

INKLUSION



Ellen Notbohm | Veronica Zysk

1001 Ideen

für den Alltag mit autistischen
Kindern und Jugendlichen

Praxistipps für Eltern, pädagogische und
therapeutische Fachkräfte

Mit einem Vorwort von Temple Grandin

Herausgegeben von



LAMBERTUS

Ellen Notbohm | Veronica Zysk

**1001 Ideen für den Alltag
mit autistischen Kindern und Jugendlichen**

**Praxistipps für Eltern,
pädagogische und therapeutische Fachkräfte**

Deutsch von Georg Theunissen und Isabell Drescher

Mit einem Vorwort von Temple Grandin

LAMBERTUS



Laden Sie dieses Buch kostenlos auf Ihr Smartphone, Tablet und/oder Ihren PC und profitieren Sie von zahlreichen Vorteilen:

- **kostenlos:** Der Online-Zugriff ist bereits im Preis dieses Buchs enthalten
- **verlinkt:** Die Inhaltsverzeichnisse sind direkt verlinkt, und Sie können selbst Lesezeichen hinzufügen
- **durchsuchbar:** Recherchemöglichkeiten wie in einer Datenbank
- **annotierbar:** Fügen Sie an beliebigen Textstellen eigene Annotationen hinzu
- **sozial:** Teilen Sie markierte Texte oder Annotationen bequem per E-Mail oder Facebook

Aktivierungscode: noki-2020

Passwort: 4714-3448

Download App Store/Google play:

- **App Store/Google play** öffnen
- Im Feld **Suchen Lambertus+** eingeben
- **Laden** und **starten** Sie die **Lambertus+ App**
- **Account/Login** oben rechts anklicken um das E-Book zu öffnen
- Bei **Produkte aktivieren** den **Aktivierungscode** und das **Passwort** eingeben und mit **Aktivieren** bestätigen
- Mit dem Button **Bibliothek** oben links gelangen Sie zu den Büchern

PC-Version:

- Gehen Sie auf **www.lambertus.de/appinside**
- **Account/Login** oben rechts anklicken, um das E-Book in der App freizuschalten
- **Aktivierungscode** und **Passwort** eingeben und mit **Aktivieren** bestätigen
- Wenn Sie Zusatzfunktionen wie persönliche Notizen und Lesezeichen nutzen möchten, können Sie sich unten mit einer persönlichen E-Mail-Adresse dafür registrieren
- Mit dem Button **Bibliothek** oben links gelangen Sie zu den Büchern



Bei Fragen wenden Sie sich gerne an uns:
Lambertus-Verlag GmbH – Tel. 0761/36825-24 oder
E-Mail an info@lambertus.de



Ellen Notbohm | Veronica Zysk

1001 Ideen für den Alltag mit autistischen Kindern und Jugendlichen

Praxistipps für Eltern, pädagogische
und therapeutische Fachkräfte

Deutsch von Georg Theunissen und Isabell Drescher

Mit einem Vorwort von Temple Grandin

L
A M B E R T U S

US-amerikanische Ausgabe © 2004, 2010, Ellen Notbohm, Veronica Zysk
Future Horizons

Titel der Originalausgabe:
1001 Great Ideas for Teaching & Raising Children with Autism or Asperger's/
Ellen Notbohm [and] Veronica Zysk [Rev. and exp. 2nd ed.]

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten

© 2020, Lambertus-Verlag, Freiburg im Breisgau
www.lambertus.de

Umschlaggestaltung: Nathalie Kupfermann, Bollschweil

Umschlagbild: Gee Vero

Druck: medienhaus PLUMP, Rheinbreitbach

ISBN 978-3-7841-3062-0

ISBN eBook 978-3-7841-3063-7

Danksagungen

Jeder Autor, der die Herausforderung annimmt, ein Buch mit 1001 Ideen (oder in dieser Ausgabe fast 2000 und natürlich alle gut) herauszubringen, weiß, dass es sich um ein Gemeinschaftswerk handeln muss. Wir sind all den herausragenden Persönlichkeiten verpflichtet, die unser Leben und unser Buch mit ihrem Fachwissen, ihrer Haltung „Ich kann es und ich werde es schaffen“ und ihrer Hingabe an autistische Kinder und die weitere Welt, die wir alle teilen, bereichert haben. Durch dieses Buch sind wir nur Vermittlerinnen für ihre kollektive Weisheit und jahrelangen Bemühungen im Namen unzähliger Kinder aus dem Autismus-Spektrum.

