleger als auch derjenige, der gepflegt wird, für ihre menschliche Entwicklung voneinander abhängig. Wenn es keine wechselseitige Abhängigkeit auf der absoluten Ebene gibt, ist das unabhängig sein auf der funktionalen Ebene für den Klienten bedeutungslos: es konzentriert sich lediglich aufs *Überleben* und nicht aufs *Leben*.

Professionell sein

Es stellt sich oft die Frage, ob es professionell angemessen ist, sich persönlich mit einem Klienten einzulassen. Es wird von uns erwartet, kluge Entscheidungen zu treffen, die auf Beobachtung und Wissen beruhen und nicht auf Emotionen. Pflege ist unser Beruf und wir sollten „unsere Arbeit nach Hause bringen“. Wir glauben, dass es professionell ist, einem Klienten das zu geben, was er oder sie braucht. Wenn er oder sie es braucht, sich geliebt und liebevoll zu fühlen und sich angenommen und mit uns verbunden zu fühlen, dann ist es professionell, das zu geben. Es ist nicht professionell, vor diesen Bedürfnissen zurückzuschrecken und zu denken, dass das nicht Teil unserer Arbeit ist. Es ist professionell, den Kontakt mit einem Menschen abzuschließen, bevor wir am Ende des Tages nach Hause gehen. Für den Menschen bedeutet das, dass wir ihm oder ihr sagen, dass wir gehen und wann wir wieder kommen, so dass wir nicht einfach verschwinden. Für uns selbst bedeutet einen Kontakt abschließen, dass wir angemessen mit unseren Emotionen fertig werden, bevor wir die Arbeit verlassen. Wir können das tun, indem wir uns ein bisschen Zeit für uns nehmen, uns vollständig unserer Emotionen gewahr werden und sie ruhig los lassen. Vielleicht brauchen wir auch das Gespräch mit einem Kollegen oder dem Heimleiter.

Es ist eine Illusion zu glauben, dass wenn wir uns nicht mit den Klienten einlassen, es auch keine Emotionen in uns aufwühlt. Jeder Kontakt ruft Emotionen hervor und wenn wir uns dessen nicht bewusst sind und wenn wir nicht wirklich damit umgehen, werden diese Emotionen früher oder später ihr Tribut fordern. Dies gilt insbesondere dann, wenn es bei der Arbeit viele intensive Interaktionen gibt.

Gentle Teaching in institutionellen Einrichtungen

Eine weitere Frage, die oft gestellt wird, ist, ob Gentle Teaching in institutionellen Einrichtungen angewendet werden kann. Pflege für bedürftige Menschen wird in den meisten Ländern in institutionellen Einrichtungen verschiedener Art organisiert. Zu diesen gehören große „traditionelle“ Einrichtungen, Pflegeheime usw. Eine wachsende Zahl von Menschen wird in Heimen in Gruppen von 4 - 12 Personen gepflegt, wo der Personalwechsel typischerweise sehr stark ist.

Normalerweise wäre es die wünschenswerteste Situation für Menschen mit besonderen Bedürfnissen, in familienähnlichen Heimen zu leben, mit fürsorglichen und liebenden Menschen um sie herum, die sie zu unterstützen. Dies würde auch die optimalen Bedingungen für Gentle Teaching gewähren. Die Realität ist jedoch, dass die meisten Menschen mit besonderen Bedürfnissen nicht in solchen Umgebungen leben. Sei es, dass die Eltern nicht mehr dazu imstande sind, sich um ihr behindertes Kind zu kümmern, oder dass das Kind

seinerseits entscheidet, die Eltern zu verlassen. Es kann sein, dass eine solche Umgebung für die Person zu komplex und gefährlich wird, um in ihr zu leben. Für die meisten Menschen mit besonderen Bedürfnissen gibt es nicht genug Mittel, um familienähnliche Unterstützung zu schaffen. Tatsache ist, dass die meisten von ihnen in Gruppen leben und oft sind diese Gruppen zu groß. Es ist auch eine Tatsache, dass die meisten dieser Menschen nicht das Gefühl der Companionship haben. Dies ist jedoch etwas, das wir beginnen können zu ändern, trotz der oft extrem rauen Umgebung. Wenn wir nichts tun, helfen wir diesen Menschen überhaupt nicht.

