



Ulrike Funke

Kinder im Autismus-Spektrum verstehen und unterstützen

Ein Wahrnehmungswegweiser
für Eltern und Begleitende

Kohlhammer

Kohlhammer

Die Autorin



Ulrike Funke schloss ihre Ausbildung zu Logopädin 1996 in Heidelberg mit dem Staatsexamen ab und eröffnete zwei Jahre später ihre eigene logopädische Praxis. Ihr Klientel umfasst Kinder mit besonderem Förderbedarf (kognitiven und körperlichen Beeinträchtigungen), Therapie von Kindern mit Ess- und Trinkstörungen, mit starken Verhaltensauffälligkeiten sowie typischen Verhaltensmustern aus dem Autismus-Spektrum. Mithilfe zahlreicher Fortbildungen bildete sie sich zur Autismus-Therapeutin weiter und entwickelte das Therapiekonzept Komm!ASS[®], das sie seit 2012 in regelmäßigen Fortbildungen lehrt. Ziel des Konzeptes ist es, den Kindern die Freude an der Interaktion und am kommunikativen Austausch zu vermitteln. 2017 gründete sie in der Nähe von Heidelberg das Autismuszentrum Komm!ASS[®] (heute »Autismuszentrum Bergstraße«) und leitete dies mehrere Jahre. Autismus, Wahrnehmung, Interaktion und Kommunikation sind seit Jahren Schwerpunkt ihrer Arbeit und Ausgangspunkt für vielfältige Projekte. Heute ist besonders das Verstehen der besonderen Wahrnehmung von Menschen aus dem Spektrum Inhalt ihrer Arbeit.

Im Kohlhammer Verlag ist von Ulrike Funke bereits erschienen: *Interaktion und Kommunikation bei Autismus-Spektrum-Störung* (Februar 2020)
Weitere Infos unter: www.fobi-komm-ass.de oder www.ulrike-funke.de

Ulrike Funke

Kinder im Autismus- Spektrum verstehen und unterstützen

**Ein Wahrnehmungswegweiser
für Eltern und Begleitende**

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

Illustriert mit Zeichnungen von Ulrike Funke und Yvonne Fabian

1. Auflage 2023

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-041826-4

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-041827-1

epub: ISBN 978-3-17-041828-8

Geleitwort

Von Gee Vero

Liebe Leserin, lieber Leser,

Autismus ist (m)eine andere Wahrnehmung und genau dort, bei dieser Wahrnehmung, liegen viele der Gründe, die letztendlich zu (m)einem autistischen Sein führen. Wahrnehmung ist immer subjektiv. Obwohl wir Menschen ganz viel gemeinsam haben, unterscheiden wir uns erheblich darin, wie wir die Welt um uns herum wahrnehmen. Unsere Wahrnehmung ist die einzige Realität, die wir kennen. Es ist unsere Wahrnehmung, auf die wir mit unserem Verhalten reagieren. Bei nicht-autistischen Menschen scheint sich die Wahrnehmung entweder zu gleichen oder es gelingt ihnen, ihr Verhalten trotz Unterschieden aufeinander abzustimmen oder anzupassen. Autistischen Menschen gelingt dies nicht so gut oder auch gar nicht. Je mehr Leistung und Anpassung die Gesellschaft verlangt, desto mehr fallen AutistInnen auf und desto schneller geraten sie in ein Abseits, in dem sie gar nicht stehen wollen. Autistische Menschen und ihre andere, ganz besondere Wahrnehmung zu verstehen, wird vielleicht gar nicht möglich sein. Keiner von uns kann einem anderen Menschen seine Wahrnehmung so erklären, dass dieser sie wirklich verstehen und kennen kann. Wenn ich Ihnen sage, dass ich Orange schön finde, dann wissen Sie nur, dass ich Orange schön finde. Aber Sie werden nie wissen, wie sich schön für mich anfühlt. Geschweige denn, wie es sich für mich anfühlt, wenn ich genau diese Farbe sehe. Selbst dann, wenn Sie alles über Farben und speziell Orange wissen, wird Ihnen meine Wahrnehmung verborgen bleiben. Und schön gibt es auch nicht. Es gibt auch kein gutes Buch, aber Sie können ein Buch gut finden. Das ist Ansichtssache, sprich Wahrnehmung.

