

Autistische Kinder verorten

von André Zirnsak, Diplom-Heilpädagoge

Fallgeschichten von autistischen Kindern gibt es viele - hier sind Situationen beschrieben, die verdeutlichen, wie hilfreich die Tellington®-Methode in der Arbeit mit autistischen Kindern und ihren Familien sein kann.

Seit nunmehr zwanzig Jahren entdecke ich die Arbeit mit autistischen Menschen immer wieder aufs Neue. Altes geht und Neues kommt dazu. Manches jedoch bleibt offensichtlich für immer ... So hat mich von Anfang an die Beziehungsgestaltung (vgl. Janert/Zirnsak et al. 2023) und die unterschiedliche Wahrnehmung von Autist:innen sowohl fasziniert als auch beschäftigt im Sinne einer Auseinandersetzung mit den damit verbundenen Themen. Themen, die häufig sogenannte herausfordernde Verhaltensweisen mit sich bringen. Ich interessiere mich für die verborgenen Aspekte und ganz pragmatisch die Suche nach Möglichkeiten der Unterstützung in Situationen, die für die autistische Person und auch für das Umfeld Barrieren darstellen. Besonders lehrreich ist für mich die Zusammenarbeit mit autistischen Menschen, die für sich selbst eintreten und ihre Stimme nach außen bringen. Explizit zu nennen ist dabei der Verband White Unicorn e. V. aus Berlin, der sich für ein barrierefreies Umfeld für Autist:innen und die Erforschung von sensorischen Barrieren einsetzt (vgl. White-Unicorn 2024).

Als Einstieg in die Thematik möchte ich einige Hintergrundinformationen in Kürze geben: Menschen im Autismusspektrum sind vor allem aufgrund ihrer unterschiedlichen Wahrnehmung einer Vielzahl von Barrieren ausgesetzt, die ihr subjektives Sicherheitserleben (vgl. Porges 2019) negativ beeinflussen. Je weniger Autist:innen diese Barrieren in einem gesunden Maß überwinden oder sich damit auseinandersetzen können, desto höher ist die Barrierelast. Barrierelast kann auch mit erhöhtem Stresserleben übersetzt werden.

Barrieren sind verortet in verschiedenen Bereichen (vgl. Shanker 2020 und 2019), als da wären:

1) Der biologische Bereich:

Biologische Barrieren sind praktisch innerhalb einer Autismusdiagnose implementiert, d. h. wenn eine Person keine Barrierelast in diesem Bereich aufweist, kann sie sich gar nicht im Autismusspektrum befinden. Unterteilen kann man diese Barrieren im Bereich der Sinneseindrücke: z. B. auditive (z. B. Überreizung durch Lautstärke, die Wahrnehmung von bestimmten Stimmfarben, ein „absolutes“ Gehör), visuelle (z. B. zu viele unterschiedliche visuelle Eindrücke auf einmal, grelles Licht), taktile (z. B. eine erhöhte Empfindlichkeit gegenüber Berührungen, ein herabgesetztes oder auch erhöhtes Schmerzempfinden), olfaktorische (v. a. eine überaus starke Abneigung gegenüber starken Gerüchen), gustatorische (v. a. eine eingeschränkte Essensauswahl) und motorische Aspekte (v. a. fein- und/oder grobmotorische Herausforderungen). Auch organische Themen finden hier Beachtung, wie beispielsweise der Stoffwechsel und mögliche Krankheiten.

2) Der emotionale Bereich:

Autismus äußert sich häufig in Form einer Unreife auf emotionaler Ebene. Als eine der größten Herausforderungen stellt sich oftmals die Entwicklung einer Symbolebene dar, die gleichwohl Menschen dazu befähigt über sich selbst und andere aktiv zu reflektieren sowie sich darüber, vor allem durch Fantasienspiel, zu entlasten und Erlebtes zu verarbeiten. In Verbindung mit biologischen Barrieren können darüber hinaus Gefühle oftmals nicht adäquat wahrgenommen und verortet werden, sodass diese entsprechend auch nicht rechtzeitig in Worte gefasst werden können und es somit häufig zu Wutanfällen in Überlastungssituationen kommt. Auch Angstthematiken sind keine Seltenheit und hängen meist zusammen mit kognitiven Barrieren.