Die Spuren so vieler außergewöhnlicher Pädagog*innen, Therapeut*innen, Eltern und Freunde sind überall in diesem Buch zu finden. Um nur einige zu nennen: Greg Jones, Mary Schunk, Julianne Barker, Veda Nomura, Nola Shirley, Lucy Courtney, Diane Larson, Sharon Martine, Marcia Wirsig, Jackie Druck, Terry Clifford, Annie Westfall, Sarah Spella, Robin Jensen, Jean Motley, Arielle Bernstein, Emily Polanshek und Lacey Jones.

Wir danken den vielen Autismus-Profis, deren Arbeit in uns einen Fundus an Ideen weckte, von dessen Existenz wir nicht einmal wussten. Vielen Dank an Temple Grandin, David Freschi, Michelle Garcia Winner, Marge Blanc, Jim Ball, Linda Hodgdon und Lindsey Biel für die Weitergabe ihres Wissens und ihrer Expertise auf eine Weise, die sie sich vielleicht gar nicht vorstellen konnten.

Besonderer Dank gilt wie immer unserem Verleger und Freund Wayne Gilpin und unserer Redaktionsleiterin Kelly Gilpin. Wir freuen uns über eure unermüdliche Begeisterung für alle unsere Projekte.

An unsere verehrten Eltern, ob sie nun körperlich oder im Geiste bei uns sind, eure Gegenwart ist der sichere Hafen, der uns den Mut gibt, etwas zu wagen, die Abenteuer, die jenseits unserer Komfortzone liegen, zu entdecken und ein Beispiel für andere zu geben. Euer Einfluss wird täglich spürbar und verstärkt sich im Laufe der Zeit.

Die bedeutenden anderen Menschen in unserem Leben – ob Ehemann, Kinder oder Freunde – gaben uns 150 Prozent Unterstützung für unsere Bemühungen, alle unsere Bücher zu produzieren. Es kann unangenehm sein, wenn man seine eigenen Erfahrungen und Fehler unter die Lupe nimmt und sie waren für uns als Cheerleader, Vertraute, Zuhörer und Kritiker da. Ihr macht uns sprachlos – und das obwohl wir Wortschmiede sind – wenn es darum geht auszudrücken, wie wichtig ihr uns seid.

Wir feiern jeden autistischen Menschen, der in unser Leben getreten ist und erhöhen unser Verständnis und unsere Wertschätzung für ihren Mut, ihre einzigartigen Fähigkeiten und ihre Individualität.

ELLEN NOTBOHM
VERONICA ZYSK

Inhalt

Danksagungen	5
Vorwort zur deutschsprachigen Übersetzung	13
Vorwort	17
Vorwort der Autorinnen	21

1 Sensorische Integration

Auswahl der richtigen sensorischen Aktivitäten	27	Anpassungen zu Hause	46
Zwölf Warnzeichen für sensorische Überlastung	28	Anpassungen in der Schule	47
Fünfzig Wege, um Ihr Kind in Bewegung zu bringen	29	Überlebensgroß	48
Die Natur genießen	31	Figur-Grund-Erkennung	49
Das Outdoor-Armband	31	Sensorische „Überlebenspakete“	49
Sommerspaß, Winterspaß	31	Selbstregulation lehren	49
Bringen Sie die Natur ins Spiel	32	Umgang mit schmerzhaften Geräuschen	50
Sandkasten	32	Kopfhörer und Ohrstöpsel – Pro und Contra	50
Weitere Aktivitäten mit Sand	33	Auf Zehen gehen	51
Die nicht ganz so klitzekleine Spinne	33	Was ist das für ein komischer Geruch? ..	51
Was man alles mit einem leeren Kühlschrankskarton machen kann	33	Wussten Sie schon ...?	52
Sensorische Aktivitäten im Bad	34	Riechst du, was ich rieche?	52
Wasser zieht an!	35	Das hat Gewicht!	53
Fingermalerei	35	Der menschliche Hamburger	53
Taktiles Essspaß	36	Eingewickelt	54
Beiß rein! – Rezepte für essbaren Ton	36	Versteck	54
Rollen	37	Bean Bags	54
Schwingen oder Drehen	37	Komfort steht an erster Stelle (wenn es um Kleidung geht)	55
Grobmotorische Aktivitäten	38	Bekleidungspräferenzen – auch von innen	55
Nachahmungs- und Bewegungsspiele ...	38	Mehr zur Kleidung	56
Kinderfreundliche Kontaktspiele	39	Schlaf drüber	56
Feinmotorische Aktivitäten	39	Schlaf Tipps auf Reisen	57
Passende Stifte zum Malen	41	Vor der Party	58
Spielzeugkorb für Fidget Toys	41	„Sinnesfutter“ bei niedrigem Erregungslevel	58
Selbstgemachte Fidget Toys	41	Der Unterschied zwischen Bedürfnissen und Belohnungen	61
Haarbbb-üü-rr-sss-tt-ee?	42	Praktisches Lernen	62
Oral-motorische Aktivitäten	42	Druckinputs für die Arbeit am Schreibtisch	62
Ballonspaß	43	Bitte Sitzenbleiben!	62
Spaß mit Seifenblasen	45		
Der Boden ist so hart!	45		
Sehen und Vorstellungskraft	45		