Um autistische Menschen verstehen zu können, müssen Sie Wahrnehmung(en) verstehen. Und um Wahrnehmung zu verstehen, brauchen Sie dieses Buch. Das ist jedenfalls meine Wahrnehmung. Ich bin selbst autistisch und habe einen autistischen Sohn. Ich beschäftige mich seit meiner Diagnose intensiv mit dem Thema Wahrnehmung. Einen solchen Wahrnehmungswegweiser habe ich mir schon lange gewünscht. Ulrike Funke gelingt es, das große und komplexe Thema Wahrnehmung anhand gut strukturierter Kapitel zu den einzelnen Wahrnehmungsbereichen für jede Leserin und jeden Leser (be)greifbar zu machen. Damit leistet sie einen entscheidenden Beitrag für das Verständnis von Autismus und autistischen

Menschen. Dank einer Vielzahl von Fallbeispielen und Zitaten autistischer Menschen gelingt Ulrike Funke der wirklich schwierige Spagat zwischen Autismus, einer besonderen Wahrnehmung und Wahrnehmungsverarbeitung und dem Autismus des Einzelnen. In diesem Buch stehen der autistische Mensch und seine Bedürfnisse im Vordergrund. Liebe Leserin, lieber Leser, mit diesem Buch bekommen Sie einen Werkzeugkoffer an die Hand, den sie je nach Bedarf und Situation individuell bestücken können. Sie werden mit allen Werkzeugen vertraut gemacht und können so die dringend benötigten Brücken bauen, die autistischen Kindern den Schritt zur Teilhabe ermöglichen können. Egal, ob als Eltern, BetreuerInnen, LehrerInnen, TherapeutInnen – dieses Buch ist ein Muss für alle die, die autistische Kinder ein Stück weit auf ihrem Weg begleiten und in ihrem anderen Sein verstehen und unterstützen möchten. Auch das ist nur meine Wahrnehmung, aber ich bin mir sicher, dass Sie mir nach der Lektüre des Buches mit ganzem Herzen zustimmen werden.

Herzlichst
Ihre Gee Vero

Inhalt

Geleitwort	5
-------------------	----------

Vorwort	9
----------------	----------

Herzlichen Dank!	10
-------------------------	-----------

1	Einführung	11
----------	-------------------	-----------

1.1	Was ist Autismus?	11
1.2	Jede Wahrnehmung ist einzigartig	12
1.3	Eine ganz besondere Wahrnehmung	13

2	Autismus neu begegnen	25
----------	------------------------------	-----------

2.1	Blickpunktwechsel	27
2.2	Den Wahrnehmungsbesonderheiten begegnen	29

3	Die Sinnessysteme	40
----------	--------------------------	-----------

3.1	Die vestibuläre Wahrnehmung (Gleichgewicht)	42
3.2	Die propriozeptive Wahrnehmung (Körperspannung und Bewegung)	45
3.3	Das viszerale Wahrnehmungssystem (Spüren der inneren Organe)	53
3.4	Die taktile Wahrnehmung (Tasten und Spüren über die Haut)	58
3.5	Die thermische Wahrnehmung	66
3.6	Die Schmerzwahrnehmung	70
3.7	Die olfaktorische Wahrnehmung (Riechen)	73
3.8	Die gustatorische Wahrnehmung (Schmecken)	77
3.9	Die auditive Wahrnehmung (Hören)	81

3.10	Die visuelle Wahrnehmung (Sehen)	86
3.11	Fazit zu den Besonderheiten der Sinnessysteme	94
4	Monowahrnehmung und komplexe Reizverarbeitung	95
4.1	Monowahrnehmung	96
4.2	Komplexe Wahrnehmungsverarbeitung ermöglichen	101
5	Den Alltag gestalten	105
5.1	Alltagssituationen unterstützen, verändern und Neues anbahnen	106
5.2	Der Tagesablauf	108
5.3	Freizeit mit der Familie	129
5.4	Musikangebote	149
5.5	Sportangebote	151
5.6	Lernsituation und Tagesbetreuung	157
5.7	Fazit zur Alltagsgestaltung	174
6	Materialbörse	175
7	Nachwort	179
	Literatur	181

Vorwort

Eltern von Kindern mit Autismus, Begleitende im Alltag und TherapeutenInnen sehen sich täglich vielen Herausforderungen gegenüber. Besonders in Gesprächen mit Eltern ist häufig zu hören, dass sie ihre Kinder besser verstehen möchten, um in den verschiedenen Situationen »richtig« oder passend zu reagieren und sie zu unterstützen.

