

Interkantonale Stiftung für Gemeindekrankenpflege Wilen/Sarnen

Kurs 98110 vom 27.5.98 über

Strategien im Umgang mit Aggressionen

U.Davatz

I. Einleitung

Aggression ist letztendlich immer eine Selbstverteidigung und muss aus dieser Dynamik heraus verstanden und angegangen werden. Je grösser die Angst, umso expansiver die Aggression.

II. Strategien im Umgang mit Aggressionen der Patienten

1. Ursachenforschung

Herausfinden woher die Angst rührt und was man allenfalls dazu beigetragen hat als Helfer diese Angst auszulösen.

- zu dominant aufgetreten, Hierarchiegefälle
- zu laut, zu hastig geredet, Nervosität ausgestrahlt
- am falschen Ort gelacht, nicht ernst genommen
- zu hart oder heftig angepackt
- zuviel um Angehörige oder Partner gekümmert, zuwenig um den Patienten
- etwas vom Patienten verlangt das ihm Angst macht
- ein Konflikt ist abgelaufen, bevor man zu Besuch kam
- ein innerer Konflikt plötzlich bewusst geworden oder aufgestossen

2. Wahl der Strategie (Rückzug, Dominanz, Umweg)

- Wenn man glaubt zu wissen, was die Angst ausgelöst hat, dieses Verhalten vorerst etwas zurücknehmen.
- Sich nicht sofort auf einen Machtkampf einlassen, sondern etwas zurückweichen.

3. Rückzug ohne Beziehungsabbruch

Entscheiden ob das, was man vom Patienten verlangen möchte, absolut notwendig ist oder nicht, Unwichtiges von Wichtigem trennen, Prioritäten setzen, Erhaltung der Beziehung ist höchste Priorität.

4. Dominanz ohne Bestrafung

Wenn das, was man vom Patienten verlangen möchte, auf Dauer absolut notwendig ist, eine Strategie des sich Durchsetzens wählen, d. h. den Dominanzkampf gewinnen, stärker sein als der Patient. Dabei möglichst viel mentale Kraft mobilisieren und ja keine Ambivalenz und kein schlechtes Gewissen haben. Dabei darf auch Emotionalität in Form von lautstarker und starker Worte verwendet werden. Im Notfall kann auch Verstärkung geholt werden.

5. Umweg ohne das Ziel zu verlieren

Wenn sich das Ziel auf direktem Weg nicht erreichen lässt, einen Umwegsstrategie wählen. Event. sogar mehrere Umwegsstrategien ausprobieren um so die Aggression, d.h. die Verteidigung zu unterwandern.

Eine Umwegsstrategie kann auch der Umweg über andere Bezugspersonen sein, d.h. vertraute Bezugspersonen des Patienten verwenden, um das eigene pflegerische Ziel durchzusetzen (Diplomatie oder diplomatische Manipulation).

- Falls die Aggression durch Angehörige ausgelöst ist, diese entsprechend beraten.
- Wenn die Aggression aus inneren Verantwortungsmustern herauskommt, emphatisch Bezug nehmen auf diese Konflikte. Dadurch wird eine gewisse Verarbeitung gefördert (narrativer Rekonstruktivismus d.h. das Wiedererzählen der Lebensgeschichte)

III. Umgang mit eigenen Aggressionen, Rolle der Erziehung

- Das Auslösen der eigenen Aggressionen hat viel mit der eigenen Erziehung zu tun.
- Aggression wird in der Erziehung auch häufig von Eltern angewandt und zwar immer dann, wenn sie Angst haben, sich und ihre Wertvorstellungen

nicht mehr durchsetzen zu können. Dies trifft hauptsächlich für die Väter zu. Die Mütter verwenden eher Manipulation um sich durchzusetzen.

- Aggressiv wird man dadurch, wenn sich der Patient nicht an die von einem hochgehaltenen Verhaltensregeln oder Wertvorstellungen hält, d.h. gegen die über die Erziehung erlernten Regeln verstösst.
- Diese Auslösung der eigenen Aggression kann über die Angst laufen oder direkt über die Funktion des „den Patienten erziehen müssen“. Ungehorsame Patienten sind für uns ungehorsame Kinder und lösen deshalb Aggressionen in uns aus, wenn wir uns hilflos fühlen.
- Aggression kann in uns Helfern aber auch ausgelöst werden, wenn wir uns allzulange anpassen an den Patienten gegen unseren inneren Willen, wir dadurch ausgebeutet werden und schlussendlich aus Selbstverteidigung heraus aggressiv werden müssen.
- Hier spielt die Erziehung in dem Sinne hinein, dass wir uns von den Wertvorstellungen unserer Eltern loslösen müssen, um in der besagten Situation eine erfolgreiche Strategie zu entwickeln. Diese Ablösung erfolgt über die Gefühlsreihe von: Schuldgefühle, Aggression, Neutralität und Trauer, was dann das Loslassen ermöglicht (an Beispielen demonstrieren).
- Erlaubt man sich diese Gefühle nicht, treten an Stelle von Aggressionen häufig somatische Symptome auf (Beispiel: Hirnschlag von Hr. R.S.)
- Beim Umgang mit den eigenen Aggressionen spielt selbstverständlich auch das Handhaben der Aggressionen in der Erziehung eine Rolle. War es einem als Kind nicht erlaubt, Aggressionen zu haben, kann man als Erwachsener auch schlecht damit umgehen bzw. akzeptiert sie schlecht, verdrängt sie eher ins Somatische!

Als Hausaufgabe:

Was waren die Erziehungsmuster in ihrer Familie? Beobachten und bearbeiten.