

# Empowerment für Betroffene mit AVWS

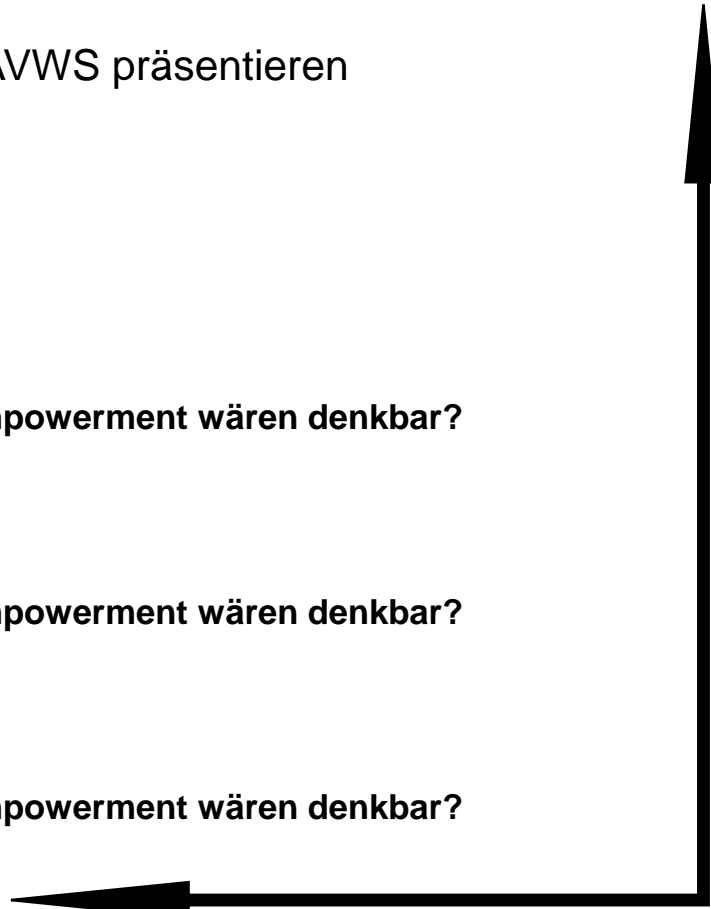
6. Leipziger AVWS-Fachtag, 30.06.2021  
Dr. Oliver T. Zetsche  
Abt. Forschung und Entwicklung, BBW-Leipzig-Gruppe