Auch für die Betroffenen selbst ist die Erkenntnis, was ihnen den Alltag erleichtert und wie ein positiver Austausch mit dem Gegenüber gelingen kann, oft erst nach vielen Misserfolgen und teils schmerzhaften Erlebnissen möglich. Viele, besonders schwer kognitiv beeinträchtigte Menschen, ziehen sich deshalb in ihrem Alltag zunehmend zurück und vermeiden jegliche Interaktion.

Der vorliegende Ratgeber basiert auf den neueren, wissenschaftlichen Erkenntnissen, dass Autismus-Spektrum-Störungen Besonderheiten der Wahrnehmungs- und Wahrnehmungsverarbeitung sind. Es ist eine umfangreiche Sammlung von beobachtbaren Aktivitäten und Regulationsmechanismen, deren Bedeutung sowie darauf aufbauend Hilfe- und Antwortmöglichkeiten. Die Angebote haben dabei stets das Ziel, die Lebensqualität der Familien zu verbessern und ein freudvolles und entspanntes Miteinander von Menschen mit und ohne Autismus zu ermöglichen.

Das vorliegende Buch kann keine therapeutische Begleitung ersetzen, es soll diese vielmehr unterstützen und idealerweise darin eingebunden werden. Es soll Familien in ihrem Alltag begleiten und in besonders herausfordernden Lebensabschnitten und belastenden Situationen unterstützen. Grundlage für dieses Buch ist das Therapiekonzept Komm!ASS®, welches ich seit vielen Jahren in Fortbildungen und Vorträgen an TherapeutenInnen und Interessierte weitergebe.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und Verstehen!

Herzlichst Ulrike Funke
Hirschberg, Herbst 2022

Herzlichen Dank!

Danke an meine Eltern, die es mir vor vielen Jahren ermöglicht haben, den Beruf der Logopädin zu erlernen, welches der erste Schritt auf dieser spannenden Reise war.

Danke an Anke, Julia, Silke, Södje, Frank, ... all meine KollegInnen und WegbegleiterInnen in meiner Praxis, im persönlichen Austausch, per E-Mail sowie in den sozialen Medien. Ihr unterstützt und inspiriert mich bei der aktiven Arbeit, damit ich Luft, Energie und Ideen für Fortbildungen, Veröffentlichungen, Studien und neue Projekte habe.

Danke an Dorothee, die zur Zeit an einem Instrument arbeitet, um die Fortschritte der Kinder messbar und somit wissenschaftlich feststellbar zu machen. Danke an Constanze, die mit ihrer Einzelfallstudie, die um Jahre verspätete Entwicklung eines älteren Klienten darstellt und so die Wirksamkeit dieses Ansatzes verdeutlicht.

Danke Yvonne für das Übertragen und Mitgestalten der Zeichnungen, ich war stets aufs Neue erstaunt, was du aus meinen Skizzen gemacht hast. Danke Monika fürs erste Korrekturlesen. Danke an den Kohlhammer Verlag, dass ich dieses praxisnahe Buch veröffentlichen darf und besonders für den Vorschlag des Buchtitels – er ist genau richtig! Danke an meine Lektorin Frau Kastl.

Danke, an alle Kinder, ihre Eltern und Begleitende für das Vertrauen, sich auf mich/uns einzulassen, gemeinsam das Abenteuer Interaktion zu erleben und neue Wege zu gehen. Danke für die Bereitstellung von Fotos und Videomaterialien für Vorträge, Fortbildungen und Forschung. Danke für die unzähligen Erlebnisse und Geschichten, für all die Berichte über Schwierigkeiten und Erfolge, besonders über die Rückmeldungen auf die zum Teil unkonventionellen Stimulationen.

