

# Beziehungsorientierte Autismus Intervention – Teil 1: Ich bin hier bei dir!

## Koregulation als Basis für den Erwerb von Selbstregulierungsfähigkeiten bei autistischen Kindern unter Berücksichtigung der Prinzipien von SELF-REG®

André Zirnsak

>>

Eine gute Koregulation ist die wichtigste Voraussetzung für die Entwicklung selbstregulativer Fähigkeiten bei Kindern. Dies stellt Stuart Shanker in dem von ihm entwickelten SELF-REG® Modell eindrucksvoll heraus und leitet mit seiner neuen Sicht auf Stress-Erleben und Verhaltensweisen von Kindern zugleich eine Paradigmenrevolution in diesem Bereich ein. Seine Ideen eröffnen darüber hinaus einen gesellschaftlichen Diskurs zu den Themen Respekt, Fremderleben und Neurodivergenz. In diesem Fachartikel werden theoretische Aspekte mit praktischen Hinweisen zur Umsetzung verbunden und somit für Fachkräfte greifbar gemacht.

Eine Metastudie von 2023 (vgl. Ferrara et al. 2023) bestätigt, dass eine gut funktionierende Koregulation von erwachsenen Bezugspersonen (vor allem Eltern) gegenüber autistischen Kindern maßgeblich ist für eine positive Entwicklung unterschiedlichster Kapazitäten und sie vor Begleiterkrankungen schützen kann. Diesen Erkenntnissen zufolge muss auch für den therapeutischen Kontext unmittelbar die Frage nach dem *WIE* gestellt werden

### 1. Definition von Koregulation

Koregulation wird definiert als ein beruhigendes Zusammenspiel zwischen Kind und erwachsener Bezugsperson, mit dem Ergebnis eines größtmöglichen Sicherheitsgefühls, um selbstregulative Fähigkeiten zu entwickeln (vgl. Porges 2019).

Stuart Shanker beschreibt diese unsichtbare Verbindung als *Gehirnbrücke* oder *Interbrain* (vgl. Shanker

2020, 2019). Aus der aktuellen Forschung wissen wir, dass es dafür keine „perfekten“ Eltern oder Bezugspersonen braucht, sondern jene, welche die „*fünf entscheidenden V's*“ (Jenni 2024, S. 108) anbieten: „Vertraut, verfügbar, verlässlich, verständnisvoll und voller Liebe“ (ebd.). Diese erste Erkenntnis macht deutlich, wie wichtig eine gute Zusammenarbeit zwischen Elternteilen und/oder engen Beziehungspersonen des Kindes und Fachkräften ist. Für Fachkräfte würde ich lediglich das letzte V durch „liebe-voll zugewandt“ ersetzen.

### 1.1 Fallbeispiel Anton<sup>1</sup>

Zur Verdeutlichung des *Wie's* beschreibe ich eine Situation mit einem meiner Patenkindern, welches ich nicht so häufig sehe. Anton ist zu diesem Zeitpunkt drei Jahre alt und gilt als neurodivergent (ADHS). Als alle zusammen Abendbrot essen wollen, hat er keinen Hunger. Mir geht es genauso, und weil ich die Gelegenheit, etwas Zeit mit Anton allein zu verbringen, nutzen möchte, geselle ich mich zu ihm auf die Terrasse. Er hat einen Sitzhocker umgedreht und sich darin ganz klein gemacht. Auf mich wirkt er ein wenig bedrückt. Ich setze mich auf die Bank daneben und beobachte ihn zunächst etwas. Sein Blick trifft mich und ist ziemlich ausdruckslos, fast traurig. Ich lehne mich zurück und warte etwas ab. Schließlich sage ich: „Uiii, die Sonne scheint ja ganz schön heiß auf dich drauf. Brauchst du vielleicht ein Dach für dein Haus?“ Anton bleibt in seiner Embryonalstellung und macht dann einen zustimmenden Laut. Also nehme ich eine Polsterauflage und baue ein Dach damit. Anton kichert und kommt allmählich in Bewegung, sodass es im Inneren seines

<sup>1</sup> Alle Namen in den Fallbeispielen wurden zum Schutz der Persönlichkeitsrechte verändert.