Ihr könnt euch jetzt frei bewegen	63	Dieser Schulgeruch	64
Umgang mit „Stimming“ im Klassenzimmer	63	Die anderen „Klassenzimmer“ Ihres Kindes	64
Sensorische Ziele im Rahmen des Individuellen Bildungsplans (IEP)	64	Gefährlich, unangebracht oder einfach nur nervig?	65

2 Kommunikation und Sprache

Neugierde, Interesse zeigen und nachfragen	68	Bilderbücher	82
Umgekehrt fragen	69	Buchempfehlungen	82
Fünf wichtige Worte: „Ich bin für dich da.“	69	Anfängerliteratur für konkrete Denker ..	84
Hört das Kind, was Sie hören?	69	Repetitive Sprachgeschichten	85
Das Wichtigste zuerst: Die Aufmerksam- keit des Kindes wecken	70	Machen Sie das Lesen zum Vergnügen ..	85
Ins kalte Wasser springen	70	Freude am Lesen wecken und unterstützen	86
Fehlende Wörter ergänzen	71	Sagen Sie, was Sie meinen – meinen Sie, was Sie sagen	86
Wenn die Sprache klemmt	72	Das Buch zum Film	87
Acht Stufen, mit denen autistische Kinder ihre Worte finden	72	Vorsicht vor Redewendungen	87
Mehr als einzelne Wörter	73	Nach Redewendungen angeln	88
Keine Angst vor kurzzeitigen Aussetzern	74	Partikelverben	89
Visuelle Strategien	74	Homophone	90
Erstellen eines visuellen Zeitplans	75	Lernkarten: Vor- und Nachteile	90
Vor der Verwendung des visuellen Zeitplans	75	Trampolinspaß	90
Wann ist ein visueller Zeitplan angebracht?	76	Schimpfwörter	91
Visuelle Krücken?	76	Fast so einfach wie 1–2–3	92
Anpassung der Sprachunterstützung an den Lernstil des Kindes	77	Dokumentieren Sie die Entwicklung Ihres Kindes	92
Tipps zur Verwendung des visuellen Zeitplans	77	Kreuzworträtselspaß	93
Expressiv oder rezeptiv?	78	Dinge „außerhalb der Reichweite“ animieren zum Fragenstellen	93
Technologie für Kommunikation ist mehr als eine PC-Tastatur	78	Der „Redestock“	93
Die Umwelt beeinflusst die Sprachentwicklung	79	Ich sehe was, was du nicht siehst	94
Pflege einer sprachreichen Umgebung ..	79	Sprache und Bewegung	94
Die Zwei-Minuten-Regel für Gespräche	80	Im Kino	94
Die Zwei-Sekunden-Pause vor Antworten	81	Tag und Nacht	95
Zeit für einen Snack Es geht nicht nur um's Essen	81	Kommunikationsziele für einen individuellen Bildungsplan (IEP)	95
Zeit, sich zu verabschieden	81	Reduzieren Sie die Prüfungsangst Ihrer Schüler*innen	97
		Helfen Sie Gleichaltrigen, Sprachschwierigkeiten zu verstehen ..	98
		Warum wir sprechen	98
		Fragen stellen und Kommentare abgeben	98
		Warum sollte man Fragen stellen?	99
		Warum sollte man Kommentare abgeben?	99