Es ist wichtig, dass wenn wir Companionship entwickeln, dass wir uns voll der umgebenden Bedingungen bewusst sind. Wir tun so viel, wie wir können und das Wichtigste ist, dass wir versuchen, mehr Menschen in das Gefühl der Companionship mit einer individuellen Person einzubringen: wir beziehen alle Pfleger, die Heiminsassen, Eltern, ehrenamtliche Helfer usw. mit ein. Auf diese Art und Weise schaffen wir einen Kreis von Kameraden, so dass die Person nicht auf dem trockenen sitzen gelassen wird, wenn andere Pfleger gehen.

Lebensqualität: jeder will glücklich sein

Wie wichtig auch das Gefühl der Companionship ist, ist es doch auch nicht alles im Leben. Um glücklich zu sein brauchen wir mehr als Kameraden. Es gibt mehr, das unsere Lebensqualität ausmacht und es ist wichtig, dass wir innerhalb der sanften Lehre auch diesen Aspekten Aufmerksamkeit schenken. Wenn wir ein starkes Gefühl der Companionship mit einem Menschen aufgebaut haben, können wir diesen Menschen auch darin unterstützen, eine gute Lebensqualität zu verwirklichen.

Lebensqualität hat nichts mit allgemeinen Standards der Gesellschaft zu tun, sondern mehr mit persönlichen Gefühlen und Erwartungen darüber, was uns glücklich macht. So könnte man sagen, dass ein/e jede/r seinen/ihren eigenen persönlichen Standard hat. Um die Lebensqualität eines Menschen zu unterstützen, müssen wir herausfinden, was diesem Menschen im Leben wichtig ist – was ihn/sie glücklich macht – und wie wir das unterstützen können.

Um diese Idee für Pfleger fassbarer zu machen, können wir ein Modell benutzen, in welchem Lebensqualität durch acht Werte bestimmt wird, die den etwas konkreteren Wünschen und Sehnsüchten zugrundeliegen, die wir alle haben, wenn wir darüber nachdenken, was uns im Leben glücklich macht.

Grundlegende Werte der Lebensqualität

Unter die konkrete individuelle Wünsche sind allgemeine grundlegenden Werte:

1. ein gutes Körpergefühl haben
2. ein positives Selbstbild haben
3. sich sicher fühlen
4. sich geliebt fühlen und liebevoll sein
5. sich verbunden fühlen
6. Struktur und Träume im Leben haben
7. bedeutungsvolle tägliche Aktivitäten haben
8. innere Zufriedenheit erleben

Bei allem was wir tun, versuchen wir uns gut bezüglich dieser grundlegenden Werte zu fühlen. Wir möchten uns gut bezüglich jedes einzelnen dieser Werte fühlen, aber auch bezüglich aller acht zusammen. Und wenn wir uns gut bezüglich aller acht fühlen, dann sagen wir, dass wir eine gute Lebensqualität haben – wenn die Summe von allen nicht gut ist, dann erleben wir keine gute Lebensqualität.

Nicht jeder grundlegende Wert ist gleich wichtig, und es gibt auch keine strenge Hierarchie von Wichtigkeit, die für alle von uns gilt. Ein jede/r hat seine/ihre eigene Hierarchie von Wichtigkeit, entsprechend persönlicher Lebenserfahrung oder den Umständen, in denen er oder sie lebt. Diese Hierarchie ändert sich auch im Laufe des Lebens, einfach nur durch das älter werden oder wegen Ereignissen wie Krankheit, Verlust von geliebten Menschen, Verlust der Arbeit usw.

Von grundlegenden Werten zu Wünschen

Die Entscheidungen, die wir im Leben treffen und unser tägliches Verhalten beruhen darauf, dass wir uns gut bezüglich jeder der acht grundlegenden Werte fühlen möchten. Wir müssen über konkretere Wünsche und Bedürfnisse nachdenken, die uns helfen, diese grundlegenden Werte auszudrücken:

Ein gutes Körpergefühl haben: fit und gesund sein, gesund ernährt sein, gut gekleidet sein, das Gefühl, dass unser Körper schön ist, nicht von einer körperlichen Behinderung eingeschränkt sein.

Ein positives Selbstbild haben: stolz auf das sein, was wir erreichen, Aufmerksamkeit und Komplimente bekommen, sich respektiert fühlen, dazu imstande sein, unsere eigenen Entscheidungen im Leben zu treffen, persönlichen Besitz zu haben, als ein Individuum angesehen zu werden.

Sich sicher fühlen: keine Angst vor den Menschen haben zu müssen, mit denen wir leben, Menschen haben, die uns schützen, keine Angst vor Gewalt haben, gefährliche Orte oder Ereignisse vermeiden können.

Sich geliebt und liebevoll fühlen: das Gefühl von Companionship haben, liebende Eltern haben, liebevolle Geschwister haben, einen Lebenspartner haben, Kinder haben.