Hauses rumpelt und das Dach ständig herunterfällt. Es soll dann aber jedes Mal unbedingt wieder draufgesetzt werden, da die Sonne ja immer heißer wird. Mit jeder Wiederholung unserer Spielsequenz wird Anton sichtlich gelöster, und ich werde etwas mutiger. Ich habe die Idee, dass sich das Wetter innerhalb unseres Spiels doch auch einmal verändern könnte. Deshalb sage ich: „Auweia, es zieht ein Gewitter auf ...“ Anton wird still. „Da ist schon der erste Donner. Kannst du ihn hören?“ Anton scheint in seinem Haus zu lauschen. „Padam!“, mache ich als Donnergeräusch und lasse das Haus ein wenig erzittern, indem ich an dem Stuhl ruckele. Anton kichert erneut, und ich verstehe das als Aufforderung, etwas mehr zu geben. „Jetzt kommt auch noch Regen“, meine ich und lasse meine Finger schnell hintereinander auf dem Polster herumtrommeln. Im Inneren rumpelt es wieder, und plötzlich wird das Dach trotz des Gewitters heruntergestoßen. „Oh je!“, jammere ich stellvertretend. „Jetzt regnet es ja ins Haus hinein.“ Meine Finger trommeln nun auf Antons Rücken und auch leicht auf seinem Kopf. Er lässt das einen Moment zu, freut sich darüber und lacht, bis er das Dach wieder über sich zuzieht. Dann kommt ein starker Wind, der Antons Haus zum Wanken bringt, bis schließlich das Gewitter vorbeigezogen ist und die Sonne zurückkommt. „Jetzt gibt es etwas zu essen.“, sagt Anton. „Es gibt Spaghetti. Ich bin die Spaghetti.“ Das verstehe ich als direkte Aufforderung, sensomotorische Impulse zu geben. Ich esse mich an den sich windenden Spaghetti satt, indem ich versuche, sie auf meiner Gabel aufzudrehen und lehne mich dann vollgegessen zurück. „Du hast jetzt bestimmt Durst!“, stellt Anton fest. „Ich bin jetzt ein Glas Wasser.“ Ich nehme Anton körperlich zu mir und trinke ihn als das Glas Wasser in einem Zug aus. So geht das Spiel noch ein paar Wiederholungen lang weiter, bis es sich durch das Dazukommen der anderen Personen allmählich auflöst. Zum Abschied kommt Anton auf mich zu gerannt und gibt mir einen flüchtigen Kuss, bevor er wieder davonrast. Das hat er zuvor noch nie getan, und mir bleibt das als sehr wertvoller Moment stark im Gedächtnis hängen.

Wir erleben hier eine respektvolle Haltung dem Kind gegenüber unter Berücksichtigung des Wissens um:

**A) Die Beziehung:** Da Anton mich nicht sehr gut kennt, nähre ich mich vorsichtig an, sodass er die Möglichkeit bekommt, die Situation mit mir genauer einzuschätzen. Mit der schritt-

weisen Annäherung kann er sich weiter öffnen sowie mutiger eigene Ideen an mich herantragen. Ich koreguliere, verorte das Spiel und rahme es ein (vgl. Zirnsak 2024; Janert/Zirnsak et al. 2023).

- B) Die Ressourcen:** Anton lässt sich auf das Beziehungsangebot ein und reguliert dadurch seine aktuellen Emotionen. Er greift Impulse auf, führt diese weiter und formuliert über symbolische Spielthemen eigene Bedürfnisse.
- C) Die Entwicklung:** Anton zeigt ein Bedürfnis nach sensomotorischen Impulsen. Er führt diese mit Unterstützung weiter zu symbolischen Spielinhalten, die sich meistens auf das vorhergehende Thema beziehen.

