# Auf- und Abbau von Hilfestellung – Die Hilfestellungspyramide

## Hilfeaufbau

### Keine Hilfe

Zuerst ist Gelegenheit, dass der Schritt vollkommen ohne Hilfe getan werden kann. Wir fordern auf, wir warten eine Zeit ab, ob das Richtige von selbst kommt. Erst wenn nichts oder etwas Falsches getan wird, geben wir verbale Hilfe. Falls der erste Schritt ohne Hilfe richtig durchgeführt wird, gehen wir zum nächsten und fangen wieder mit keiner Hilfe an.

### Verbale Hilfe / Hilfe durch Geste

Wir sagen, was der Mensch tun soll, das kann man auch „Was-Hilfe“ nennen. Dies sagen wir kurz, einfach und immer gleichartig. Es muss dem Sprachverständnis der Person angemessen sein. Der Name der Person wird an den Satzanfang gestellt, damit er sich angesprochen fühlt!

Gibt es kein oder nur ein sehr geringes Sprachverständnis, unterstreichen wir das gesagte mit einer Geste. „Hans, nimm das Handtuch" - Deuten auf das Handtuch. Auch die Gesten müssen eindeutig und einprägsam sein, immer gleich aussehen. Wenn es nicht genügt, darauf hinzuweisen, was getan werden soll, dann erklären wir noch wie es getan werden soll. Das kann man auch „Wie-Hilfe“ nennen. Geschieht mit dieser Hilfe nichts bzw. nicht richtig, geben wir die Hilfe durch Demonstration.

### Demonstration

Wir sagen, was getan werden soll und machen den Schritt selbst vor. Wir ermuntern zum Nachmachen. Wird daraufhin die richtige Reaktion gezeigt, gehen wir zum nächsten Schritt und beginnen wieder mit keiner Hilfe.

Wird nicht oder falsch reagiert, geben wir physische Hilfe.

### Physische Hilfe

Wir sagen, was getan werden soll und führen zugleich die Hand / Hände.

Innerhalb der physischen Hilfe gibt es wieder eine Abstufung von starker Hilfe zu schwacher Hilfe. Ich führe die Hand oder berühre nur die Schulter, gebe also nur einen Impuls. Wieder beginnen wir mit der schwächsten Form und steigern, wenn sie nicht ausreicht. Dabei gilt der Grundsatz:

Physische Hilfe darf nie zum Zwang werden!

## Weitere Unterstützungsmöglichkeiten

### Übernahme von Teilschritten

Kann durch die Anwendung der oben beschriebenen Schritte ein Vorankommen in der Aktivität nicht gewährleistet werden, so ist eventuell die Übernahme eines Teilschrittes notwendig. Hierdurch sollen allzu große Frustration oder das Verfehlen des Ziels einer Aktivität verhindert werden. Wichtig ist es jedoch, den Aufbau der Aktivität und des ursprünglich vorgesehenen Hilfeangebotes zu reflektieren und die Erfahrungen in die Planung zukünftiger Aktivitäten einzubeziehen.

### Materielle Hilfe

Materielle Hilfe geht vor menschlicher Hilfe!

Warum? Grundsätzlich darf und soll materielle Hilfe **nicht** die menschliche Zuwendung ersetzen oder überflüssig machen. Aber sie soll den Menschen unabhängig und selbstbestimmt handeln lassen.

Wenn beispielsweise ein Mensch mit nur einem Arm eine Vorrichtung hat, die es ihm ermöglicht, sich selbst ein Brot mit Butter zu bestreichen, dann kann er unabhängig vom Betreuer essen und muss nicht um Hilfe bitten oder warten, bis der Betreuer Zeit hat.

Daher ist die Aufgabe der Heilerziehungspflegerin:

Unterstützend, begleitend oder ersetzend zu den anderen Hilfestellungen soll immer notwendige materielle Hilfe gesucht und angeboten werden, damit Selbsttätigkeit und Unabhängigkeit gefördert werden.

## Hilfeabbau

### Abbau der physischen Hilfe

Zuerst bauen wir die physische Hilfe ab. Halten wir anfangs die Hand sehr fest und führen stark, dann halten wir sie immer weniger fest, wenn wir spüren, dass versucht wird, die Bewegung alleine durchzuführen.