# Einstieg und Gliederung

**Empowerment** = Selbstermächtigung, Selbstbefähigung → Steigerung der Selbst-Kompetenz

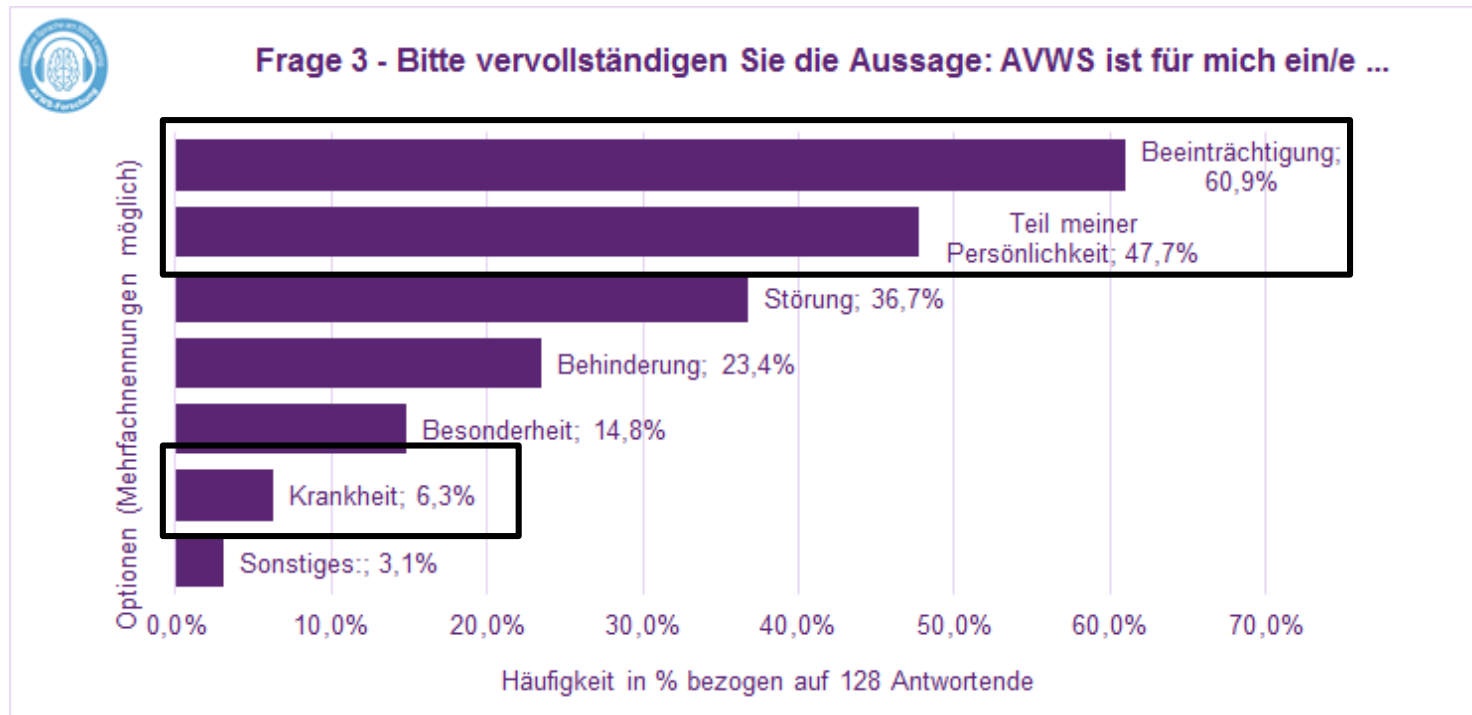
**Ziel des Vortrags:** Empowerment-Check-Liste für AVWS präsentieren

## Gliederungspunkte des Vortrags:

1. Vorstellung des Kohärenz-Konzepts (SOC)
  2. SOC-Komponente „Verstehbarkeit“
    1. Was ist damit gemeint?
    2. Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?
    3. Welche (pädagogischen) Implikationen für das Empowerment wären denkbar?
  3. SOC-Komponente „Handhabbarkeit“
    1. Was ist damit gemeint?
    2. Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?
    3. Welche (pädagogischen) Implikationen für das Empowerment wären denkbar?
  4. SOC-Komponente „Sinnhaftigkeit“
    1. Was ist damit gemeint?
    2. Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?
    3. Welche (pädagogischen) Implikationen für das Empowerment wären denkbar?
  5. Schlussbetrachtung und Ausblick auf A.SH+
    1. Rückführung zum Konzept der Selbstkompetenz
    2. Verweis auf die Empowerment-Plattform A.SH+
- 