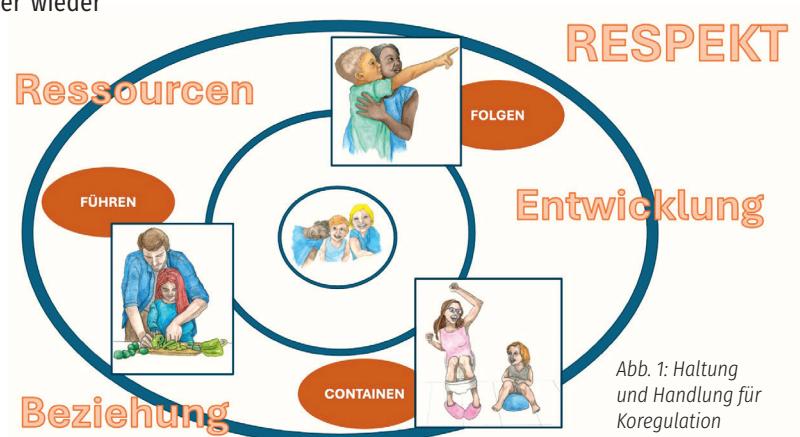
Darüber hinaus sehen wir in meinem Handeln die drei zentralen Fähigkeiten für eine ausgewogene Koregulation von Kindern:

- **Folgen:** Ich folge Antons Bedürfnissen und gehe darauf ein.
- **Führen:** Ich gebe Impulse, fordere ihn auf unterschiedlichen Ebenen heraus und unterstütze ihn dabei, seine eigenen Ideen weiterzuentwickeln.
- **Containen** (vgl. Bion 1997): Ich nehme die Emotionen von Anton auf, wandle sie in einen spielerischen Kontext um und gebe diese danach an ihn zurück.

Das Ergebnis ist: ein hohes Maß an Selbstregulation bei Anton.

## 1.2 Die respektvolle Haltung als Grundlage für Koregulation

In der Interaktion mit autistischen Kindern spielt aus meiner Sicht auch der folgende Aspekt eine große Rolle, der in der wissenschaftlichen Diskussion le-



der zu wenig Beachtung findet: der Umgang mit dem Fremderleben von Verhalten. Dabei ist es gerade die kritische Reflexion unserer eigenen Reaktionen auf das Verhalten autistischer Kinder, die meiner Ansicht nach von zentraler Bedeutung für die Entwicklung angemessener Strategien der Koregulation ist. Zudem ist sie ein wichtiger Anhaltspunkt, sich noch einmal neu mit dem übergeordneten Thema Respekt auseinanderzusetzen.

*„Respekt ist eine innere Haltung und zugleich deren Ausdruck. (...) Durch Respekt können wir (das) (...) Potential in allen Wesen anerkennen, während wir gleichzeitig oft Mitgefühl für ihren Mangel an Einsicht empfinden. (...) Wer jemandem überzeugend Respekt erweisen will, muss die rechten Worte und Gesten finden. (...) Man respektiert nicht nur das, was einem selbst gleicht und vertraut ist, sondern auch das, was einem fremd ist.“ (Strobl 2010, S. 14 ff).*

In dieser Diskussion über Respekt richtet sich der Fokus auf unsere innere Haltung, welche häufig im Zusammenhang mit „guter therapeutischer Arbeit“ angeführt wird. Die Forschung zeigt, dass Haltung allein jedoch nicht ausreicht, um diesen Effekt zu erzielen. Haltung muss, im wahrsten Sinne des Wortes, verinnerlicht werden und zum Ausdruck kommen, in Wort und Tat (*Embodiment*). Erst, wenn die (innere) Haltung in fundierte theoretische Konzepte eingebettet ist (*Embeddedness*), führt sie zu Entwicklungserfolgen im therapeutischen Kontext (vgl. Petzold/Mathias Wiedemann 2019).

Wir brauchen also aussagekräftige und praktisch umzusetzende Modelle, an denen wir uns und vor allem auch die Eltern sich orientieren können. Eines dieser wissenschaftlich fundierten Modelle ist *SELF-REG®* nach Stuart Shanker.

## 2. SELF-REG®

*SELF-REG®* ist ein Prozess und kein Programm (vgl. Shanker 2020, 2019). Das macht es für viele Menschen zu einer Herausforderung. Stuart Shakers Methode beschreibt fünf Schritte zur Selbstregulation und stellt eine Anleitung für einen guten Umgang mit Stress und für die Entwicklung individueller Selbstregulationsmechanismen dar. Ziel dieses Konzeptes ist es, dass Menschen die Erfahrung machen können, einen angenehmen Ruhezustand auf mentaler und

physischer Ebene zu entwickeln. Dafür kann es hilfreich sein, sich ein differenziertes Wissen über die Funktionen des Gehirns und die Auswirkungen von Stress auf die Funktionsweise des menschlichen Körpers anzueignen, es ist jedoch nicht unbedingt erforderlich (s. Fallbeispiel Lukas). Stuart Shanker definiert fünf Bereiche: biologisch, Emotion, kognitiv, sozial und pro-sozial (s. Abb. 2, vgl. S. 108).