* Wir führen nicht mehr die Hand, sondern am Handgelenk
* Wir führen nicht mehr am Handgelenk, sondern stützen den Unterarm
* Wir stützen nicht mehr den Unterarm, sondern den Oberarm
* Wir stützen nicht mehr den Oberarm, sondern nur noch die Schulter.
* Zum Schluss berühren wir nur noch leicht die Schulter und sagen, welcher Schritt durchgeführt werden soll.

Physische Hilfe wird auch im Abbau immer verbal begleitet!

### Abbau der Demonstration

Wird zum Durchführen des Schrittes nur noch Demonstration und Verbale Hilfe gebraucht, bauen wir diese Hilfen langsam ab, bis schließlich nur noch verbale Hilfe / Geste notwendig ist. Zeigen wir zum Beispiel beim Hände waschen das ganze Einseifen,

* nehmen wir nur noch die Seife in die Hände,
* in die Hand
* berühren die Seife,
* zeigen auf die Seife.

Die verbale Hilfe bleibt bestehen.

### Abbau der verbalen Hilfe / der Geste

Wir verzichten zuerst auf die „Wie-Hilfe“, geben also immer weniger Informationen, wie der Schritt ausgeführt werden soll. Dieser Schritt ist gar nicht so einfach. Oftmals wird der ganze Schritt schon selbständig getan, gekonnt, aber eine Ermunterung ist noch notwendig. Stattdessen verwenden wir die „Was-Hilfe“, sagen also, was getan werden soll. Wir verändern die Hilfe also in eine Frage, z.B. „Was kommt jetzt?", „Was musst Du jetzt tun?" etc.

## Abbau Materieller Hilfe

Diese Hilfe bleibt bestehen, jedoch nur für die Zwecke und auch nur so lange sie benötigt wird. Braucht der Mensch zum Essen beispielsweise eine Kopfstütze, um die Kopfhaltung zu unterstützen, muss diese nicht den ganzen Tag angebracht sein.

## Übertragung der Hilfestellung in andere Tätigkeiten

### Funktionstraining

Oft reicht es nicht, im Training die notwendigen Fertigkeiten zu üben. Dies muss dann im begleitenden Funktionstraining geschehen. Wir üben z.B. die Fertigkeit des

Händereibens in der Freizeit mit Ton, Knete, Papier knüllen etc.

### Verallgemeinerung

Hat der Mensch mit einer schweren geistigen Behinderung nun die Verhaltenskette erlernt, ist dies noch keine Gewährleistung, dass er diese im Alltag weiter durchführen wird. Dieses muss erlernt werden, mit anderen Personen, zu anderen Zeiten und Gelegenheiten, an anderen Orten.

Arbeitsauftrag: Sie haben in der Kleingruppe einen Handlungsablauf für eine Alltagstätigkeit erarbeitet. Wählen Sie aus den Teilschritten zwei aus. Beschreiben Sie zu den beiden Teilschritten jeweils den Hilfeaufbau und Hilfeabbau.  
Auf der letzten Seite haben Sie die Möglichkeit, sich Ideen Ihrer Mitschüler zu notieren.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Handlungsablauf/ Name des Teilschritts:** | |  |
| Aufbau | Verbale Hilfe |  |
| Demonstration |  |
| Physische Hilfe |  |
| Abbau | Physische Hilfe |  |
| Demonstration |  |
| Verbale Hilfe |  |

**Ideen für materielle Hilfe:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
| **Handlungsablauf/ Name des Teilschritts:** | |  |
| Aufbau | Verbale Hilfe |  |
| Demonstration |  |
| Physische Hilfe |  |
| Abbau | Physische Hilfe |  |
| Demonstration |  |
| Verbale Hilfe |  |

**Ideen für materielle Hilfe:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | | |
| **Handlungsablauf/ Name des Teilschritts:** | |  |
| Aufbau | Verbale Hilfe |  |
| Demonstration |  |
| Physische Hilfe |  |
| Abbau | Physische Hilfe |  |
| Demonstration |  |
| Verbale Hilfe |  |

**Ideen für materielle Hilfe:**

|  |
| --- |
|  |