

## Tipps für den Alltag

***Damit sich Kinder mit Autismus im Alltag orientieren können und im Rahmen ihrer Fähigkeiten und Möglichkeiten zurechtfinden können, ist es wichtig, dass auf ihre besonderen Bedürfnisse eingegangen wird. Hier finden Sie einige Empfehlungen:***

- Geben Sie sich und dem Kind viel Zeit, um sich gegenseitig kennen zu lernen. Entdecken Sie die (autistische) Welt und Wahrnehmung des Kindes. Achten sie auf kleine Veränderungen im Verhalten des Kindes. Achten Sie auf die Initiativen des Kindes.
- Stichwort Irritation: Achten Sie auf Ihr eigenes Empfinden von Irritation, wenn das Kind „ungewöhnliches“ Verhalten (z. B. stereotype Bewegungen/Handlungen) zeigt oder auf Ihre Kontaktangebote unangemessen reagiert. Projizieren Sie Ihre eigene Irritation oder Verunsicherung **nicht** auf das Kind! Statt zu denken: „Dieses Kind verhält sich aber seltsam!“ machen Sie sich bewusst: „Das Verhalten dieses Kindes irritiert mich/verunsichert mich/nervt mich, ich werde mich deshalb regelmäßig mit meinen Kolleg(inn)en austauschen und mir gezielt Unterstützung oder Beratung (z. B. bei Heilpädagogen) holen, um mit meiner eigenen Irritation umgehen zu können.“
- Halten Sie gezielt nach dem **Entwicklungspotential** und den **Interessen** des Kindes Ausschau und lenken Sie den eigenen Fokus weg von den „Defiziten“ oder „Auffälligkeiten“. Finden Sie heraus, welche Hilfen (z. B. in Übergangssituationen) das Kind braucht. Probieren Sie Verschiedenes aus und informieren Sie alle Kolleg(inn)en sowie die anderen Kinder im Umfeld, wenn Sie effektive Hilfen mit dem Kind bzw. für das Kind gefunden haben. Finden Sie heraus, wie eine (kurze) Kontaktaufnahme gelingen kann. Beobachten Sie dazu genau die Körpersprache des Kindes und seine sonstigen Signale.
- Schaffen Sie **klare äußere Strukturen** und **Rituale** im Alltag, die dem betroffenen Kind wichtig sind und ihm Orientierung geben, und halten Sie sie ein. Entwickeln Sie entsprechende Zeitpläne, Fotos und Symbole. Behalten sie (wenige) feste Rituale und Routinen bei, insbesondere für die Gestaltung von Übergangssituationen.
- Treffen Sie mit dem Kind **klare, verlässliche Absprachen** und halten Sie diese auch ein.
- Planen Sie **Ruhezeiten** ein, da die betroffenen Kinder meist einen sehr hohen Energieaufwand haben, um Reize aus der Umwelt, die auf sie einströmen, ertragen und regulieren zu können. (*Geräusche, Temperatur, Gerüche, Farben, Entschlüsselung von Sprache, Körpersprache, soziale Situationen, Bewegungen/Gleichgewichtssinn, ...*)
- Kündigen Sie – wenn möglich – Veränderungen (*Ausflüge, Besuche, Veränderungen oder Besonderheiten im Tagesablauf, Terminverschiebungen, ...*) rechtzeitig an und erklären Sie diese Veränderungen genau. Bieten Sie Hilfen im Umgang mit den Veränderungen an.
- Verwenden Sie in der Kommunikation mit betroffenen Kindern keine Zweideutigkeiten (*keine Ironie, keine Redewendungen, keine Andeutungen, keine Metaphern, kein „irgendwie“, „irgendwann“, „vielleicht“, „vermutlich“, „mal sehen“, ...*), sondern:
  - ⇒ Eindeutige, kurze und klare Aussagen, Erklärungen und Antworten formulieren
  - ⇒ explizites und deutliches verbales Feedback geben
  - ⇒ Informationen gut strukturieren und gegebenenfalls visualisieren

Eindeutige Kommunikation und eindeutiges Verhalten gibt den Kindern Sicherheit und Orientierung. Verwenden Sie eindeutige Gesten und eine eindeutige Körpersprache.