3) Der kognitive Bereich:

Menschen im Autismusspektrum zeigen häufig Schwierigkeiten bei der Ausführung von Handlungen, obwohl sie kognitiv verstehen, wie diese ausgeführt werden kann. Dies führt oftmals zu starkem Frusterleben, was wiederum Unterstützung durch eine andere Person notwendig macht. Darüber hinaus können Autist:innen häufig nicht so einfach alternative Handlungsstrategien entwickeln und greifen dann auf immer gleiche Abläufe zurück, auch wenn diese nicht funktionieren.

4) Der soziale Bereich:

Vor allem das Erleben von sozialen Situationen beschreiben viele autistische Menschen als eine der größten Herausforderungen im Alltag. Es geht häufig alles zu schnell, d.h. die Geschwindigkeit der Signale, die zwischenmenschlich ausgetauscht werden, übersteigt die Ressourcen von Autist:innen und es fällt ihnen schwer, diese Signale zu deuten. Darüber hinaus sind die Themenwechsel, die beispielsweise im Zusammenspiel unter Kindern stattfinden, oftmals zu abrupt, was auch zu einer Abseits- oder Außenseiterposition führen kann. Die soziale Kommunikation ist damit deutlich erschwert und führt dazu, dass Autist:innen oftmals einseitig agieren und andere für sich außen vor lassen.

5) Der prosoziale Bereich:

Unter prosozialen Barrieren versteht man die Erschwerung, mit den Spannungszuständen oder dem Stress von anderen Personen umzugehen. Hier sind Autist:innen besonders starken Herausforderungen ausgesetzt, da sie eine erhöhte Sensibilität aufweisen und häufig die Gefühle anderer Personen vorausahnend unterbewusst wahrnehmen, aber nicht adäquat einordnen können. Darüber hinaus lernen sie es oftmals aufgrund einer Überreizung nicht, wie es neurotypische Kinder wie selbstverständlich in frühen Kinderspielen (z.B. Kuckuck, Hoppe Reiter u.ä.) tun, mit Spannungszuständen umzugehen und diese selber zu regulieren.

Sobald eine Person Stress in einem dieser Bereiche erfährt, beeinflusst das wieder andere Bereiche, sodass es immer schwieriger wird, aus diesem Stresszyklus herauszukommen. Es geht also darum, den Ursprung vom Stress zu finden und zu schauen, wie man diesen reduzieren oder noch besser vermeiden kann, sowie nach Problemlösestrategien zu suchen, die selbstständig im Sinne der Selbstregulierung angewandt werden können.

In der Zusammenarbeit und grundsätzlich im Umgang mit autistischen Menschen muss man aus meiner Sicht also vor allem den Aspekt der Wahrnehmung (verortet



André Zirnsak bei der Arbeit mit einem Kind. Es ist gut zu sehen, wie er die Tellington-Methode einsetzt.

Bildrechte: André Zirnsak

im biologischen Bereich) verstehen und berücksichtigen. Dieser ist häufig der Ursprung von Stresserleben der Menschen im Autismusspektrum und beeinträchtigt und verfälscht das subjektive Sicherheitsempfinden.

Den Bogen zur Tellington®-Methode schlage ich wohl am einfachsten darüber, dass die Arbeit mit Autist:innen oftmals körperliche Impulse erfordert, um überhaupt miteinander in Kontakt zu kommen.

Dazu ein erstes Beispiel „Halil“¹:

Ich bin eingeladen, in einer heilpädagogischen Gruppe für autistische Kinder zu hospitieren und danach gemeinsam mit dem pädagogischen Team meine Be-

¹ Zum Schutze der Persönlichkeitsrechte wurden alle Namen in den Fallbeispielen geändert.