# Fokus-Verschiebung: Von der Pathogenese zur Salutogenese...

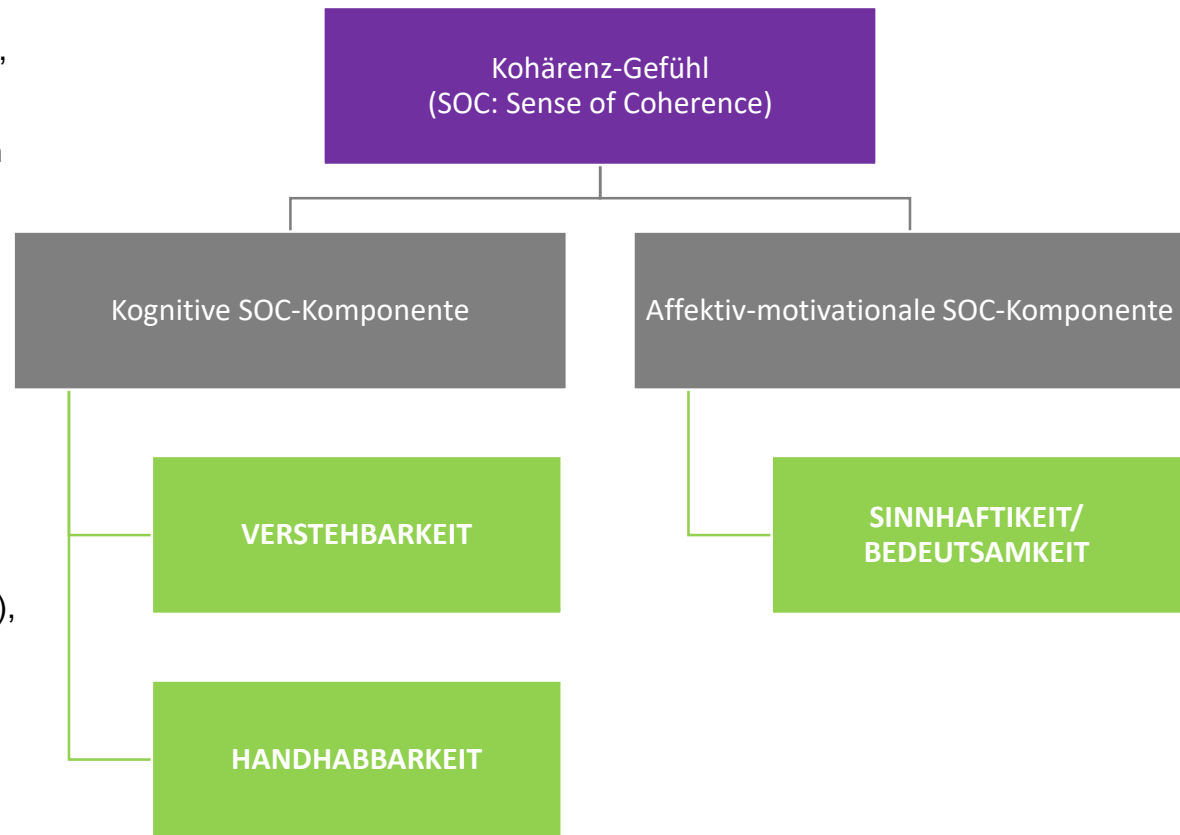
- **Pathogenese:** Fokus auf die Faktoren, die zur Entstehung und Entwicklung von Krankheit führen
- **Salutogenese:** Fokus auf die Faktoren, die zur Entstehung und Erhaltung von Gesundheit führen
- Betroffene\*r möchte und muss als Person einbezogen werden!  
(= erweitertes bio-psychosoziales Modell)



# Kohärenz-Konzept nach Antonovsky

Antonovsky bezeichnete das **Kohärenz-Gefühl** auch als eine **globale Orientierung**, die das Ausmaß angibt, wie sehr man ein durchdringendes andauerndes und dennoch dynamisches Gefühl des Vertrauens hat,

- dass die Faktoren, Ereignisse und Anforderungen, die sich im Laufe des Lebens ereignen, strukturiert, vorhersehbar und erklär sind (**Verstehbarkeit**),
  - einem die Ressourcen zur Verfügung stehen, um diesen Anforderungen begegnen zu können (**Handhabbarkeit**),
  - und sich die resultierenden Anstrengungen und das Engagement auch lohnen (**Sinnhaftigkeit**).
- (Antonovsky, 1997, 36)



# „Verstehbarkeit“ (1. SOC-Komponente) I

## Was ist damit gemeint?

„Verstehbarkeit: Menschen mit ausgeprägtem Kohärenzgefühl erleben die Welt als strukturiert, vorhersehbar und erklärbar. Gleiches gilt für ihre inneren Erfahrungszustände. Ebenso haben gesunde Menschen (...) das Gefühl, dass auch andere Menschen sie verstehen“ (Bengel et al., 2009, S. 143).