## Tipps für den Alltag

- Unterbrechen Sie **stereotype Bewegungsmuster und Verhaltensweisen** (zum Beispiel *Hin- und Herschaukeln* oder *im-Kreis-gehen*) nicht, wenn diese Muster in stressigen Situationen wichtig für die Selbstregulierung, Beruhigung und für das Sicherheitsgefühl des Kindes sind. Schützen Sie das Kind vor (Selbst)Verletzungen.  
Entdecken Sie in den stereotypen Verhaltensweisen und Bewegungsmustern des Kindes den Versuch, sich selbst zu beruhigen, Sicherheit zu empfinden und sich selbst Orientierung und Halt zu geben. Auch „Ausraster“ können ein Versuch sein mit dem erlebten Chaos oder der Reizüberflutung irgendwie umzugehen. Wenn das Kind seine Belastungsgrenze erreicht hat, braucht es umgehend Ruhe und Rückzug.
- Schaffen Sie – nach Möglichkeit – eine **reizarme Umgebung**: Die Umgebung, in der das Kind lebt, spielt, isst und schläft, sollte regelmäßig auf Reizüberflutung überprüft werden. Hier einige Beispiele für Reizquellen, die reduziert werden können: *Radio, Fernseher, Bildschirme aller Art, Waschmaschinen Geräusche, Rasenmäher-Lärm, flackerndes oder zu grelles Licht, Gerüche, Geräusche, vollgestopfte Räume, zu viele Möbel/Spielzeug, ...*
- Das betroffene Kind sollte eine **ruhige Rückzugsmöglichkeit** - eventuell mit weichen Matten - zur Verfügung haben, wenn es sich erholen möchte.
- Fordern Sie Händeschütteln, Lächeln und Körperkontakt bei betroffenen Kindern nicht ein.
- Sprechen Sie nie über den Kopf des betroffenen Kindes hinweg. Die meisten Kinder mit Autismus (auch bei frühkindlicher Autismus) werden unterschätzt und verstehen nahezu alles. Sprechen Sie immer **auf Augenhöhe** mit den Kindern – auch wenn die Kinder den Blickkontakt, das Dialogangebot oder andere soziale Gesten nicht erwidern.
- Suchen Sie unvoreingenommen und kreativ nach **Ausdrucksmöglichkeiten** für das betroffene Kind. Viele Kinder mit Autismus haben Schwierigkeiten ihre Gedanken, Gefühle, Bedürfnisse, Meinungen, Motive, Ziele und Absichten direkt (= gemeint ist die verbale Sprache) mitzuteilen/auszudrücken. Außerdem haben viele Betroffene Schwierigkeiten, soziale Signale anderer Menschen (z. B. Gesten, Mimik, Gefühlsausdruck, Humor, Kontaktangebote, Streit, ...) zu entschlüsseln bzw. situationspassend zu deuten. Deshalb brauchen betroffene Kinder oft **Unterstützung** oder **Hilfsmittel**, um sich mitteilen zu können und sich im sozialen Kontakt wohlfühlen zu können. Solche Hilfsmittel oder Brücken können sein: miteinander vereinbarte Signale<sup>1</sup>, Kommunikationsbrett, Kamera, Zahlen, Kalender, Gedichte/Wortneuschöpfungen/Wortspiele, Fotos/Bilder, Musik, eine bestimmte Bewegung oder Stereotypie, ...
- Geben Sie dem Kind (Spiel)Material und/oder Aufgaben, die seinen Interessen, Fähigkeiten und Möglichkeiten entsprechen. Nutzen Sie die Spezialinteressen des Kindes, um ihm Erfolgserlebnisse und kognitive Reifungsprozesse zu ermöglichen.

---

<sup>1</sup> Beispiel hierzu: Als Hilfsmittel für einen achtjährigen Jungen mit Asperger-Autismus haben die Lehrerin und der Junge miteinander vereinbart, dass er immer dann, wenn er – während einer Probe oder einer Stillarbeit – eine Frage hat oder ihre Hilfe braucht, mit dem Zeigefinger auf seinen Tisch klopft. Den Arm auszustrecken und sich vor der ganzen Klasse offiziell zu melden, gelang ihm nicht, aber das Klopfzeichen auf seinem Tisch war ein gut geeignetes Zeichen, um zur Lehrerin rechtzeitig Kontakt aufnehmen zu können, bevor er vor lauter Frustration (weil er alleine nicht weiterkommt, sich aber nicht melden kann und auch sonst niemanden um Hilfe bitten kann) „austickt“ und in stereotype Verhaltensmuster rutscht.