Kinder und die Tellington-Methode bringen oft erstaunliche Effekte hervor - besonders bei der beschriebenen Arbeit im Fachartikel, aber auch bei den fest etablierten Angie-Kursen. Hier genießt das Pferd sichtlich den Tellington-TTouch am Hals.
Foto: Annalena Kuhn

aktiv mit ihm in eine Ecke des Raumes, in der eine Matte mit Kissen am Boden liegt. Wir knien nebeneinander und ich traue mich nun, meine Hand auf seinen Rücken zu legen und mit einem Laut eine Abwärtsbewegung darauf zu machen. Ich würde es als anregenden Noah's March bezeichnen, da ich auf diese Weise sehr schnell Halils Körperspannung erfasse und damit einen unmittelbaren Kontakt aufbaue. Das Kind unterbricht sofort seine Aktivität, scheint verwundert zu sein über meinen Impuls, hält kurz inne, dreht seinen Kopf in meine Richtung, lächelt, wiederholt meinen Laut für die Berührung und signalisiert mir damit, dass ich die Bewegung wiederholen soll. Was für eine Wendung in so kurzer Zeit! Die Geschichte geht noch weiter im Sinne eines Aufbaus von wechselseitiger Kommunikation, jedoch möchte ich hier erst einmal einen Punkt machen und reflektieren.

obachtungen auszuwerten. Innerhalb einer solchen „Beobachtungszeit“ erfrage ich ab einem bestimmten Zeitpunkt auch meistens, ob ich mit den Kindern aktiv in den Kontakt gehen darf, da mir das erlaubt, in kürzester Zeit ein Profil von ihnen zu erstellen. Dabei schaue ich auf sensomotorische Themen, auf Entwicklungsthemen sowie auf grundsätzliche Barrieren und Ressourcen. Ich fokussiere mich auf den 5jährigen Halil. Halil ist non-verbal bzw. prä-verbal, d.h. er lautiert etwas. Meine ersten Eindrücke sind geprägt von einem motorisch sehr aktiven Kind, welches sich nacheinander verschiedene Gegenstände nimmt, sich diese in den Mund steckt, sie hin und her dreht, dann schreit und das entsprechende Objekt zu Boden wirft. Sein hohes Aktivitätslevel steigert nicht nur seine eigene, sondern auch die Anspannung bei den anderen Personen im Raum – sowohl bei den Kindern, als auch den Erwachsenen. Ich nehme mir zunächst ebenfalls ein Objekt und tue es Halil gleich, indem ich damit herumwedele sowie seine Laute dabei aufgreife. Er schaut mich verwundert an, hält kurz inne und fährt dann mit seiner Aktivität fort. Ich bleibe dabei und mache weiter wie zuvor. Wir sind vorwiegend nebeneinander, da es meine Einschätzung ist, dass ein direkter Kontakt im Gegenüber (noch) eine Überforderung für Halil darstellt. Ich verringere nach und nach den Abstand zueinander und bewege mich

Was ist also passiert:

- 1) Ich erfasse durch eine genaue Beobachtung die sensomotorischen Bedürfnisse und Interessen des Kindes für sein Spiel sowie identifiziere Entwicklungsthemen.
- 2) Ich folge der Führung des Kindes – das ist ein Grundprinzip der DIRFloortime-Methode (vgl. Janert/Zirnsak et al. 2023), die ich als Gerüst stets dabei habe – und schaue, ob es mich an seiner Aktivität teilhaben lässt.
- 3) Nachdem ich erfahre, dass ich mitmachen darf, wende ich meine Erkenntnisse hinsichtlich seines sensomotorischen Profils an (das Kind sucht beständig nach starken Impulsen) und nehme Körperkontakt auf.
- 4) Ich nutze mein Wissen über die autistische Wahrnehmung sowie neurophysiologische Prozesse, die mir erklären, was bestimmte Körperimpulse auslösen können. Dabei helfen mir die Prinzipien der Tellington-Methode und entsprechende TTouche (vgl. z. B. Tellington-Jones 2010).
- 5) Ich überführe eine sich wiederholende Aktivität in einen kommunikativen Kontext, weite sie aus und erreiche damit, dass sich das Kind zum einen für Kommunikation öffnet, diese sogar initiiert sowie zunächst Koregulation von mir annimmt und sich schließlich selber regulieren kann.