Fragen stellen.....	99	Komplimente machen.....	101
Kommentare abgeben	100	Die vier Schritte der Kommunikation ...	101

3 Verhalten

Suchen Sie nach sensorischen Besonderheiten und Problemen.....	104	Die Vorteile von Mitschüler*innen und Zwei-Minuten-Warnungen	117
Stellen Sie keine Vermutungen an.....	104	Flexibilität erforderlich.....	117
Bauen Sie ein funktionierendes Kommunikationssystem auf.....	104	Lustige Tipps zur Förderung des flexiblen Denkens	117
Verhalten hat eine Ursache	104	Erinnerungsbücher und Fotoreiseberichte	118
Ihr eigenes Verhalten ist Teil einer „Gleichung“	105	Hilfe für das Kind, das sich selbst beißt ..	118
Stärken und Schwächen.....	105	Bitte Sitzenbleiben	119
Fragen Sie nicht nach dem Grund	105	Die sanfte Art der Kritik	119
Was wir bei Fehlverhalten „übersehen“	106	Der Streit ist vorbei	120
Verhalten und Persönlichkeit: Berücksichtigen Sie beides.....	107	Ich höre dich – und diese Diskussion ist vorbei.....	121
Disziplin durch Zusammenarbeit.....	108	Ein Tokensystem	121
Lernen mit Konsequenzen	108	Richtlinien für die Einführung eines Tokensystems	122
„Ich bin wütend!“	110	Abspraken und Verträge	123
Zeichensprache: Nicht nur beim Fußball	111	Verstärker richtig einsetzen	124
Das Positive hervorheben.....	111	Die Nachbarn loben	125
Errichten Sie eine visuelle Barriere.....	111	Saisonale Interessen das ganze Jahr über	125
Zweistufige Umleitung.....	112	Geschwister-Geheimcode.....	125
Angst vor der Toilette = Angst vor der Dunkelheit	112	„Ich kann nicht“-Zeitkapsel	126
Resistentes/vermeidendes Verhalten ..	112	Proaktion versus Reaktion	126
Feindseliges oder aggressives Verhalten	114	Mehr zum Begutachten von Verhalten ...	127
Notfallplan für „Ausraster“	115	Weitere unterstützende Verhaltensweisen	127
Wie eine Eskalation vermieden werden kann.....	116	Bitte nur die Fakten	130
		Es war ein guter Tag.....	131

4 Im Alltag

Wahlmöglichkeiten	134	Probier doch mal.....	143
Gewinnen ist nicht alles.....	136	Hilfreiche Modifizierungen beim Essen.....	144
Noch einen Moment?.....	137	Eng gesteckte Essensvorlieben.....	145
Kompetenzentwicklung durch Spiele ...	137	Kochgemeinschaften für eine spezielle Ernährungsweise	146
Nur zu – kritzeln an der Wand.....	139	Hilfe für widerwillige Zähneputzer*innen	147
Trennungsangst erleichtern	139	Zahnbehandlung ohne Drama	148
So klappt es mit dem Haarschnitt	140	Schnitte, Kratzer und blaue Flecken	150
Tipps für zögerliche Haarwäscher*innen	142		
Nägel schneiden.....	143		