### 2.1 Die fünf Bereiche

Sinnvolle Fragen, die wir uns zu den fünf Bereichen stellen, um sie genauer zu erfassen, können folgende sein:

#### Biologischer Bereich

- Wie sieht das sensomotorische Profil des Kindes aus?
- Gibt es organische und/oder somatische Pathologien, die für die Arbeit zu berücksichtigen sind?
- Sind Stoffwechselthemen bekannt, und haben diese Relevanz?

#### Bereich Emotion

- Wie funktioniert die Emotionsregulation?
- Wie können Gefühle formuliert und/oder ausgedrückt werden (non-verbal oder verbal)?
- Welche Rolle spielen Angstthemen beim Kind?

#### Kognitiver Bereich

- Wie gut entwickelt sind exekutive Funktionen?
- Welche Konzepte von Abläufen hat das Kind, und wie flexibel sind diese Konzepte?
- Kann das Kind Problemlösestrategien entwickeln?

#### Sozialer Bereich

- Lässt sich das Kind liebevoll auf Beziehungen ein und sucht danach?
- Kommuniziert das Kind mehr als auf der Bedürfnisebene?
- Kann das Kind soziale Kommunikation im Sinne eines Kommunikationskreislaufes gestalten?

#### Prosozialer Bereich

- Welchen Einfluss haben indirekte Außeneinflüsse von anderen Personen auf das Kind?
- Wie stark antizipiert das Kind, d. h. nimmt es vorausahnend unterbewusst die Gefühle von anderen Personen wahr?
- Kann sich das Kind im Außen in Gemeinschaft mit anderen Menschen gut bewegen?

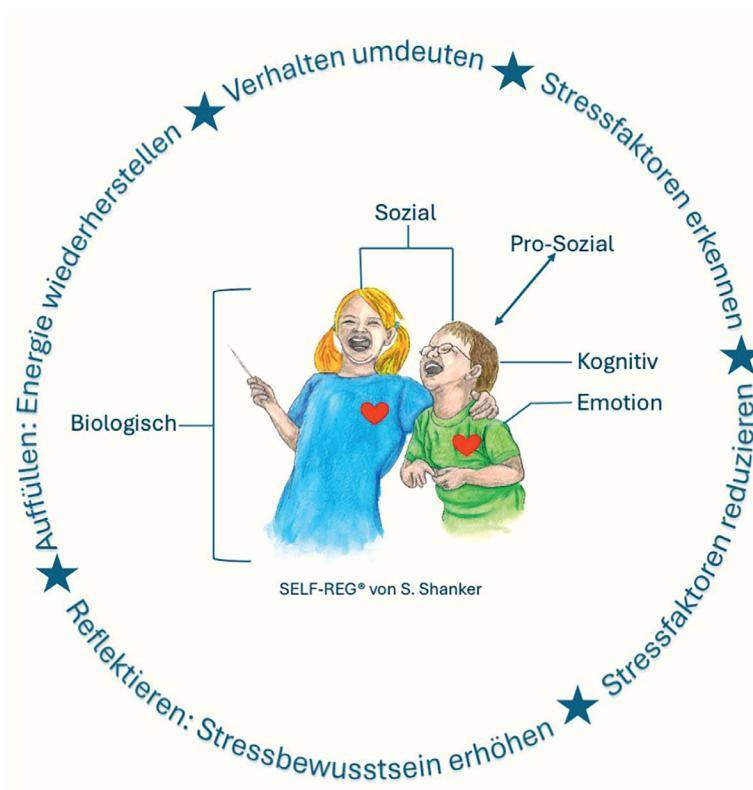


Abb. 2: SELF-REG® Kreislauf

Der biologische Bereich ist für Ergotherapeut:innen wohl zum einen der vertrauteste (sensomotorisches Profil), und zum anderen ist seine Berücksichtigung bei Menschen im Autismus-Spektrum unerlässlich, ist er doch aufgrund der Selbsthilfebewegung (vgl. Silberman 2017) stärker denn je Bestandteil einer Diagnose und oftmals der stärkste Auslöser von Stress-Erleben.