Danke an Gee, mit der ich mich gerade in den vorangegangenen Wochen intensiv austauschen konnte, deine *Innen- und Außenansichten* in Bezug auf dich und auf deinen Sohn Elijah. Du hast mich noch einmal zusätzlich bestärkt und ich freue mich sehr über deine einleitenden Gedanken.

Und noch einmal und immer wieder einen besonderen »Dank« an meinen Mann Peter, der mich mit seiner ruhigen Art erdet, unterstützt und motiviert; der es mir ermöglicht, ganz viel von dem zu machen, was ich liebe, und der stets an mich glaubt.

1

Einführung

1.1 Was ist Autismus?

Autismus ist eine komplexe und vielgestaltige neurologische Entwicklungsstörung. Häufig bezeichnet man Autismus bzw. Autismus-Spektrum-Störungen auch als Störungen der Informations- und Wahrnehmungsverarbeitung, die sich auf die Entwicklung der sozialen Interaktion, der Kommunikation und des Verhaltensrepertoires auswirken. (Autismus Deutschland, e. V., 2021, Absatz 1)

Das Spektrum Autismus zeigt sich durch eine Vielzahl von Symptomen wie u. a. Auffälligkeiten im sozialen Austausch, einem eingeschränkten Blickkontakt, fehlender gemeinsamer und geteilter Aufmerksamkeit und möglicher Sprachentwicklungsstörung, Auffälligkeiten in der motorischen und sensorischen Entwicklung, wie besonderen Interessen und Aktivitäten, häufiger Abwehr von Berührungsangeboten, selbst- und fremdverletzendem Verhalten sowie Schwierigkeiten bei der Nahrungsaufnahme. Diese und weitere Besonderheiten sind unterschiedlich stark ausgeprägt und variieren, je nach Tagesform oder Entwicklungsstand.

Die gemeinsame Ursache für das vielfältige Erscheinungsbild Autismus ist eine »andere« Wahrnehmung und Wahrnehmungsverarbeitung. Die vielfältigen (Verhaltens-)Auffälligkeiten sind somit nicht nur verschiedene, beobachtbare Symptome eines Störungsbildes, sondern eine Folge der anderen Wahrnehmung. So zeigt ein Kind zum Beispiel deshalb keinen Blickkontakt und auch keinen wechselseitigen Austausch, da das Ein- und Ausschalten der Lampe, das Spiel mit einem Leuchtkreisler oder auch die eigenen Hände viel spannender sind als das Gesicht des Gegenübers. Ein Kind mit Auffälligkeiten bei der Nahrungsaufnahme nimmt zum Beispiel lieber Steine, anstatt ein Brötchen in den Mund, da diese geschmacklich sowie auch von der Spürinformation intensiver sind als das Gebäck. Die merkwürdig anmutenden Bewegungen, wie ein Flattern der Hände oder ein ständiges Wiegen des Oberkörpers, sind ebenfalls nicht nur ein typisches Merkmal im Autismus, sondern für Betroffene eine gezielte Aktivität, mit der sie versuchen sich zu regulieren, bedingt durch ihre besonderes Körperempfinden. Wenn es gelingt, den Blick auf das unterschiedliche Wahrnehmen und Erleben von Menschen mit und ohne Autismus zu lenken, wird auch ein besseres gegenseitiges Verstehen möglich.

1.2 Jede Wahrnehmung ist einzigartig

Informationen über den eigenen Körper und die Umwelt werden mithilfe der Sinnesorgane aufgenommen, an das Gehirn weitergeleitet und dort verarbeitet. Dieser Prozess wird als Wahrnehmung bezeichnet, er ist individuell unterschiedlich und unterliegt zudem großen Schwankungen, je nach aktueller Befindlichkeit und situativen Bedingungen.

Welche Farben werden favorisiert, in welcher Lautstärke ist Musik angenehm? Welche Berührungen lösen ein Wohlbefinden, welche Abwehr oder Schmerz aus? Die Antworten darauf sind sehr unterschiedlich. Es ist möglich, dass der gleiche taktile Reiz bei zwei Menschen ganz andere Reaktionen hervorruft, wie das Spüren von Wolle auf der Haut oder ein Bündchen an einem Shirt. Auch in Bezug auf Gerüche erfolgen Bewertungen oft unterschiedlich: Manche Menschen können den Geruch von Desinfektionsmittel in einem Krankenhaus oder von Zigaretten kaum ertragen, andere nehmen ihn bei gleicher Intensität nicht oder kaum wahr.