Vorbereitung auf den Krankenhaus-	Sicherheit zu Hause für
besuch 151	Fluchtkünstler*innen und
Hilfe bei Schniefnasen 152	Akrobat*innen..... 171
Toiletentraining..... 152	Wenn Ihr Kind nicht schlafen kann..... 172
Nutzung öffentlicher Toiletten..... 152	Entspannen durch Atemübungen 173
Adaptive Bekleidungsverschlüsse..... 153	Dem autistischen Kind den Tod
Ausflüge 154	erklären 174
Schlagfertige Antworten 155	Verändern Sie immer nur eine
Restaurantbesuch im Autismus-Stil..... 155	Sache auf einmal..... 174
Umzug in eine neue Umgebung..... 157	Wenn es schwer fällt, Pillen zu
Vorsicht mit Chemikalien 159	schlucken..... 175
Wenn Mama oder Papa verreisen..... 160	Sprühvitamine..... 175
Anprobe für besondere Anlässe..... 161	Allergene und Ohrinfektionen 175
Umarmen oder nicht umarmen 162	Medikamente: Informieren Sie sich
Gemeinsame Geschwisterzeit 163	gründlich 176
Auch die Geschwister brauchen	Starten Sie eine Autismus-Leserunde .. 177
Aufmerksamkeit 163	So viele Bücher, so wenig Zeit 178
Die Zeitung: Fenster zur Welt 164	Ich kann das selbst – die Kita-Zeit..... 180
So sehen fröhliche Geburtstage aus..... 165	Ich kann immer mehr selbst tun –
Der Geburtstagskuchen 167	wenn Kinder älter werden 180
Ungewöhnliche Geschenke für	Ich kann schon eine Menge Dinge
ungewöhnliche Kinder 167	selbst machen – das ältere Kind 181
Geschenketikette 169	Du kannst es selbst – das widerwillige
Rahmen Sie es ein..... 169	Kind..... 182
Autismus-Sicherheit..... 170	Ein autistisches Kind ins Erwachsenen-
Sicherheit im Garten..... 171	alter begleiten 183

5 Sozial denken, sozial sein

Soziale Kompetenzen..... 187	Zusammenarbeit durch Essen lehren... 195
Gemeinsam gerichtete Aufmerksam-	Theory of Mind-Fähigkeiten 195
keit 187	Perspektivübernahme 196
Sozialgeschichten..... 188	Emotionen verstehen 197
Bitten Sie Ihr Kind, Sie zu unterrichten... 189	Emotionen erkennen 198
Einen Bezug zur Außenwelt aufbauen ... 189	Intensität der Emotionen vermitteln.... 199
Freundschaften mit jüngeren Kindern ... 189	Gefühle von Handlungen unter-
Empfehlung für die Entwicklung	scheiden 200
von Spielfähigkeiten 189	Der Ton macht die Musik..... 200
Von Freund zu Freund 190	Umgang mit Wut..... 200
Interaktionen auf dem Spielplatz	Wir schaffen das! 201
erleichtern 190	Das ist Privatsache 201
Erster in der Reihe – aus gutem	Ich brauche eine Pause..... 202
Grund 191	Wenn es schwer fällt,
Selbstgemachtes Brettspiel 192	sich zu entschuldigen 202
Brettspielanpassungen 192	Ist das fair? 204
Ist das Spielzeug oder kann das weg? .. 193	Angemessener Protest..... 204
Meins! Meins! Meins! 193	Ich sage voraus, dass 205
Zusammenarbeit spielerisch lehren 195	Andere um Hilfe bitten 205

Ehrlichkeit durch Vorbild lehren	205	Was heißt eigentlich „normal“?	207
Alle machen Fehler	206		