Halil steht hier für meine vielfältigen Erfahrungen mit unzähligen autistischen Kindern, denen ich auf ähnliche Art und Weise begegnen durfte. Doch es ist natürlich nicht immer so einfach. Deshalb möchte ich noch einige Beispiele anführen, die sowohl für die Kinder, als auch für die erwachsenen Bezugspersonen stark herausfordernd gewesen sind und die Grundprinzipien der Tellington-Methode unmittelbar gegriffen haben.

Beispiel „Max“:

Max ist 5 Jahre alt. Er spricht, verliert jedoch seine Sprache bei zu hoher Barrierelast, die besonders im biologischen Bereich sehr hoch ist. Seine Kommunikation erfolgt häufig in Gestalten, das sind beispielsweise Satzgebilde, die er aus Liedern nimmt, welche ihn interessieren (vgl. Blanc 2012). Max Wahrnehmung ist sehr empfindlich. Ich würde ihn grundsätzlich als reizoffen und im Umkehrschluss als stark überreizt bezeichnen. Dieser Zustand der Überreizung auf sensorischer Ebene beeinflusst auch stark die anderen Bereiche und im Besonderen den emotionalen Bereich. Das ist möglicherweise der Grund dafür, dass er dazu neigt, mit einem seiner Elternteile zu verschmelzen. Max gelingt es in Extremsituationen häufig nicht mehr, sich selbst zu regulieren. Koregulation von außen durch beruhigendes Sprechen und/oder in den Arm nehmen u. Ä. funktioniert dann nicht mehr. Ganz im Gegenteil: Es scheint eher so zu sein, als ob sich Max im Gegenüber verlieren würde und nicht mehr sein eigenes Selbst von dem des anderen unterscheiden könnte. Er verbeißt sich im wahrsten Sinne, d. h. Max beißt seine Elternteile und teilweise reißt er auch Hautstücke aus ihrer Haut heraus. In solchen Situationen wirkt er dann völlig verloren und praktisch unerreichbar. Als ich in genau so einer Situation dabei bin, ist mein erster Impuls (nach Rückversicherung bei dem anwesenden Elternteil) der, Max von seinem Gegenüber zu trennen, ihn zu verorten und einzurahmen. Was tue ich also? Ich greife nach einem kleinen Hocker, stelle ihn fest an die Wand und setze Max darauf: Füße auf den Boden, Rücken an die Wand, Hände auf die Knie und meine Hände auf seine Hände. Unsere beiden Blicke gehen Richtung Boden. Dann gemeinsames Atmen. Keine Sprache. Es geht mir hier nur darum, Max sehr direktiv Koregulation und Containment anzubieten, d. h. ihn von seiner emotionalen Last zu befreien und ihn wieder zu sich selbst kommen zu lassen. Max bleibt wie selbstverständlich sitzen. Nach einer kurzen Zeit (ca. 1-2 Minuten) kann sich Max sichtlich entspannen. Sein Atem wird ruhiger und seine Anspannung im gesamten Körper lässt nach. Langsam hebt er seinen Blick und lächelt mich an. Ich lasse meine Hände noch kurz auf seinen liegen und entferne mich dann ein kleines Stück von ihm.

Nun geschieht für mich ein kleines Wunder: Max steht auf, fällt seinem Elternteil lächelnd um den Hals und kuschelt sich ein.

Was ist also passiert?