Jede Wahrnehmung ist einzigartig! Jeder Mensch hat seine speziellen Vorlieben und Abneigungen. Wir nehmen täglich bewusst oder unbewusst

eine Vielzahl von Informationen auf, welche von uns verarbeitet und miteinander verknüpft werden. Ob eine bestimmte Informationen Beachtung findet, ob sie bedeutungstragend ist, welche weitere Handlungen bzw. Reaktionen folgen, ist individuell und hängt unter anderem auch damit zusammen, ob es schon negative oder positive Erfahrungen dazu gibt.

Die Wahrnehmung und Wahrnehmungsverarbeitung kann sich zudem in besonders belastenden Situationen oder in deren Folge nochmals verändern. Während oder kurz nach einer erlebten Krankheit oder bei Migräne-Attacken sind Über- und Unterempfindlichkeiten in Bezug auf (bestimmte) Licht-, Geräusch- oder Berührungsimpulse beobachtbar. Aber auch nach einem Unfall oder auch in Zusammenhang mit weiteren psychischen Erkrankungen wie Depressionen, Traumata oder Borderline-Störungen zeigen sich Wahrnehmungsbesonderheiten. Scheinbar harmlose Stimuli wie ein plötzlich auftretendes Geräusch oder ein bestimmter Geruch werden zu Stressfaktoren und führen zu einer Überlastung der Systeme. Andere Reize aus der Umgebung werden dagegen kaum wahrgenommen, wie eine leichte Berührung oder Zuspruch von außen. Teilweise sind Betroffenen in diesen Situationen auf der Suche nach besonders intensiven und zum Teil selbstverletzenden Impulsen, oder sie vermeiden jeden weiteren Stimulus und verfallen in Passivität. Auslöser und Ausprägung der Wahrnehmungsauffälligkeiten können sich im Laufe der Zeit verändern. Mithilfe von Medikamenten, Psychotherapien und auch Körpertherapien können Erregbarkeit, Häufigkeit und Symptome gelindert werden.

Mit dem Wissen um Unterschiede und Übereinstimmungen in Bezug auf Verarbeitung von Sinnesreizen, je nach situativer, körperlicher sowie neurologischer Besonderheiten in den unterschiedlichen Situationen, könnte sich auch das Verständnis für Menschen mit Autismus verbessern. Die Suche nach Gemeinsamkeiten und Unterschieden in der Reizverarbeitung soll jedoch nicht die Bedeutung der zum Teil schwerwiegenden Beeinträchtigungen von Menschen mit Autismus abschwächen. Autismus ist eine tiefgreifende Entwicklungsstörung, verbunden mit einer lebenslangen anderen, ganz besonderen Wahrnehmung und deren weiteren Verarbeitung.

1.3 Eine ganz besondere Wahrnehmung

Nicht anders geht es autistischen Menschen in ihrem Alltag. Sie nehmen nicht nur viel mehr Reize bewusst wahr als nichtautistische Menschen, sondern reagieren auch anders, weil in ihrem Gehirn ein anderes Modell der Welt entsteht, auf das sie

dann mit einem anderen, für die Umgebung unerwarteten Verhalten reagieren. [...] Sie werden mein Verhalten nicht einordnen können und als komisch oder gar abartig empfinden. Dass es innerhalb meines Systems ein korrektes Verhalten ist, spielt keine Rolle mehr. (Vero, 2014, S. 20–22)

Auch wenn jeder Mensch individuell wahrnimmt und diese Informationen spezifisch weiterverarbeitet, trifft dies im Besonderen auf Menschen aus dem Autismus-Spektrum zu. Die Unterschiede und das daraus folgende Verhalten führen häufig zu Verwunderung, Unverständnis und auch Unmut. In vielen Situationen sollte in Bezug auf die gezeigten Besonderheiten jedoch deutlich mehr Toleranz und Verständnis gezeigt werden, besonders wenn es dadurch zu keiner weiteren Beeinträchtigung oder Verletzung kommt. Was macht es für einen Unterschied, ob jemand zur Beruhigung auf das Meer und einen Sonnenuntergang blickt oder dem Schleudern der Wäschetrommel zuschaut?