Sich verbunden fühlen: sich Teil fühlen vom Umwelt, Freunden haben, nicht aus der Gesellschaft ausgeschlossen sein, an Feiern und anderen Ereignissen teilnehmen können, Mitglied im Verein sein, einkaufen gehen zu können wie andere.

Struktur und Träume im Leben haben: vorhersagen zu können, was als nächstes geschieht, einen Lebensplan haben, zu wissen, was man von anderen Menschen erwarten kann, die eigenen Rituale haben können, spirituellen / religiösen Glauben zu haben.

Bedeutungsvolle tägliche Aktivitäten zu haben: Arbeit zu haben, die wir gerne tun, Arbeit zu haben, die in unseren Lebensplan passt, ehrenamtliche Aktivitäten, zur Schule gehen.

Innere Zufriedenheit erleben: Selbstvertrauen haben, unsere Emotionen ausdrücken können, mit Enttäuschungen umgehen können, keine Traumata haben, keine psychiatrischen Erkrankungen haben.

Die meisten fühlen sich im allgemeinen wohl mit ihrer Lebensqualität und den acht grundlegenden Werten. Wir haben auch viele Wege entwickelt, wie wir auf sozial akzeptierte Weise das Erreichen können, was wir wollen. Zeitweise fühlen sich vielleicht ein oder zwei der grundlegenden Werte weniger positiv oder sogar negativ an, aber wir zweifeln nicht, da es normalerweise noch genug auf der positiven Seite gibt, um diese negativen Gefühle wett zu machen. Wir können auch neue Wege finden, um unseren Wunsch, glücklich zu sein zu erfüllen, wenn die alten Wege nicht mehr funktionieren.

Es gibt viele Menschen, für die das Leben nicht ganz so einfach ist. Wenn ein Mensch aufgrund einer Behinderung oder seiner/ihrer Lebensumstände kein ausgewogenes Ausdrucksmuster der grundlegenden Werte entwickeln konnte, ist es sehr wahrscheinlich, dass er oder sie sich im Alltag mit Gefühlen der Verzweiflung und des Nicht-verbunden-fühlens herumschlagen muss. Dieser Mensch greift vielleicht auf unangemessenes Verhalten zurück aufgrund seiner Suche nach Erfüllung und Bedeutung im Leben. Wenn zum Beispiel ein Mensch nicht die Aufmerksamkeit bekommt, die er braucht, wird er auf irgendetwas zurückgreifen, um sie zu bekommen: schreien, Sachen auf den Boden werfen oder andere schlagen. Meistens wird die Reaktion der anderen wahrscheinlich die sein, dass sie versuchen werden, das Verhalten dieses Menschen zu ignorieren oder sein Verhalten zu bestrafen. Strafe mag Anpassung forcieren, aber sie befriedigt nicht das Bedürfnis, sich sicher und geliebt zu fühlen. In solchen Momenten wird das Bedürfnis dieses Menschen nach positiver Aufmerksamkeit noch akuter. Als Ergebnis entwickelt dieser Mensch oft anwachsende Schichten von unangemessenem Verhalten um zu bekommen, was sie wollen. Sie kennen einfach keinen anderen Weg, um mit den anderen in ihrer Umgebung in Beziehung zu treten.

Lebensqualität unterstützen

In der sanften Lehre sprechen wir nicht von „unangemessenem“ Verhalten. Wir sehen das Verhalten als einen Versuch dieses Menschen, glücklich zu sein, sich gut bezüglich eines oder mehrerer der grundlegenden Werte der Lebensqualität zu fühlen. Wenn ein Verhalten uns zu schaffen macht, dann lösen wir das Problem nicht, indem wir uns auf das Verhalten konzentrieren, sondern wir versuchen der Person zu helfen, indem wir ihre Lebensqualität fördern. Wir sehen das Bedürfnis, glücklich zu sein als völlig gerechtfertigt. Natürlich erkennen wir auch an, dass es traurig ist, dass dieser Mensch keinen anderen Weg findet, um seine / ihre Bedürfnisse zu befriedigen.

In unserer Arbeit begegnen wir vielleicht vielen Menschen mit sehr niedriger Lebensqualität. Sie haben Wünsche, die sie unmöglich auf sozial akzeptable Art und Weise erfüllen können. Wir können ihnen helfen, indem wir ihnen etwas von dem geben, was sie brauchen. Wir können das tun, ohne dominierend zu sein, ohne strafend zu sein, ohne disziplinarisch zu sein. Wir schauen uns nur die Bedürfnisse, Begabungen und anderen Qualitäten der Person an und helfen ihr, sie zu nutzen und sich alle Möglichkeiten, die Umgebung bietet, zu nutzen zu machen.