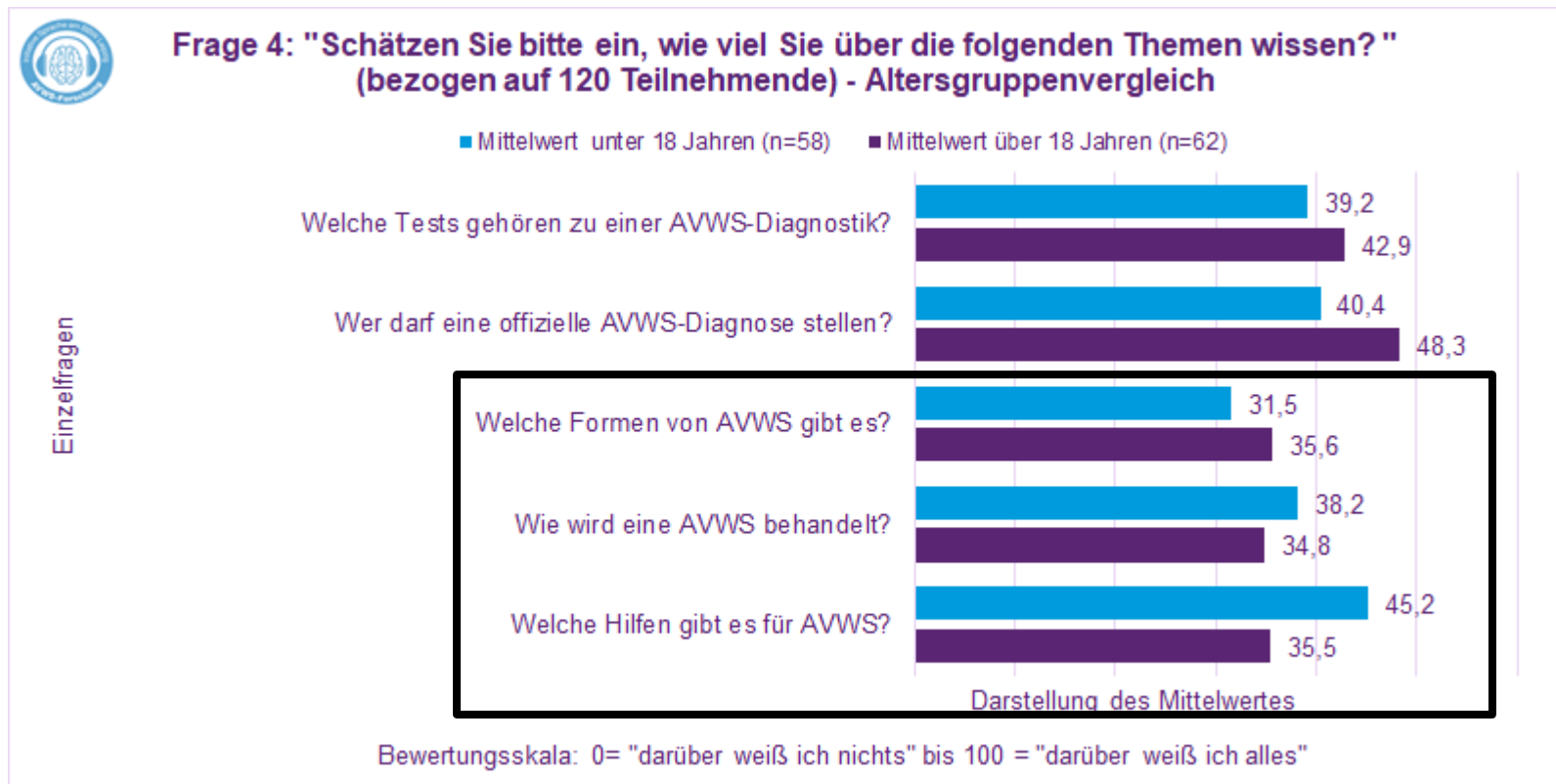
## Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?