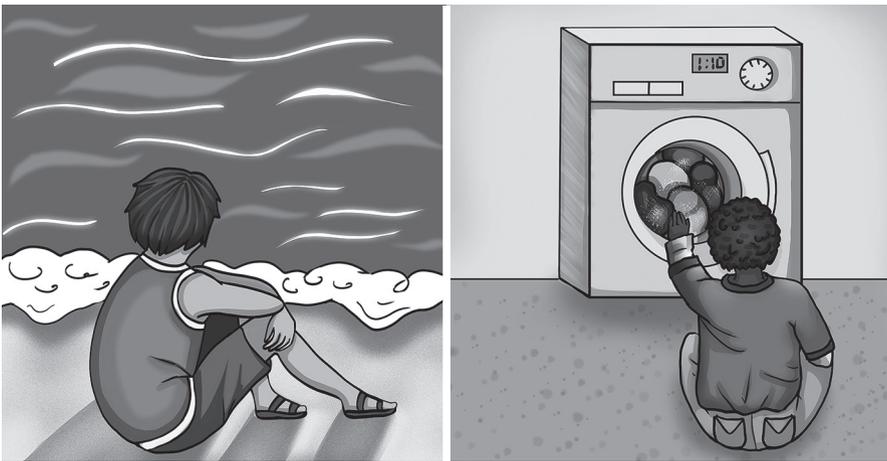


Abb. 1.1: Jeder Mensch hat seine eigene Wahrnehmung. Für die einen ist der Blick auf die Wellen am Meer entspannend, für die anderen der Blick auf die sich drehende Wäsche in der Waschmaschine.

Die *andere* Wahrnehmung bezieht sich auf die Aufnahme, die Speicherung und das Einordnen der Impulse und sie unterscheidet sich in fast allen Bereichen von derer neurotypischer Menschen. Dies zeigt sich in einer Überwie auch Untersensibilität in Bezug auf Sinnesreize, in einer zumeist besonders schnellen Erregbarkeit sowie einer eingeschränkten Regulationsfähigkeit, welches sich u. a. in den vielfältigen Autostimulationen zeigt.

Gegensätzliche Empfindungen, ein Fallbeispiel: Julian, 3,5 Jahre, Down-Syndrom

Julians Vater berichtet folgendes: »Es ist jeden Abend ein Drama, wenn Julian ins Bett gehen soll. Er streicht seine Matratze glatt, schaut, dass auch kein Krümel oder Haar darauf zu finden ist, dann legt er sich hin. Ich decke ihn zu und singe ihm sein Schlaflied. Julian klettert anschließend wieder aus dem Bett, kontrolliert nochmals sein Bettlaken, dann bekommt er seinen Gute-Nacht-Kuss. Nun muss ich für ihn das Bettlaken mehrmals glattziehen und fest unter die Matratze stecken, bis es endlich passt. Wenn wir ihm im Winter ein wärmendes Betttuch anbieten, schreit und schimpft er so lange, bis wir wieder sein altes, glattes aufziehen. Auch das Bettinlett selbst darf nicht gewechselt werden, er bemerkt dies sofort. Wenn ich später nachschaue, ob Julian schläft, ist sein Bett oft leer. Er liegt dann eingerollt, mit seiner Bettdecke, im unteren Fach seines Bücherregals. Dabei scheint es ihn nicht zu stören, wenn dort noch ein Auto oder ein Bauklotz liegen. Es scheint, als gelten hier andere Regeln.«

Ein Erklärungsversuch: Julian zeigt in vielen Bereichen eine starke Überempfindlichkeit bezüglich taktiler Reize. Ein weicher und kuscheliger Schlafplatz bietet ihm kaum spezifische Informationen und verunsichern ihn. Auch Krümel im Bett, eine Falte im Betttuch oder die Erbse unter der Matratze lösen ein Unbehagen aus.

Ideen zur Hilfestellung: Eine besonders feste Matratze, ein extra eingebauter Spalt zwischen Bett und Wand oder der Bettkasten können eine klare Information und somit eine entspannende Grundlage für einen guten Schlaf bilden. Aber auch eine kräftige Massage oder das Abrollen mit einer Schaumstoffrolle über den gesamten Körper vermindert eine vorher erhöhte Anspannung und erleichtern somit das Ein- und Durchschlafen.