6 Lehrer*innen und Schüler*innen

Alle Kinder sollen profitieren	210	Vermittlung von Konzentrations-	
Respektieren Sie das Kind	210	fähigkeit	226
Versetzen Sie sich in meine Lage	211	Hinweisreize oder Hilfestellungen?	228
Nachforschungen jenseits des		Effektive Hilfestellungen	229
Offensichtlichen	212	Arten der Hilfestellung	229
Vermeiden Sie es, Regelkonformität		Sind das Lehrmöglichkeiten?	230
zu lehren	212	Gemeinsames Spiel	230
Ausgewiesene Lehrkraft	213	Pause und Planung	231
Kleine Gruppe versus große Gruppe	213	Auswahl einer PC-Schrift	231
Spielen Sie nach den Interessen		Was ist heute in der Schule passiert?... 232	
Ihres Kindes	213	Neue Themen für das Kind	
Shreks Sozialkarte	214	mit eingeschränkten Interessen	234
Sichtschutz hilft bei der Fokussierung..	214	Das Lerndreieck	234
Stehtisch	214	Bringen Sie die Natur nach drinnen	235
Müde Hände	214	Lieben Sie Ihr Klassenzimmer	236
Warm-up für die Arbeit im		Unordnung reduzieren	236
Klassenzimmer	215	Reduzieren Sie die Neonbeleuchtung ..	236
Houston, wir haben kein Problem		Das gesamte Klassenzimmer	237
mit Übergängen	215	Aussagekräftige Wanddekorationen	237
Die Brücke zum Morgenkreis	216	Zuerst-Dann statt Wenn-Dann	238
So klappt der Sitzkreis	216	Zeit sichtbar machen	238
Integrative Spielgruppen	217	Programmanpassungen und-	
Bereit oder nicht – ich komme!	217	modifikationen	238
Ab in die Schule?		Umgang mit Hausaufgaben	240
Planen Sie im Voraus	220	Angemessene IEP-Ziele	240
Anfänge und Abschlüsse	221	Unklarheiten beseitigen	241
Der „Das-mache-ich-später“-Korb	222	Pädagogische Fachkräfte	241
Kulturell und sozial denken	222	Hilfe für Vertretungslehrer*innen	242
Kooperationsfähigkeiten	222	Rechte der Lehrer*innen in Bezug	
Auswahl eines Mediziners oder einer		auf sonderpädagogische	
Fachkraft	223	Unterstützung	243
Auswahl eines Bildungsprogramms	223	Ausgebildetes Personal	244
Überprüfen Sie die Tests	223	Peer-Power	245
Sicherheit im Schulbus	224	Kunsttherapie	246
Schwierigkeiten bei der auditiven		Kunst für das fotoorientierte Kind	247
Verarbeitung	224	Schülerlehrer*in für einen Tag	247
Feuerwehrrübung – roter Alarm	225	Farbspaziergang	247
Eine Fertigkeit nach der anderen		Phonische Wanderung	248
unterrichten	225	Ja/Nein-Sprachspiel	248
Papierblendung reduzieren	225	Wie heißen die Klassen-	
Die Augen weit geöffnet	225	kamerad*innen?	248
Partizipationspläne	226	Foto-Erinnerungen	249

Verbinden Sie Spaß mit dem Notwendigen.....	249	Nimm es auseinander	257
Kognitive Konzeptbildung	249	Nieder mit den Aufmunterungs- sprüchen.....	257
Wir gehen auf die Jagd nach dem „A“	249	Nieder mit dem Niedermachen.....	257
Wie lautet dein Name?.....	250	Präferenzen für die individualisierte Lernumgebung/das Lernumfeld	258
Spieglein, Spieglein	251	Die Lücke zwischen Schularbeit und „dem realen Leben“ schließen.....	259
Unterrichtserfolg.....	251	Individuelle Interessen nutzen, um mathematische Fähigkeiten zu fördern.....	259
Ist es okay, vorbeizukommen?.....	251	Mathematik kinästhetisch lehren.....	259
Was bei Schüler*innen mit diagnostiziertem Asperger- Syndrom beachtet werden sollte.....	251	Weitere mathematische Tricks	259
Wann, wann, wann?	252	Rechtschreibung kinästhetisch lehren ...	260
Übung macht den Meister.....	252	Mein Bericht für die Lehrkraft	261
Das richtige Schreibzeug.....	253	Der Sommer ist vorbei: Vorbereitungen für den Schulbeginn	263
Einfache Sportarten und Sportan- passungen	253	Die effektive Interessenvertretung.....	263
Ein Dreirad mit anderem Namen.....	254	Mediation.....	267
Akklimatisierung im Hinblick auf Gruppenarbeit.....	255	Stellen Sie wichtige Fragen	267
Eine Kurzanleitung für erfolgreiche Inklusion	255	Positive Partnerschaften entwickeln und pflegen	268
Ausdauer bändigen.....	256		
Kind ständig in Bewegung	256		

Literatur	271
Die Autorinnen	275
Die Übersetzer*innen	277

Vorwort

zur deutschsprachigen Übersetzung

Vor etwa zwei Jahren trat Frau Winkler vom Lambertus-Verlag mit der Frage an uns heran, ob wir Interesse hätten, ein in den USA viel beachtetes und preisgekröntes Buch mit dem Titel *1001 Great Ideas for Teaching & Raising Children with Autism or Asperger's* ins Deutsche zu übersetzen.

Das Buch ist in erster Linie an Eltern autistischer Kinder und Lehrer*innen adressiert, die Schüler*innen aus dem Autismus-Spektrum in inklusiven oder Sonderklassen unterrichten. Darüber hinaus sollen ebenso Erzieher*innen, Heil- oder Sozialpädagog*innen, Heilerziehungspflege- oder therapeutische Kräfte, Psycholog*innen sowie andere Mitarbeiter*innen aus der außerschulischen Arbeit mit autistischen Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen von der Schrift profitieren.