Um geeignete Handlungsstrategien im Umgang mit Stress zu entwickeln, muss die größte Barriere herausgefiltert werden!

SELF-REG® steht immer im Prozess von Veränderung, sodass diese Strategien regelmäßig überprüft und angepasst werden müssen. Da das Wohlergehen eines Kindes sehr eng mit dem Wohlergehen seiner vertrauten erwachsenen Bezugspersonen verknüpft ist, sind Eltern und auch Fachkräfte immer wieder angehalten, unter Berücksichtigung der SELF-REG® Prinzipien Selbstfürsorgestrategien zu entwickeln. Nur so kann eine gute Koregulation gelingen und im zweiten Schritt das Erarbeiten entsprechender Strategien mit dem und für das Kind (vgl. Shanker 2020, 2019).

SELF-REG® ist eine Methode, die ein tiefgehendes Verständnis für Stress und seine Auswirkungen auf unseren Organismus impliziert. Durch das Erleben eines angenehmen mentalen und physischen Ruhezustandes werden auch auf psychologischer und sozialer Ebene Energieressourcen wiederhergestellt.

## 2.2 SELF-REG® im Diskurs mit gesellschaftsrelevanten Themen

Das Konzept beinhaltet zusätzlich eine intensive Auseinandersetzung mit dem Begriff der Neurodiversität, welcher aus meiner Sicht dringend eine größere Beachtung im gesellschaftlichen Kontext finden muss. Dabei sind *Respekt* und *Fremderleben* von zentraler Bedeutung.

Ich erinnere mich an ein Beispiel, als eine Kursteilnehmerin einmal „so ganz lapidar“ meinte, „dass die (autistischen Menschen) sich doch nicht so anstellen sollten ...“ Solche Äußerungen zeugen nicht von einem sehr begrenzten Gedankenkonstrukt, sie verhindern darüber hinaus zuverlässig, dass Klient:innen zu ihrer eigenen Selbstregulation finden und ein entsprechendes Maß an Selbstkontrolle aufbauen können.

Ich denke, dass es bisweilen hilft, den Menschen einfach zu glauben, was sie von sich und ihren Wahrnehmungsempfindungen berichten ...

## 2.3 Fallbeispiel Lukas

Die Entwicklung von basalem selbstregulativem Handeln mit Hilfe von Koregulation und dem Umgang mit Fremderleben ist an der Entwicklung vom 4-jährigen Lukas zu sehen. Lukas ist autistisch und kommuniziert überwiegend non-verbal. Er sucht nach vielen Bewegungsimpulsen und läuft häufig über einen langen Zeitraum in der Wohnung hin und her. Einer seiner Lieblingsplätze ist die Hängematte. Dort möchte er vor allem von seinen Eltern geschaukelt werden. Hört diese Begleitung auf, wird Lukas oftmals sehr ungehalten in Form von Schreien, Treten, Schlagen und Kneifen. Sein Handlungs- und Ausdrucksrepertoire ist stark begrenzt, d.h. er kann sich nur schwer allein beschäftigen und weicht selten von ihm bekannten Konzepten ab. Schubladen müssen beispielsweise immer geschlossen sein und Türen alle zu. Bisweilen kommt es vor, dass Lukas, aus

nicht nachvollziehbaren Gründen, sehr wütend wird und mit dem Kopf gegen eine Wand schlägt. Seine Eltern werden in solchen Situationen ebenfalls schnell erregt, weil sie keine Lösungsstrategien für das Verhalten ihres Kindes finden. In der Gegenübertragung wird dadurch das Verhalten von Lukas noch verstärkt mit dem Ergebnis, dass er festgehalten wird und alle Beteiligten am Ende sowohl physisch als auch psychisch völlig erschöpft sind. Mit einem erweiterten Verständnis der Erwachsenen für einen koregulativen Prozess und der Spurensuche auf der Grundlage der fünf definierten Bereiche nach Shanker gelingt es, sowohl eine Problemlösestrategie für das Kind als auch Selbstfürsorgestrategien für die Elternteile zu entwickeln. Da Lukas sich am besten in der Hängematte beruhigt, jedoch kommunikativ schwer zu erreichen ist, macht es aus meiner Sicht am meisten Sinn, ihn zunächst präventiv immer wieder dorthin zu führen, und das dann bei den kleinsten Anzeichen einer schwierigen Erregung ebenfalls zu tun. Darüber hinaus profitiert er von Körperimpulsen, z. B. in Form von Händedrücken und Fußmassagen, um sich wieder zu regulieren (vgl. Zirnsak 2024). So beginnt Lukas Schritt für Schritt, die Hängematte in sein Konzept für einen angenehmen Zustand zu integrieren. Er lernt auch, bei hoher Erregung von sich aus in die Hängematte zu gehen, um dort zur Beruhigung zu schaukeln und durch mimischen Ausdruck zu signalisieren, wenn er Unterstützung dabei benötigt.