Ist Gentle Teaching ein Allheilmittel?

Gentle Teaching wird einen Riesenunterschied im Leben aller betroffenen machen, egal welche besonderen Bedürfnisse sie haben. Dies bedeutet jedoch nicht, dass Gentle Teaching die Lösung für alle Probleme ist. Wir können einem Menschen, der halluziniert, die Erfahrung von Companionship vermitteln und ihn sich sicher fühlen lassen, und dass egal was er tut, wir

ihn bedingungslos lieben und unterstützen. Wir können ihm vielleicht auch während seiner Halluzinationen helfen, mit uns und der Realität in Kontakt zu bleiben, aber wir können seine Halluzinationen nicht stoppen. Das gleiche gilt für autistische Menschen. Ein Mensch mit Autismus braucht das Gefühl von Companionship, aber er braucht auch das Gefühl, dass sein Leben vorhersehbar ist und das alles und jedes an seinem Platz sind. So wie der Mensch, der halluziniert Medikamente zusammen mit dem Gefühl von Companionship braucht, so braucht auch die Person mit Autismus Companionship und eine unterstützende Struktur. Gentle Teaching gibt eine starke Grundlage im Leben, aber löst nicht alle Probleme. Wenn wir also mit Menschen mit besonderen Bedürfnissen zu tun haben, wie Autismus, Schizophrenie, ADHD usw., dann kombinieren wir Gentle Teaching mit einem spezifischeren Ansatz, der auf die jeweiligen besonderen Bedürfnisse zurechtgeschnitten ist. Mit sanfter Lehre zu arbeiten schließt das heranziehen von anderen Vorgehensweisen nicht aus. Im Gegenteil, eins plus eins kann drei machen!

Können wir das und wollen wir es?

Nach dem Lesen dieses Artikels fragen Sie sich vielleicht: Will ich das und kann ich das? Will ich liebevoll mit den Menschen umgehen, die ich versorge, einschließlich jener, die ich nicht mag und vor denen ich Angst habe? Wie kann ich aufrichtig sein und liebevoll, wenn ich ihn /sie nicht mag? Manche Leute mögen wir eben mehr als andere, ist das nicht natürlich?

Diese Fragen sind sehr vernünftig und es ist gut, sie sich zu stellen und sie mit anderen zu diskutieren. Die Antworten auf die folgenden Fragen bestimmen, ob wir sanft Lehre in unserer Arbeit benutzen können und wollen:

1. Sind wir motiviert?
2. Ist sie geeignet für uns?
3. Sind wir geschickt genug, um es zu tun?

Sind wir motiviert?

Die Motivation, Gentle Teaching zu benutzen, kommt aus unserer Überzeugung, dass sich ein jeder nach dem Gefühl der Companionship sehnt. Wenn wir also sehen, dass die Menschen, die wir bei unserer Arbeit versorgen, das Gefühl von Companionship nicht kennen oder wenn wir sehen, dass dieses Gefühl nicht stark genug ist, dann sollten wir motiviert sein, zu helfen. Es wäre doch seltsam, wenn wir als Pfleger sehen würden, dass ein solch wesentlicher Bestandteil im Leben eines Menschen fehlt und nichts unternehmen würden, um diesen Mangel zu beheben?

Ist sie geeignet für uns?

Wenn wir die richtige Motivation haben, stellt sich uns vielleicht die Frage, ob die Gentle Teaching geeignet für uns ist. Können wir jedem Liebe geben, der sie von uns braucht? Können wir unseren Widerstand gegen eine Person oder unsere Angst vor ihr überwinden?

Hier kommen wir zu einem der wesentlichen Themen der sanften Lehre. Das heißt, dass es bei sanfter Lehre nicht darum geht, den anderen zu ändern, sondern sich gemeinsam zu ändern. Wir müssen uns beide ändern, um ein Gefühl der Companionship zu entwickeln, und

da ich, der Pfleger die besten Mittel dazu habe, bin ich es, der diesen Prozess der wechselseitigen Veränderung in Gang setzen muss. Also muss ich, der Pfleger die Hindernisse identifizieren und wie sie überwunden werden können. Oft finden wir Lösungen allein dadurch, dass wir einfach nur die Hindernisse genauer untersuchen. Manchmal entdecken wir, dass das, was wir als wichtig betrachtet haben, es gar nicht mehr ist. Ein übliches Hindernis ist, dass Pfleger oft Vorstellungen darüber haben, wie sich die Person benehmen sollte, dass er oder sie es doch besser wissen müsste und sich entsprechend unserer Regeln und Werte verhalten. Pfleger müssen sich die Person genau anschauen und sich klar machen, dass er / sie emotional nicht dazu in der Lage ist, all dem zu entsprechen. Manche meinen vielleicht, dass der / die betreffende für ihr schlechtes Verhalten bestraft werden sollte, jedoch zeigt die Akte dieser Person vielleicht, das sie schon seit vielen Jahren für dieses Verhalten bestraft worden ist, ohne dass es sich geändert hätte.