- Betroffene haben oftmals Odyssee an unterschiedlichen Diagnostik-, Erklärung- und Behandlungs-Einordnungen erlebt.
- → Betroffene bleiben teilweise ratlos zurück, insbesondere, wenn sich Lebensumstände ändern und daraus neue Herausforderungen entstehen.
- Hintermair et al. (2017):  
Proaktives Bewältigungshandeln kann erst gefördert werden, wenn die Person über das Störungsbild umfassend aufgeklärt ist und sowohl die Auswirkungen und Bewältigungsmöglichkeiten als auch die eigenen Grenzen kennt und reflektiert.
- Darüber hinaus: Die eigenen Einschränkungen und Bedürfnisse müssen mitgeteilt werden, um die Kommunikations-Situation aktiv mitzugestalten. (Mühlhaus et al., 2016, 163 f.).

# „Verstehbarkeit“ (1. SOC-Komponente) II

[Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?]

- Daten aus SL.AVWS bestätigen den Bedarf:



# „Verstehbarkeit“ (1. SOC-Komponente) III

## Welche (pädagogischen) Implikationen für das Empowerment wären denkbar?

Für den Fall, dass die Person noch auf der Suche ist bzw. noch nicht lokalisieren konnte, dass AVWS seine\*ihre Lebenswelt beeinflusst:

- Wichtige Basis-Skills: Embodiment, Positive Psychologie, Selbstkompetenz-, Resilienz-Förderung, Lebenslanges Lernen.
- → Stärkung der Sensibilität für den eigenen Körper und des Selbst-Managements.

Für den Fall, dass bei der Person ein starker Verdacht oder gar die Sicherheit der Auswirkungen von AVWS vorherrscht:

- Gemeinsames Ausloten der als schwierig empfundenen (Hör-)Situationen in allen möglichen Settings (Literatur-Tipp: Mühlhaus et al. (2016)).
- Information und Sensibilisierung für das Thema (AVWS-Edukation, Material von: <https://leben-mit-avws.de>).
- Verständnis generieren: Es gibt nicht \*DIE\* AVWS!
- Stärkung der Kommunikations-Kompetenz  
→ Ziel: Kompetente Aufklärung des Umfeldes ermöglichen.

# „Handhabbarkeit“ (2. SOC-Komponente) I

## Was ist damit gemeint?

„Hinter dem Gefühl der Handhabbarkeit der Welt steht die Überzeugung, generell geeignete Ressourcen an der Hand zu haben, um Probleme und Herausforderungen zu bewältigen. Schwierigkeiten (...) sind zu meistern – gleichgültig, ob der Betreffende sie selbst löst, ob er sich auf andere verlässt oder einer höheren Macht vertraut“ (Bengel et al., 2009, S. 143).

## Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?

- In Interviews mit AVWS-Betroffenen wurden ebendiese Ressourcen und Handlungsstrategien berichtet. → siehe: <https://leben-mit-avws.de/ergebnisse/umgangsweisen>
- Diese können wir noch einmal in zwei Hauptkategorien unterteilen:
  1. **bezogen auf die Vorstrukturierung und grundsätzliche Ausgestaltung der *Rahmenbedingungen der Situation* und**
  2. **bezogen auf die Bewältigung der Anforderungen *in der Situation*.**
- Weitere Tipps z. B.: Mühlhaus et al. (2016), Anhang der S1-Richtlinie der DGPP (2020)



