

Overload

Beim **Overload** (= **Überladung, Reizüberflutung**) staut sich ein **Reiz** an den anderen, das vorbeifahrende Auto, die summende Biene, das Gespräch nebenan, das Radio, flackerndes Licht, ... – alles kumuliert sich so lange bis es wie ein lautes undurchdringliches, ungefiltertes Getöse auf die Kinder einwirkt.

Es können auch **Gefühle** sein, die sich anstauen, oder zu viele zu schnell nacheinander gestellte Fragen, die an das betroffene Kind herangetragen werden oder zu viele soziale Interaktionen auf einmal. Viele Kinder im Autismusspektrum (ASS) reagieren darauf mit Unruhe, Rückzug oder Ohren zuhalten.

Manche Kinder haben gelernt, sich selbst zu stimulieren, um sich vor dem Overload zu schützen, bzw. aus diesem wieder herauszukommen: Summen, das Aufsagen von Reimen, Drehen von Gegenständen, Musik hören (Kopfhörer) usw. Manchmal kann es helfen diese Stimulation von außen zu unterstützen, indem man Hände, Beine oder Arme massiert oder einen warmen Waschlappen auf die Stirn legt oder eiskaltes Wasser zum Trinken anbietet.

Es ist aber individuell **sehr unterschiedlich**, ob das Kind dies in dem Moment zulassen möchte und kann, daher vorsichtig ausprobieren oder einmal in einer ruhigen Minute mit dem Kind besprechen, was ihm eventuell helfen könnte.

Meltdown

Die Folge eines Overloads ohne Rückzugsmöglichkeit kann der sog. **Meltdown** (= „**Kernschmelze**“, sieht von außen aus wie ein **Wutausbruch**) sein.

Die Betroffenen schreien laut, werfen Gegenstände und haben keine Kontrolle mehr über ihr Verhalten.

Manche verletzen sich selbst, schlagen mit dem Kopf an die Wand oder beißen sich, um alle anderen Reize, die sie nicht beeinflussen können, zu überdecken. Allerdings kann das Schmerzempfinden herabgesetzt sein, sodass Verletzungen in dem Moment nicht bemerkt werden. Es ist ein **Akt der Verzweiflung**, weil alles entgleitet.

Es handelt sich aber nicht um einen „Wutausbruch“ sondern um **Panik**, ohne die Absicht jemanden oder sich selbst zu verletzen. Die meisten Kinder im Autismusspektrum wollen in dieser Situation nicht angefasst werden, es wäre nur ein weiterer Reiz. Man sollte auch nicht anfangen, auf die Kinder einzureden, denn auch das ist ein weiterer Reiz. Gut und wichtig ist es, in der Nähe zu sein, darauf zu achten, dass sich niemand verletzt und abzuwarten.

Shutdown

Wenn kein Rückzug, keine Selbststimulation, kein Entrinnen aus dem Overload möglich ist, kann sich dieser auch zu einem **Shutdown** (= **Abschalten**) entwickeln.

Manche Kinder liegen dann eingerollt in einer Ecke, ziehen eine Decke über den Kopf oder schaukeln mit dem Körper hin und her. Sie sind dann meist **eine Zeit lang nicht mehr ansprechbar**. Manchmal geht dem Shutdown auch ein Meltdown voraus.

Es ist gut, dann einfach da zu sein, sich ruhig zu verhalten und dafür zu sorgen, dass nicht weitere Reize auf das Kind eindringen. Das Bedürfnis nach Nähe oder auch Distanz kann in dieser Situation sehr unterschiedlich bei Kindern im Autismusspektrum sein und muss unbedingt respektiert werden.