- 1) Ich erfasse schnell die Situation und trenne Max von seinem Gegenüber, da ich der Ansicht bin, dass er so nicht zu sich selbst zurückfinden kann.
- 2) Danach verorte ich ihn, d. h. ich platziere Max an einem festen und stabilen Sitzplatz, und rahme ihn ein (mit meinen Händen auf seinen).
- 3) Nun nutze ich zunächst eine vereinfachte Version des Muschel-TTouches, der vertrauensbildend und Geborgenheit schaffend ist.
- 4) Im weiteren Verlauf verändert dieser TTouch sich eher zu einem Liegender-Leopard-TTouch, der beruhigend wirkt und eine tiefere Verbindung schafft.
- 5) Max kommt dadurch zu sich und findet zu Selbstregulation, sodass er sich wieder als eigene Person erleben kann.
- 6) Im Ergebnis passiert all das innerhalb dieses Prozesses der Selbstregulierung:
 - Trennung
 - Verortung
 - Containment
 - Koregulation mit Hilfe von TTouches
 - Selbstregulation
 - Begegnung

Beispiel „Kim“:

Kim ist 5 Jahre alt und spricht ebenfalls (wie Max) in Gestalten. Er fixiert sich häufig auf einzelne Themen, die er dann nur schwer loslassen kann. Hier werden kognitive Barrieren im Sinne einer Herausforderung, flexibel mit unterschiedlichen Themen umzugehen und Übergänge zu finden, deutlich. Entspricht eine Aktivität mit einem solchen Thema dann nicht seiner Vorstellung, wühlt ihn das emotional sehr auf, d. h. der Stresszyklus kommt so richtig in Gang und das Kind schlägt sich beispielsweise gegen den Kopf. Darüber hinaus hat Kim Schwierigkeiten, in den Schlaf zu finden und auch durchzuschlafen. Wie jüngst eine Studie herausgefunden hat, gibt es offensichtlich positive Zusammenhänge zwischen einem Hund in der Familie und dem Schlafverhalten von autistischen Kindern (vgl. Rodriguez et al. 2024), was für hundeauffine Menschen mit autistischen Familienmitgliedern durchaus von Interesse sein dürfte. Bei einem Coachingtermin zu Hause ist Kim gerade etwas aufgewühlt aufgrund einer o. g. Situation und hat darüber hinaus mit zu wenig Schlaf zu kämpfen. Seine Anspannung ist sehr hoch und er kann sich nur schwer beruhigen. Zunächst greife ich wieder auf Tellington-Elemente zurück und gebe Kim starke Im-

pulse durch Tiger-TTouch, der bei Nervosität beruhigen soll, auf seinem Kopf. Besonders gerne scheint er es direkt auf der Stirn sowie im hinteren Nackenbereich zu haben, da er mir durch seine Mimik die deutlichsten Rückmeldungen dazu gibt. Beim Einsetzen dieser Technik ist es essentiell, das Kind und seine Reaktionen durchgängig im Blick zu behalten, um ggf. die Strategie zu verändern (Druckstärke anpassen, TTouches anpassen, Rahmung und Verortung anpassen). Nachdem Kim sich sichtlich beruhigt und auf das Sofa gesetzt hat, bearbeite ich seine Füße mit weiterem Drücken. Kim entspannt sich zunehmend und wird ruhig. Ich habe einige Tellington-Körperbänder dabei und lege ihm (wieder nach Rücksprache mit den Elternteilen) eines um den Oberkörper an und das andere binde ich ihm locker wie ein Stirnband mehrmals um den Kopf. Für einen kurzen Moment wirkt Kim etwas erstaunt darüber. Er befühlt die Bänder und dann lächelt er. Es geht keinerlei Impuls von ihm aus, die Bänder wieder zu lösen oder abzunehmen. Schließlich passiert etwas aus

meiner Sicht Erstaunliches: Kim legt sich auf das Sofa, schließt die Augen und schläft ein.

Was ist also passiert?