## „Handhabbarkeit“ (2. SOC-Komponente) II

### Welche (pädagogischen) Implikationen für das Empowerment wären denkbar?

- Individuelles Strategie-Paket zusammenstellen, austesten und modifizieren (ggf. gemeinsam und auf Augenhöhe)
- Klima schaffen, in welchem Betroffene zu Expert\*innen für ihre eigenen Herausforderungen wachsen und sich sodann artikulieren können und sollen.
- Motivierende Gesprächsführung einsetzen | Sensibilität für die eigenen Worte schaffen (hypnosystemisches Arbeiten).
- Möglichkeiten schaffen, alle denkbaren und auch unkonventionellen Hilfsmitteln testen.
- Bei Finanzierungsmöglichkeiten unterstützen bzw. breites Netzwerk nutzen.
- Mit Verantwortlichen gemeinsam Rahmenbedingungen schaffen (Rückzugsmöglichkeiten offen lassen, „Methoden-Koffer“ anbieten – immer!).
- Sensibilisierungs-Material nutzen.
- Darauf achten, dass bspw. in der Schule das gesamte Kollegium informiert ist und informiert bleibt.
- Kommunikationsregeln konsequent einhalten und die Vorteile auch für Nicht-Betroffene sichtbar machen.
- Mutig sein, auch unkonventionelle didaktische Methoden zu testen.
- Ferner auch:
  - **Achtsamkeits-Übungen einbauen.**
  - **Verständnis fördern, dass nicht jeder Tag/Woche gleich ist.**
  - **Stress-Management-Strategien nutzen:**  
**Übungen aus Stress- oder Selbst-Management-Programme entnehmen (bspw. ZRM), Reframing fördern, Gefühlstagebücher führen, Meditations- und Entspannungsverfahren erlernen, für guten Schlaf sorgen.**
  - **Soziale Unterstützung schaffen und einholen („Tankstellen) → SOC-Komponente „Sinnhaftigkeit“.**

# „Sinnhaftigkeit“ (3. SOC-Komponente) I

## Was ist damit gemeint?

„Bedeutsamkeit/Sinnhaftigkeit: Menschen mit hochgradigen Kohärenzgefühl halten ihr Leben, ihre Biografie und ihr Tun für sinnvoll. Die Aufgaben sind es wert, dass man Energie in ihre Lösungen investiert (...). Menschen mit viel Kohärenzgefühl werten ihr Leben als interessant, lebenswert und schön“ (Bengel et al., 2009, S. 143).

Dabei bezieht sich diese Komponente auf das Ausmaß, „(...) in dem man das Leben emotional als sinnvoll empfindet: daß wenigstens einige der vom Leben gestellten Probleme und Anforderungen es wert sind, daß man Energie in sie investiert, daß man sich für sie einsetzt und sich ihnen verpflichtet, daß sie eher willkommene Herausforderungen sind als Lasten, die man gerne los wäre“ (Antonovsky, 1997, 35 f.).

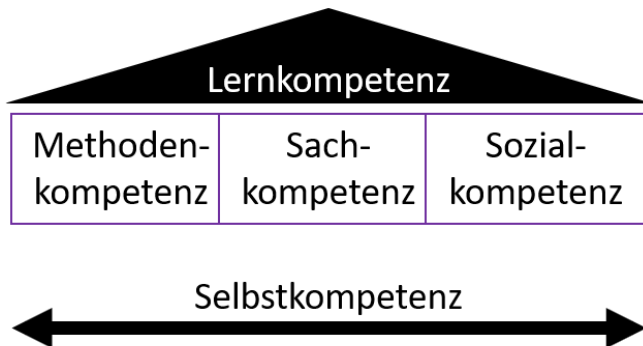
## Was wissen wir dazu zum Thema AVWS?