1.3.1 Hyper- und Hyposensibilität (Über- und Untersensibilität)

Menschen mit Autismus erleben viele Informationen ihres eigenen Körpers und aus der Umwelt entweder besonders intensiv, oder sie nehmen diese wenig bis gar nicht wahr. Bedingt durch die kaum vorhandenen Abstufungen bezeichnen Betroffene ihr Leben deshalb häufig als »Leben in Extremen«.

Je nach sensorischen Besonderheiten, je nach Situationen oder Tagesform wechselt die Wahrnehmung scheinbar von Über- zu Unterempfindlichkeit. In Bezug auf visuelle Informationen wird zum Beispiel Sonnenlicht als zu hell empfunden; andererseits wendet sich das Kind später einem Blinklicht an einem Spielzeug zu, welches intermittierend leuchtet. In Hinblick auf auditive Impulse werden »normale« Alltagsgeräusche, wie Stimmen in einem Raum, schnell als zu laut und somit unangenehm eingestuft; das Martinshorn an einem Rettungswagen fasziniert jedoch, trotz oder gerade wegen der besonderen Lautstärke und wird sogar ganz nah an das Ohr gehalten. Am nächsten Tag oder auch nur kurze Zeit später kann dies wieder ganz anders wahrgenommen werden und die folgenden Reaktionen sind ebenso ganz anders.

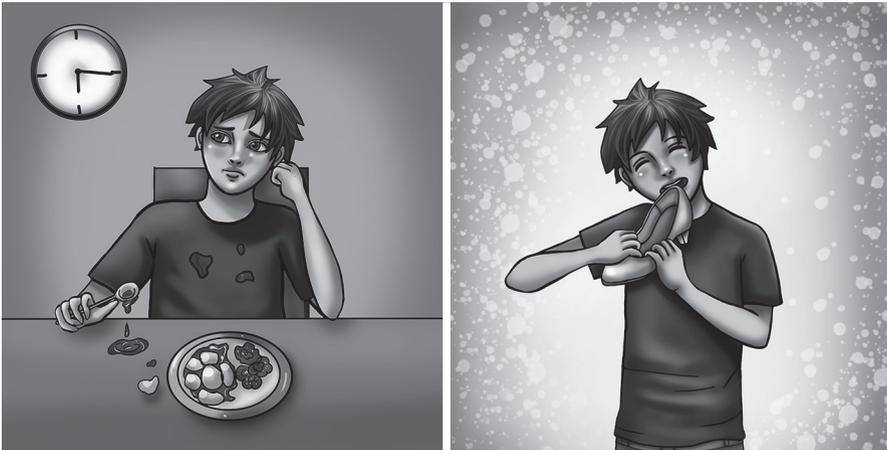


Abb. 1.2: Das Mittagessen wird verweigert, mit Ausnahme von einem bestimmten Brei oder dem Lieblingsjoghurt – bei Aufregung oder Langeweile beißt das Kind jedoch vorzugweise in nicht Essbares, wie einen Schuh oder die Lederhandtasche der Mutter.

Es scheint, als führen vergleichbare Reize zu gegensätzlichen Reaktionen. Die Hypersensibilität einerseits und das stringente Einfordern ähnlicher Impulse andererseits ist für Außenstehende nur schwer nachvollziehbar, da sie nicht der eigenen Wahrnehmung und dem eigenen Empfinden entsprechen. In der Folge kommt es zu Missverständnissen, Unmut, negativer Kommunikation und Ausgrenzungen. Im Laufe des Buches werden einige Besonderheiten der Hyper-/Hyposensibilität mithilfe von Fallbeispielen aufgeführt und ergänzend dazu Ideen zur Hilfestellungen erläutert. Denn

die Betrachtung der unterschiedlichen Reaktionen kann helfen, Menschen mit Autismus besser zu verstehen. Es zeigt sich, dass zumeist besonders starke, laute und intensive Reize besser zugeordnet und verarbeitet werden als diffuse, unspezifische Informationen. Wenig prägnante Reize, wie »ein bisschen laut«, »ein wenig Geschmack« oder »eine mittlere Sprechstimme« sind bezüglich Fokussierung und Aufnahme weniger eindeutig und werden abgelehnt oder ignoriert. Welche Informationen die Aufmerksamkeit bündeln, ob diese als angenehm eingestuft und gezielt zur Entspannung ausgesucht werden oder zu einer steigenden Anspannung des gesamten Körpers führen, ist individuell und je nach Situation sehr unterschiedlich.