Verfasst wurde das Werk von zwei bekannten US-amerikanischen Autorinnen, Ellen Notbohm und Veronica Zysk, die sich vor allem in Nordamerika mit mehreren, insbesondere praxisbezogenen Schriften zum Thema Autismus und mit ihrem sozialpolitischen Engagement im Hinblick auf Unterstützungsmöglichkeiten und Inklusion autistischer Menschen einen Namen gemacht haben.

Zunächst waren wir bezüglich der Anfrage etwas zurückhaltend und skeptisch – ein Buch, das über 1000 Ideen für den Umgang mit autistischen Kindern enthält, ist so etwas überhaupt sinnvoll und hilfreich? Im ersten Moment hört sich das gut an, aber besteht nicht die Gefahr, dass mit einer solchen Schrift letztlich nur ein Sammelsurium an Ideen präsentiert wird, die möglicherweise losgelöst von Theoriebezügen oder wissenschaftlichen Erkenntnissen einem eher konzeptionslosen, rezeptartigen Agieren oder Reagieren auf Verhaltensweisen autistischer Kinder Vorschub leisten?

Inspiziert durch das Vorwort von Temple Grandin, der wohl bekanntesten und profiliertesten Expertin in eigener Sache, wurden wir alsbald im Zuge unserer Sichtung der Schrift eines Besseren belehrt. Tatsächlich besteht das Werk aus einer unüberschaubaren Fülle an Ideen zum Umgang mit Autismus. Diese Ideensammlung ist unzweifelhaft einzigartig. Was uns aber ebenso beeindruckt hat, ist die Art ihrer Präsentation. Sie wird nämlich von einer positiven Grundhaltung fühlbar durchdrungen, welche das autistische Sein wertzuschätzen weiß. Das klingt modern und ist mit der traditionellen klinisch-pathologisierenden Sicht von Autismus schwer in Einklang zu bringen.

Bekanntlich befindet sich das Verständnis über Autismus derzeit im Wandel. So findet die Auffassung vieler autistischer Personen immer mehr Zuspruch, Autismus nicht als Krankheit zu sehen. Ebenso gilt Autismus nicht per se als eine Störung. Stattdessen wird auf eine Form menschlichen Seins verwiesen, die mit einer von Natur aus anders ausgerichteten Wahrnehmung, mit einem speziellen Denken, mit speziellen Fähigkeiten und Interessen

einhergeht (vgl. dazu Theunissen 2016)¹. Diese Erkenntnis wird durch neurowissenschaftliche Forschungen gestützt. Zudem hat sie richtungsweisende Konsequenzen für die Praxis: Anstatt den Autismus zu therapieren, sollten betroffene Personen in erster Linie unterstützt werden, mit ihrem Autismus zu leben.

Genau diesen Gedanken greifen auch Ellen Notbohm und Veronica Zysk auf. Denn viele ihrer Ideen stellen für autistische Kinder eine Art Lernhilfe für ein „Leben mit Autismus“ dar. Das soll durch die Unterstützung individueller Stärken, Fähigkeiten, Interessen oder Vorlieben erfolgen. Insofern kann die vorliegende Schrift im Lichte einer Stärken-Perspektive gesehen werden.

Gleichwohl werden aber auch Schwächen oder Probleme aufgegriffen, sodass eine einseitige Betrachtung von Autismus vermieden wird. Darauf hatte bereits Hans Asperger in seinen Erstbeschreibungen über autistische Jugendliche Wert gelegt (vgl. Theunissen 2018)². Seine Ausführungen signalisieren, dass Autismus nicht nur im Hinblick auf Besonderheiten in der sozialen Interaktion und Kommunikation, eingeschränkte repetitive Verhaltensmuster und Interessen, Auffälligkeiten in der Motorik und ein Bestreben nach Ordnung oder Aufrechterhaltung von Routine studiert werden sollte. Ebenso wichtig ist für ihn die Beachtung außergewöhnlicher Fähigkeiten, Gedächtnis- oder kognitiver Leistungen, eines atypischen Lernverhaltens sowie von Wahrnehmungsbesonderheiten. Diesem Fokus begegnen wir gleichfalls bei vielen Expert*innen in eigener Sache, die zumeist Besonderheiten in der Wahrnehmung als ein zentrales Merkmal von Autismus betrachten.