- AVWS-Betroffene mit einem proaktiven Bewältigungshandeln ziehen Energie aus einer gewissen Lebensfreude, Offenheit, Hobbys/Ehrenamt, enger Familienverbundenheit oder bestimmten Interessen oder berufliche Interessen.
- Manche im SL.AVWS-Projekt interviewte Betroffene mussten aufgrund der AVWS-bedingten Herausforderungen sogar berufliche Träume aufgeben,
- oder hatten massive Schwierigkeiten in Beruf und im familiären Setting, weshalb sie in ein emotionales Loch gefallen und sich damit auch ihre Bewältigungskompetenzen zumindest phasenweise merklich verschlechterten.
  - Was mache ich dann? Wie empower ich dann?!

## „Sinnhaftigkeit“ (3. SOC-Komponente) II

### Welche (pädagogischen) Implikationen für das Empowerment wären denkbar?

- Zurückgreifen auf Schutzfaktoren, die bewusst und aktuell zugänglich sind.
- Kohärenzgefühl bleibt jedoch der wesentliche Schutzfaktor.
  - Stärkung der Sinnhaftigkeit erfordert ein Umdeuten der Situation (Reframing).
  - Bedürfnisse und Fähigkeiten prüfen → neue/s Ziel/e formulieren.
  - Möglichkeiten für Selbstwirksamkeits-Erfahrungen schaffen.
- Je mehr zuvor an der Selbstkompetenz „gearbeitet“ wurde, desto „besser“ gelingt dieses Bewältigungshandeln.



Selbstkonzept als Basiskompetenz für Lernen (Solzbacher, 2014, S. 9)

### Konzept Selbstkompetenz

Selbstregulation

Selbstkontrolle

Willensbahnung

Selbstzugang

Gefragt sind Selbstkompetenzen insbesondere unter Stress

Sauerhering & Lotze (2014, S. 155) in Anlehnung an Frankenberg & Künne

# „Sinnhaftigkeit“ (3. SOC-Komponente) III

## → Selbstkompetenz-Förderung

### Selbstregulation

- **Selbstbestimmung**  
(spüren, was man will)
  - **Selbstmotivierung**  
(sich begeistern, auch bei wenig Interesse)
  - **Selbstberuhigung**  
(gelassen bleiben, Überblick bewahren)
- Talent-/Kompetenz-Kompass erstellen und aktualisieren, „Energie-Tankstellen“, wie Ehrenamt, AG, Lehrlingsrat, AVWS-Selbsthilfegruppen, Familie etc.
  - → Möglichkeiten für Selbstwirksamkeitserfahrungen schaffen
  - Offenheit durch Reflektieren der Benefits  
(→ Welt wird dadurch auch „verstehbarer“ und „handhabbarer“)

### Selbstkontrolle

- **Planungsfähigkeit**  
(strukturieren, Schritt für Schritt vorgehen)
  - **Angstfreie Zielorientierung**  
(nicht über negative Konsequenzen motivieren)
- Arbeit an der Kausal-Attribution („Mathe-Beispiel“)
  - Wdh.: Ressourcen-Orientierung

### Willensbahnung

- **Initiative**  
(keine Probleme, etwas zu beginnen)
  - **Absichtsumsetzung**  
(Dinge auch zu Ende führen)
- Ermutigungen auch zu unkonventionellen Methoden und zur Selbst-Steuerung des Prozesses
  - Strategien nicht sofort verwerfen, wenn sie nicht funktionieren  
(Lebens-Phasen beachten)

### Selbstzugang

- **Misserfolgs-Bewältigung** (nach Misserfolg den Mut nicht verlieren)
  - **Selbstgespür** (unter Druck Kontakt zum Selbst bewahren)
  - **Integration** (Widersprüche aushalten und integrieren)
- Motivierende Gesprächsführung, Arbeit am eigenen „Wording“/NLP-Rhetorik
  - Embodiment-Förderung (SOC: Verstehbarkeit)
  - Sensibilität und Offenheit bewahren, da „Probleme“ nicht immer in jeder Situation gleich sein müssen

### Gefragt sind Selbstkompetenzen insbesondere unter Stress

- **Belastung** (viele Aufgaben, Schwierigkeiten, Frust)
  - **Bedrohung** (selbstwertbedrohliche Dinge, Angst, Sorgen)
- Stress-Management-Tools
  - Sozialer Austausch

## Ausblick auf A.SH+

- Empowerment zielt darauf ab, sich sozial eingebettet zu erleben.