- 1) Ich rahme das Kind ein und verorte es an einer Stelle.
- 2) Danach koreguliere ich wieder mit Hilfe von Drücken und TTouches.
- 3) Nun lege ich noch Tellington-Bänder an Oberkörper und Kopf an.
- 4) Ich warte erwartungsvoll ab, was passiert.
- 5) Die Spannung fällt vom Kind ab und führt zu Entspannung.

All diese kleinen Fallgeschichten wollen nicht die uneingeschränkte Wirksamkeit der Tellington-Methode bei autistischen Menschen belegen, sondern Möglichkeiten des Einsatzes von Tellington-Elementen aufzeigen. Mit dem Hintergrundwissen aktueller und vergangener Forschung – bereits Moshe Feldenkrais war sich

dessen bewusst – wissen wir, dass sich unser Organismus durch die Anregung von Bewegungsimpulsen immer wieder selber regulieren kann und dadurch neue Verbindungen im Gehirn geschaffen werden. Automatische Bewegungen haben nicht einen solchen Effekt. Wenn jedoch die Aufmerksamkeit auf den Bewegungsimpulsen liegt, gelingt es dem Gehirn, eben diese neuen Verbindungen und Möglichkeiten in einer sehr kurzen Zeit zu schaffen (vgl. Baniel 2012). Es bedarf also auch oder vor allem der Anregung von körperlichen Prozessen im Sinne der Selbstregulierung, damit sich Entwicklungsspielräume auftun können.

Verwendete Literatur:

Baniel, A. (2012): Kids beyond limits. The Anat Baniel Method for Awakening the Brain and Transforming the Life of Your Child with Special Needs. Perigee, New York
 Blanc, M. (2012): Natural Language Acquisition on the Autism Spectrum: The Journey from Echolalia to Self-Generated Language. Communication Development Centre, Michigan



Unter sicherer Anleitung und professioneller Betreuung kommen Kinder und Pferde bei den Angie-Kursen der Tellington-Methode zusammen. Dabei entstehen Momente der Verbundenheit und des vielfältigen Lernens. Die hier gezeigten Bilder von Kindern und Pferden entstammen einem Angie-Kurs und illustrieren den positiven Effekt der Arbeit mit der Tellington-Methode auf junge Menschen, aber auch umgekehrt auf die Pferde. Sie stehen nicht im direkten Zusammenhang mit der im Text beschriebenen Verortung autistischer Kinder. Foto: Annalena Kuhn



Gemeinsam unterwegs: Kinder und Pferde können unter guter Anleitung ganz besondere Beziehungen zueinander aufbauen.
Foto: Annalena Kuhn

Janert, S., Zirnsak, A. et al. (2023): Autismus beziehungsorientiert behandeln – Handbuch zur DIR-Floortime-Methode. 2. Auflage. Reinhardt-Verlag, München

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

Rodriguez, K. E. et al. (2024): The effects of service dogs for children with autism spectrum disorder and their caregivers: a cross-sectional study. In: Frontiers in Psychiatry (15/2024). Online: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC10921415/> (published Feb. 23rd, 2024)

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

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

Tellington-Jones, L. (2010): Tellington-Training für Hunde. Kosmos, Stuttgart

Online-Ressourcen:

White Unicorn e. V.: <https://www.white-unicorn.org/>

André Zirnsak, Diplom-Heilpädagoge, ist in eigener Praxis in Berlin als Spieltherapeut mit verschiedenen Zusatzqualifikationen sowie Supervisor und Coach mit langjähriger Erfahrung in der Arbeit mit Menschen im Autismusspektrum und ihren Familien sowie in der Erwachsenenbildung tätig. Darüber hinaus ist er Kinderliedermacher und ein Teil des Kinderliederprojektes TAGES-STERNE sowie Darsteller für Clowntheater & Komik (i. A.). Aktuell absolviert er die HUND-GESTÜTZT-Ausbildung bei Katja Krauss und Lina Grobecker zusammen mit seinem Mini-Goldendoodle Mira.

www.entwicklungsspielraeume.de