### 3. Fremderleben von Verhalten

Doch gehen wir noch einmal zurück zum *Fremderleben von Verhalten* (vgl. Schäffter 1991) und einer *respektvollen Haltung* (s. Abb. 3), da ich das in meiner täglichen Arbeit als so zentral und hilfreich für die Gestaltung einer gelingenden therapeutischen Unterstützung erlebe. Respekt soll hier im Sinne von *Annahme des Kindes in seinem So-Sein, wie es gerade ist*, verstanden werden, ohne direkt zu einer Bewertung zu kommen.

Stattdessen macht es Sinn, sich mit dem Phänomen der *Gegenübertragung* auseinanderzusetzen, um diese Situation deuten zu können. Uns gelingt dies durch unsere eigene Resonanz in Bezug auf das Kind. So können wir gut einschätzen, wie es dem Kind wirklich geht und adäquat darauf reagieren.

Solange dies geschieht – ganz gleich, ob wir stetig weiter abwägen und neubewerten –, sind wir in Beziehung mit unserem Gegenüber und automatisch bereits in einer koregulativen Position.

Die SELF-REG® Community bezeichnet diese Position, aus der heraus auf das Kind geschaut wird, als *Soft Eyes* (vgl. Zirnsak 2023), und für mich ist sie die Basis einer guten Koregulation. Erst von diesem Standpunkt aus ist es möglich, zwischen sogenanntem Fehlverhalten und Stressverhalten zu unterscheiden. Geschieht die Intervention nicht im (respektvollen) Miteinander,



Abb. 3: Fremderleben von Verhalten

verlassen wir die Beziehungsebene, gehen in eine eher ablehnende Position und reglementieren, ohne dabei die Sinnhaftigkeit der Situation und ihrer Konsequenzen zu erfassen (vgl. Delahooke 2020).

*„Das Urmuster aller Entscheidungen, die man (...) trifft, besteht darin, ob man der Fremdheit lustvoll oder aber feindlich begegnet, ob man ihr die Tore zum eigenen Inneren öffnet oder aber verschließt.“* (Heinrichs 2019, S. 15 f.)

### 3.1 Fallbeispiel Enes

Der 10-jährige autistische Enes kann nicht sprechen. Er nutzt Laute, die bei Aufregung sehr schrill und zu Schreien werden können. Seine kommunikativen Signale sind oftmals unklar, weshalb es häufig vorkommt, dass Enes körperlich übergriffiges Verhalten zeigt, wenn er sich unverstanden fühlt. Seine Barriere, nicht in die verbale Sprache zu kommen und auch kein alternatives Kommunikationssystem anzunehmen, stellt ihn und seine Bezugspersonen vor große Herausforderungen im Umgang miteinander. Durch genaue Beobachtung und Zulassen seiner eigenen Handlungs-impulse wird schnell deutlich, dass es stark darauf ankommt, Enes das Gefühl zu vermitteln, ihn verstehen zu wollen. Er nimmt sich beispielsweise im Praxis-Setting immer wieder einen großen Korb mit unterschiedlichen Gegenständen, den er vor sich auf den Boden stellt und sich dann auf einem runden Teppich niederlässt (=Verortung; vgl. Zirnsak 2024). Ich setze mich ihm gegenüber und warte ab, ohne etwas zu sagen, halte aber eine erwartungsvolle Spannung. Enes nimmt ein Objekt in die Hand, schaut es sich an, blickt zu mir und macht einen Laut. Ich erkenne, dass er versucht, das Objekt zu benennen und formuliere dies: „Ich verstehe dich. Das ist ein Schuh.“ Enes schaut zu mir zurück und probiert, das Wort „Schuh“ auszusprechen. Ich nicke ihm ermutigend zu und wiederhole es. So geht es weiter, bis alle Objekte einmal Erwähnung und einen Platz gefunden haben. An einem Termin wird Enes plötzlich ganz still und blickt zu Boden. Langsam hebt er den Blick und hat Tränen in den Augen. Ich nehme seine Hände in meine und sage nichts, signalisiere ihm jedoch durch meine Mimik, dass alles in Ordnung ist. Dann weint er, während er meine Hände ganz fest hält. Seine Mutter, die beobachtend dabei ist, weint ebenfalls. Ab diesem Zeitpunkt verändert sich das Verhalten von Enes im Alltag sehr deutlich und ebenfalls jenes seiner engsten Bezugspersonen. Seine Art der Kommunikation wird nicht länger als fremd erlebt, sondern als Teil seiner natürlichen Art und Weise, Signale zu formulieren und auszusenden, und seine Kommunikation verbessert sich deutlich.