Abb. 1.3 Leise Geräusche, wie das Ticken einer Uhr, führen teilweise zu einem deutlichen Unbehagen – andere laute Geräusche, wie beim Schlagzeugspiel, nutzt das Kind zur Entspannung.

Gegensätzliche Empfindungen, ein Fallbeispiel: Pia, 5,5 Jahre, Autismus

Pia ist ständig in Bewegung, dabei ist ihr gesamter Körper stark angespannt. Überschießende Bewegungen, Schlagen, Trampeln, Hüpfen und flatternde Armbewegungen sind häufig beobachtbar. Es gibt nur wenige Momente, in denen sie zur Ruhe kommt, dann wechselt ihr Muskeltonus zu vorwiegend hypoton. Sie legt sich lang auf den Boden, lehnt sich beim Laufen gegen die Wand oder sucht Halt bei ihrer Mutter auf dem Arm. In diesen Situationen scheint es, als würde Pia jegliche Bewegungen vermeiden, ihre Aktivitäten sind stark verlangsamt, für jede Veränderung der Körperposition benötigt sie eine besondere Aufmerksamkeit.

Nach einiger Zeit wird Pia wieder aktiver, dann jedoch erneut in Form der Hypertonie. Teilweise erfolgt die Umkehr vom einen in den anderen Spannungszustand innerhalb kürzester Zeit.

Nur in der Reittherapie, wenn Pia auf dem Pferd sitzt, ist ihre Körperspannung ausgeglichen, die Körperhaltung ist aufrecht, die Bewegungen sind flüssiger. Erst einige Stunden nach der Therapie steigt Pias Anspannung wieder an, und sie zeigt die oben beschriebenen Bewegungen.

Ein Erklärungsversuch: Eine eutone (ausgeglichene) Körperspannung ist für Pia kaum möglich. Eine leichte Anspannung der Muskulatur, ein vorsichtiger Zug oder Druck gelingen kaum. Sie kann ihrer Muskulatur nur stark anspannen oder kaum aktivieren. Die Übergänge sind dabei abrupt, auch bedingt durch die Erschöpfung. So sind gezielte Bewegungen nur bei ausreichender Motivation und über eine kurze Zeitspanne möglich. Besonders vielfältiges Lernen und eine ausgeglichene Kommunikation sind jedoch weder in Überaktivität noch bei Passivität möglich.

Ideen zur Hilfestellung: Bewegungsangebote, in denen Pia ihre Muskulatur und ihren Körper gut spüren kann, können ihr helfen, Spannungen und Bewegungen gezielter und bewusster zu beeinflussen. Reittherapie, Schwimmen oder Springen auf dem Trampolin sollten im Alltag und in der Therapie immer wieder angeboten werden.

Das häufige »Zuviel« an unangenehmen oder diffusen Reizen, aber auch das »Zuwenig« an guten, beruhigenden Impulsen führt bei Menschen mit Autismus zu einer zumeist erhöhten Anspannung und einer starken Erregbarkeit in ihrem Alltag. Dies verstärkt sich nochmals in komplexen, unstrukturierten und unvorhersehbaren Situationen, in denen unter anderem mehrere Wahrnehmungsbereiche und -impulse miteinander verknüpft werden müssen, wie zum Beispiel in der Interaktion. Erregung und somit auch der Körpertonus steigen hier nochmals an.

1.3.2 Hypertonie und Hypotonus – Erregbarkeit und Regulation

Das Gehirn mit seinem zentralen Nervensystem steuert eine Vielzahl an Körperprozessen. Einige können gezielt beeinflusst werden, auf andere haben wir keinen Zugriff. Herzschlag, Blutdruck, Schweißabsonderung oder die Tätigkeiten des Verdauungstraktes werden vom autonomen Nervensystem