Co-funded by
the European Union

Tourette
THE PATH FOR INCLUSION
Co-funded by
the European Union

Umgang mit einem Kollegen mit (schweren) TOURETTE-SYNDROM

5 SCHRITTE ZU EINER INKLUSIVEN UMGEBUNG

redREE making projects

AMPASTTA
Asociación Madrileña de Afectados con el Síndrome de Tourette y Trastornos Asociados

smallcodes

APST
Associação Portuguesa de Síndrome de Tourette

TOURETTE
Gesellschaft Deutschland e.V.

Dieses Dokument ist ein Ergebnis des Erasmus-Plus-Projekts „DER WEG ZUR INKLUSION: JUNGE MENSCHEN MIT TOURETTE-SYNDROM WERDEN SICH SELBST ZUM AUFBAU EINER BESSEREN WELT BEWUSST“. Das Projekt wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Diese Veröffentlichung gibt ausschließlich die Meinung des Autors wieder; die Kommission übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung der darin enthaltenen Informationen.

Co-funded by
the European Union

Alle verwendeten Bilder sind lizenzfrei.

Creative Commons-Lizenz: Dieses Dokument ist unter einer Creative Commons-Lizenz „Namensnennung – Weitergabe unter gleichen Bedingungen“ lizenziert, die es anderen erlaubt, es herunterzuladen und mit anderen zu teilen, solange sie die Autoren angeben. Sie dürfen es jedoch in keiner Weise ändern oder für kommerzielle Zwecke verwenden.

SCHRITT FÜR SCHRITT

Nicht alle Studierenden sind mit den Merkmalen des Tourette-Syndroms (TS) und seinen Begleiterkrankungen wie Angstzuständen, Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) oder Zwangsstörungen (OCD) vertraut. Mangelnde Informationen können zu Missverständnissen, Unbehagen und sogar Diskriminierung führen.

Dieser Leitfaden richtet sich an Studierende, insbesondere an Gruppenkollegen in Projekten und Laboren, um ein integrativeres und produktiveres Umfeld zu fördern.

1. SCHRITT

INFORMATION UND SENSIBILISIERUNG

- VERSUCHEN SIE, MEHR ÜBER TS UND SEINE KOMORBIDITÄTEN (UNTER ANDEREM ADHS, OCD, ANGSTSTÖRUNGEN) HERAUSZUFINDEN.
- VERSTEHT, DASS TICS UNWILLKÜMMERT SIND UND NICHT NACHGEAHMT, KORRIGIERT ODER VERÄCHTLICHT WERDEN SOLLTEN.
- Denken Sie daran, dass Stress Tics verschlimmern kann. Daher kann die Schaffung einer unterstützenden Umgebung hilfreich sein.

2. SCHRITT

OFFENE UND RESPEKTVOLLE KOMMUNIKATION

- WENN SICH IHR KOLLEGE MIT TS WOHL FÜHLT, ERLAUBEN SIE IHM, SEINEN ZUSTAND UND SEINE BEDÜRFNISSE ZU ERKLÄREN.
- FRAGEN SIE RESPEKTVOLL, MIT WELCHEN STRATEGIEN DIE UMGEBUNG FÜR IHREN KOLLEGEN ANGENEHMER GESTALTEN KANN.
- Vermeiden Sie aufdringliche Fragen oder das Bestehen auf Lösungen zur Kontrolle von Tics.

3. SCHRITT

ANPASSUNGEN IN DER GRUPPENARBEIT

- SCHLAGEN SIE EINE FLEXIBLE UMGEBUNG VOR, DIE IHREM KOLLEGEN BEISPIELSWEISE PAUSEN ERMÖGLICHT, WENN SEINE TICS SEHR STARK SIND.
- VERTEILEN SIE DIE AUFGABEN ENTSPRECHEND DEN VORLIEBEN UND MÖGLICHKEITEN JEDER PERSON UND VERMEIDEN SIE, IHREN KOLLEGEN MIT ST. ZU ÜBERLASTEN.
- PASSEN SIE IHRE KOMMUNIKATIONSWEISE AN UND BEDENKEN SIE, DASS IHR KOLLEGE MIT TS MÖGLICHERWEISE SCHWIERIGKEITEN MIT DER ORGANISATION UND AUFMERKSAMKEIT HABEN MUSS.

4. SCHRITT

Vermeiden Sie Situationen, die Tics verschlimmern

- VERSUCHEN SIE, ÜBERMÄSSIGEN LÄRM ODER INTENSIVE SINNESREIZE SOWEIT MÖGLICH ZU REDUZIEREN.
- SEIEN SIE GEDULDIG UND VERSTÄNDNISVOLL, WENN IHR KOLLEGE MIT TS HÄUFIG UNTER PHONISCHEN ODER MOTORISCHEN TICS UNTERLIEGT UND SCHLAGEN SIE IHM Z. B. MEHR PAUSEN VOR.
- ZWINGEN SIE IHREN KOLLEGEN NICHT, ZU VERSUCHEN, DIE TICS „ZURÜCKZUHALTEN“, DA DIES ZU GRÖSSEREM UNBEQUEMLICHKEITEN FÜHREN KANN.

5. SCHRITT

SCHWIERIGE SITUATIONEN BEWÄLTIGEN

- WENN EIN TIC SIE BEI EINER AKTIVITÄT BEHINDERT, GEBEN SIE IHREM KOLLEGEN ZEIT, SICH ZU ERHOLEN, OHNE DASS ES IHM PEINLICH IST.
- WENN AUFGRUND EINES TICS ODER SYMPTOMS DES TOURETTE-SYNDROMS EIN MISSVERSTÄNDNIS AUFTRITT, VERSUCHEN SIE, ES DURCH EINFÜHLUNGSVERMÖGEN UND DIALOG ZU LÖSEN.
- VEREINBAREN SIE BEI PRÄSENTATIONEN ODER FORMELLEN AKTIVITÄTEN IM VORAUS STRATEGIEN MIT IHREM KOLLEGEN MIT TS, UM DIE AUSWIRKUNGEN DER TICS GEGEBENENFALLS ZU MINIMIEREN.

Die Förderung eines inklusiven Umfelds für Kollegen mit Tourette-Syndrom erfordert kleine Maßnahmen, die den entscheidenden Unterschied machen.

Sich über die Erkrankung zu informieren, respektvoll zu kommunizieren, die Gruppenarbeit anzupassen, Stressfaktoren zu minimieren und Situationen mit Einfühlungsvermögen zu bewältigen, sind wesentliche Schritte, um Peinlichkeiten zu vermeiden und die Leistungsfähigkeit und das Wohlbefinden aller zu steigern.

Indem jeder Schüler versteht, dass Tics unfreiwillig sind, und indem er einen Raum des Respekts und der Unterstützung schafft, trägt jeder Schüler zu einer zugänglicheren, kooperativeren und inklusiveren Schule bei.