Eine wesentliche Erkenntnis seiner Mutter, die mich unter Tränen einige Wochen später anruft, ist: „Mein Kind ist überhaupt nicht aggressiv. Es hat nur immer wieder versucht, mir etwas mitzuteilen.“ Was für ein Durchbruch und eine neue Basis für einen respektvollen Umgang miteinander ...!

An diesem Beispiel können wir all das wiedererkennen, mit dem wir uns bereits zuvor auseinandergesetzt haben:

Die respektvolle Haltung in den Themen

**A) Beziehung** (Wie gestalte ich meine Beziehung zu Enes?),  
**B) Ressourcen** (Was kann Enes?)  
**C) Entwicklung** (Auf welche Art und Weise kann ich Enes bei seinem Entwicklungsthema unterstützen?). Auch treffen wir auf die drei wesentlichen Schritte in der Begleitung für gute Koregulation: *Folgen, Führen und Containen*.

Wir erkennen die *größte Barriere bzw. den Hauptfaktor für Stressmomente* im biologischen Bereich (eingeschränkte Fähigkeit zu Sprechen) gekoppelt mit dem Bereich Emotion (Unfähigkeit zu weinen).

Und wir sehen die Umsetzung der fünf Schritte nach SELF-REG® (s. Abb. 2):

- ★ Verhalten umdeuten (Enes zeigt Stressverhalten),
- ★ Stressfaktoren erkennen (Enes fühlt sich nicht verstanden),
- ★ Stressfaktoren reduzieren (die Art und Weise der Kommunikation mit Enes anpassen),
- ★ Reflektieren/Stressbewusstsein erhöhen (die engsten Bezugspersonen erweitern ihr Verstehen) und
- ★ Auffüllen/Energie wiederherstellen (Selbstfürsorgestrategien mit ihm entwickeln).

Wir stellen fest, dass *Fremderleben* durch ein Beziehungsangebot und der Annahme des Kindes in seinem So-Sein sowie einer Auseinandersetzung und Deutung dessen, was es in seinem Verhalten zeigt, zu einer ausgewogenen *Koregulation* führt und im Entwicklungsverlauf zu mehr *Selbstregulation*.

### 4. Das Wort zum Ausblick

Wie wir nun erfahren haben, kann eine gut funktionierende Koregulation den gesamten Entwicklungsverlauf von Kindern positiv beeinflussen und sogar massiv

voranbringen, indem Selbstregulation entwickelt und stetig verbessert wird. Wir sehen jedoch auch, dass Koregulation von den Bezugspersonen der Kinder ein hohes Maß an Selbstreflektion sowie eigene Selbstfürsorgestrategien erfordert. Diese müssen immer individuell entwickelt werden und folgen keinem Universalrezept. Ich möchte deshalb dazu einladen, Koregulation verstärkt in den Fokus pädagogisch-therapeutischer Interventionen zu stellen, Selbstfürsorgestrategien sowohl für sich selbst als auch für das Kind zu entwickeln und den gesellschaftlichen Diskurs weiterzutragen, damit Kinder im Autismusspektrum endlich eine Chance auf barrierefreie Kommunikation bekommen und tragfähige Beziehungen aufbauen können.