Hindernisse ausmachen und sie beseitigen ist eine Stufe. Eine weitere Stufe ist, uns selbst etwas genauer anzuschauen. Wer sind wir wirklich? Wir denken vielleicht zu wissen, wer wir sind, dadurch dass wir sehen, wie wir handeln. Oft vergessen wir jedoch, dass unsere Art zu handeln nur eine Art ist, mit den Ereignissen des Lebens umzugehen und hauptsächlich von unserem Selbsterhaltungstrieb bestimmt wird. Hinter diesem Schutzschild ist unser wirkliches Selbst, welches eine enorme Kraft zum Liebe geben hat. Wir können uns diese Kraft zu nutzen machen, wenn wir unser Schutzschild öffnen. Es ist unnötig, Angst davor zu haben, uns anderen gegenüber zu öffnen, um ihnen unsere Liebe zu geben, wir können es alle – es ist das, was uns menschlich macht.

Sind wir geschickt genug?

Die richtige Motivation und Vertrauen in die eigene Kraft der Liebe zu haben, ist sehr wichtig, aber wir brauchen auch etwas Geschick: Geschick zu beobachten, Geschick, um sowohl die eigenen Ängste und Widerstände als auch die der Klienten zu sehen und zu überwinden. In Situationen, wo Gentle Teaching explizit als Methode mit Menschen, die extrem isoliert und ängstlich sind benutzt wird, ist es wichtig, geschickt mit unseren Hilfsmitteln umzugehen: unseren Händen, unseren Worten, unseren Augen und unsere Gegenwart. Wir können alle lernen, unsere Hilfsmittel effektiver einzusetzen.

Wesentliche Bedingungen?

Es gibt Pfleger, die Gentle Teaching in extremen Bedingungen, die alles andere als ideal sind umsetzen. Sie tun dies in einer Umgebung, wo sie unter ihren Kollegen keine Unterstützung für diese Entscheidung finden. Idealerweise sollte jedoch ein ganzes Team von Pflegern sich dazu entscheiden, Gentle Teaching einzusetzen und die Team-Mitglieder sollten einander unterstützen und sich Rückmeldungen geben, damit sie sich in ihrem sanften Ansatz weiterentwickeln können. Es wäre auch gut, wenn die Struktur und Kultur der Organisation Gentle Teaching unterstützen würde. Dies bedeutet, dass gute Manager und Psychologen das Team unterstützen. Es bedeutet, dass das Team die Freiheit und die Mittel hat, um ihre eigene Vorgehensweise anzuwenden und das auch ohne Behinderung durch Bürokratie, einengende Regeln und Protokoll tun können. Es bedeutet auch, dass die Umgebung die Pfleger unterstützt und dass die Pfleger auch spüren, dass sie als wichtige Individuen angesehen werden, die sich auf die bedingungslose Unterstützung von der Organisation verlassen können. Auch sie müssen sich sicher und geliebt fühlen, nicht nur in Beziehung mit den Klienten, sondern auch mit Kollegen, Managern und der Personalabteilung der Organisation.

Es ist auch gut, wenn die Leitung dazu bereit ist, in Menschen zu investieren. In Ausbildung und Training von Pflegern zu investieren und in Menschen zu investieren, die besondere und intensivere Pflege und Unterstützung brauchen.

Dies alles sind wichtige Bedingungen, um Gentle Teaching in die Tat umzusetzen, aber die wichtigste Bedingung ist, dass Pfleger sich für ihre Klienten entscheiden und bereit sind, mit ihrem Herzen zu arbeiten.

Für weitere Informationen kontaktieren sie bitte:

Foundation Gentle Teaching Netherlands

Bremmerlaan 3

3431 GV Nieuwegein, Niederlande

Tel. +31 30 2938878 +31 30 2938878

Email: info@gentlelearning.nl

Website: www.gentlelearning.nl

Gentle Teaching International:

Web: www.gentlelearning.com

John McGee:

PO box 24505

Omaha Ne. USA 68124

Email: gimcgee@aol.com