Online-Plattform zur sozialen und beruflichen Teilhabe von Menschen mit AVWS: A.SH+

- Ziel: Bedarfsgerechte und themenspezifische Inhalte zur Kompetenz- und Weiterbildung von AVWS-Betroffenen und Fachkräften (Empowerment- und Selbstmanagement-Strategie)
- Aktuell: in der Konzeptionsphase
- Planung: Angebot ab März 2023 kostenlos abrufbar unter <https://avws.selbsthilfe.plus>

## Vielen Dank!

### Literatur

Antonovsky, Aaron (1997): Salutogenese. Zur Entmystifizierung der Gesundheit. Hg. v. Alexa Franke. Tübingen: dgvt Verlag (Forum für Verhaltenstherapie und psychosoziale Praxis, Band 36).

Bengel, Jürgen; Strittmatter, Regine; Willmann, Hildegard (2009): Was erhält Menschen gesund? Antonovskys Modell der Salutogenese - Diskussionsstand und Stellenwert. Unter Mitarbeit von Aaron Antonovsky. Erweiterte Neuauflage. Köln: BZgA (Forschung und Praxis der Gesundheitsförderung, 6). Online verfügbar unter <http://www.bzga.de/infomaterialien/forschung-und-praxis-der-gesundheitsfoerderung/band-06-was-erhaelt-menschen-gesund-antonovskys-modell-der-salutogenese/?uid=73b3d0d3bacf00d680c541859efb46f3>, zuletzt geprüft am 10.08.2020.

Schönweiler, R.; Kiese-Himmel, C.; Plotz, K.; Nickisch, A.; Zehnhoff-Dinnesen, A. am (2020): Leitlinie „Auditive Verarbeitungs- und Wahrnehmungsstörungen“: Vorschlag für Behandlung und Management bei AVWS : S1-Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Phoniatrie und Pädaudiologie. In: HNO 68 (8), S. 598–612. DOI: 10.1007/s00106-020-00825-0.

Hintermair, Manfred; Sarimski, Klaus; Lang, Markus (2017): Sozial-emotionale Kompetenzen hörgeschädigter Kleinkinder. Ergebnisse aus einer Studie mit zwei neueren Fragebogeninventaren für das 2. und 3. Lebensjahr. In: Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie 45 (2), S. 128–140. DOI: 10.1024/1422-4917/a000468.

Mühlhaus, Juliane; Wagner, Susanne; Kubitz, Katharina (2016): Möglichkeiten und Grenzen der sprachtherapeutischen Intervention bei Kindern und jungen Erwachsenen mit AVWS. In: Sprachförderung und Sprachtherapie 3 (160-167).

Sauerhering, Meike; Lotze, Miriam (2014): Übergänge selbstkompetent bewältigen. In: Claudia Solzbacher, Miriam Lotze und Meike Sauerhering (Hg.): Selbst - Lernen - Können. Selbstkompetenzförderung in Theorie und Praxis. Baltmannsweiler: Schneider Hohengehren, S. 149–160.

Solzbacher, Claudia (2014): Selbstkompetenz als zentrale Dimension im Bildungsprozess: Wie Lernen (besser) gelingen kann. In: Claudia Solzbacher, Miriam Lotze und Meike Sauerhering (Hg.): Selbst - Lernen - Können. Selbstkompetenzförderung in Theorie und Praxis. Baltmannsweiler: Schneider Hohengehren, S. 1–19.