*„We have to take time and focus on ourselves first, before we can have a closer look at others and to help support them!“ (Zirnsak 2023)*

► Dieser Beitrag ist Teil der Reihe „Beziehungsorientierte Autismus Intervention“. In der nächsten Ausgabe der „praxis ergotherapie“ erscheint Teil 2 mit dem Titel „Lass uns spielen!“ Das DIRFloortime®-Modell als Gerüst für ein gelingendes Spiel und die Förderung von funktionalen, emotionalen Entwicklungskapazitäten.

#### Literatur:

- Bion, W. R. (1997): Lernen durch Erfahrung. 2. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp
- Delahooke, M. (2020): Mehr als Verhalten. Neurozeption, Neurodiversität und die Wirkung früher Traumata auf die Gehirnentwicklung. Lichtenau/Westf.: G. P. Probst Verlag
- Ferrara, R. et al. (2023): Parents-children co-regulation as therapeutic variable and target in autism spectrum disorders. From observation of drive to need of cooperative parent-mediated therapy. In: La Clinica Terapeutica, Vol. 174 (6), S. 537–544
- Heinrichs, H.-J. (2019): Fremdheit. Geschichten und Geschichte der großen Aufgabe unserer Gegenwart. München: Verlag Antje Kunstmann
- Janert, S., Zirnsak, A. et al. (2023): Autismus beziehungsorientiert behandeln – Handbuch zur DIRFloortime-Methode. 2. Auflage. München: Reinhardt-Verlag
- Jenni, O. (HG.) (2024): Kindheit. Eine Beruhigung. Zürich – Berlin: Kein & Aber
- Petzold, H., Mathias-Wiedemann, U. (2019a): Das integrative Modell „komplexer, wechselseitiger Empathie“ und „zwischenleiblicher Mutualität“ als Grundlage melioristischer Lebenspraxis, Therapie und Supervision. Forschungsbericht aus der Europäischen Akademie für biopsychosoziale Gesundheit,

Hückeswagen. In: POLYLOGE 3/2019. Online: <https://www.fpi-publikation.de/downloads/?doc=petzold-mathias-2019a-integrative-modell-wechselseitige-empathie-zwischenleiblich-polyloge-03-2019.pdf> [Stand: 15.01.25]

Porges, S. W. (2019): Die Polyvagal-Theorie und die Suche nach Sicherheit. Traumabehandlung, soziales Engagement und Bindung. 3. Auflage. Lichtenau/Westf.: Probst-Verlag

Schäffter, O. (Hrsg.) (1991): Das Fremde. Erfahrungsmöglichkeiten zwischen Faszination und Bedrohung. Opladen: Westdeutscher Verlag

Shanker, S. (2020): Reframed. Self-Reg for a Just Society. Toronto, Buffalo und London: University of Toronto Press

Shanker, S. (2019): Das überreizte Kind. München: Wilhelm Goldmann

Silberman, S. (2017): Geniale Störung: Die geheime Geschichte des Autismus und warum wir Menschen brauchen, die anders denken. Köln: DuMont

Strobl, I. (2010): Respekt – Anders miteinander umgehen! München: Pattloch-Verlag

Zirnsak, A. (2024): Autistische Kinder verorten. In: Tellington Magazin. Offizielles Magazin des Tellington TTouch® Vereins Deutschland e. V. (4/2024), S. 22–27

Zirnsak, A. (2023): Soft Eyes – Self-Reg Blog vom 14.08.23. Online: <https://self-reg.ca/soft-eyes/> [Stand: 14.01.25] und <https://entwicklungsspielraeume.de/methoden.html> [Stand: 20.01.25]

#### Der Autor:



**André Zirnsak**

Diplom-Heilpädagoge, Spieltherapeut, Coach & Supervisor, Singer/Songwriter, Kinderliedermacher und Clown  
[info@entwicklungsspielraeume.de](mailto:info@entwicklungsspielraeume.de)  
[www.entwicklungsspielraeume.de](http://www.entwicklungsspielraeume.de)

Alle Grafiken von André Zirnsak

Alle Illustrationen von Nadine Feiler

**Abb. 2:** Verwendung und Anpassung mit Genehmigung des MEHRIT Centre

#### Stichwörter:

- Neurodiversität
- Beziehung
- Regulation
- Respekt