Darauf hat kürzlich die US-amerikanische Gesellschaft für Psychiatrie (APA) reagiert, indem sie in ihrem System DSM-5 zur Klassifikation psychischer Störungen unter dem Leitbegriff „Autismus-Spektrum-Störung“ Wahrnehmungsbesonderheiten (Hyper- oder Hyposensibilität) aufgenommen hat. Außerdem hat sie im DSM-5 die bisher im Vorläufersystem DSM IV ausgewiesenen und allgemein geläufigen Autismus-Bilder (z. B. frühkindlicher oder klassischer Autismus, Asperger-Syndrom, atypischer Autismus) aufgegeben und eingeebnet. Dieser Schritt ist der Erkenntnis geschuldet, dass es zwischen den bislang herausgestellten (konstruierten) Bildern über Autismus mehr Gemeinsamkeiten als Unterschiede gibt.

Auf diese Erkenntnis haben wir im Rahmen unserer Übersetzung reagiert, indem wir anstelle der im Buch oftmals genutzten Zwei-Teilung des Personenkreises (children with autism & Asperger's) oder des häufigen Wechsels an Parallelbezeichnungen (child on the autistic spectrum; child with autism; children on the spectrum; children with autism spectrum disorders) mit „autistischen Kindern“ oder „Schüler*innen aus dem Autismus-Spektrum“ eine einheitliche und zeitgemäße Begrifflichkeit verwenden. Damit folgen wir zugleich dem Wunsch vieler Betroffener und vor allem den Stimmen aus dem Lager der Selbstvertretungsorganisationen, die nicht nur den Störungsausweis („Kind mit Autismus-Spektrum-Störung“), sondern ebenso die Mensch-zuerst-Version (Kind mit Autismus) ablehnen. Beide Formulierungen werden nämlich der Wertschätzung des autistischen Seins nicht gerecht.

1 Theunissen, G. (Hg.): Autismus Verstehen. Innen- und Außensichtweisen, Stuttgart 2016, Kohlhammer.

2 Theunissen, G.: Autismus und herausforderndes Verhalten. Praxisleitfaden für Positive Verhaltensunterstützung, 3. Aufl. Freiburg 2019, Lambertus.

Bemerkenswert ist, dass auch in der vorliegenden Ideensammlung der Wahrnehmung und Sensomotorik autistischer Kinder besondere Aufmerksamkeit geschenkt wird, weshalb viele Anregungen einer für den alltäglichen Umgang relevanten sensorischen Integrations- oder Sinnestherapie unterbreitet werden. Der Begriff der Therapie wird dabei von den Autorinnen eher im pädagogischen Sinne als (unterrichtliche) Lernförderung oder Unterstützungsmöglichkeit in (häuslichen) Alltagssituationen benutzt. Insofern geht es nicht um eine Therapie im engeren Sinne unter einem bestimmten Setting. Andere Schwerpunkte beziehen sich auf Unterstützungsmöglichkeiten der sprachlichen Kommunikation, des Verhaltens in alltäglichen Lebens- und Unterrichtssituationen, des sozialen Denkens und der sozialen Kommunikation und Interaktion sowie auf Erschließung und Entwicklungsmöglichkeiten von Interessen, Stärken und Begabungen autistischer Kinder.

Insgesamt betrachtet wird mit dieser Auswahl an Themen und entsprechenden Ideen an Förder-, Unterstützungs- und Entfaltungsmöglichkeiten das breite Spektrum autistischer Merkmale und Verhaltensweisen aufgegriffen. Dabei geht es Ellen Notbohm und Veronica Zysk keineswegs nur um Strategien, die einzig und allein eine Verhaltensbeeinflussung oder Verhaltensänderung eines autistischen Kindes intendieren. Das wird bereits von Temple Grandin in ihrem Vorwort positiv vermerkt und insbesondere an der Stelle deutlich, wo es um Interventionen bei herausfordernden Verhaltensweisen autistischer Kinder oder Schüler*innen geht. Gerade bei herausforderndem Verhalten (z. B. bei Feindseligkeiten, Fremd- oder Autoaggressionen) konzentrieren sich die Ideen nicht nur auf verhaltenstherapeutisch gelagerte Strategien (Tokensystem, Verstärkertechniken o. Ä.), sondern es werden ebenso Veränderungsmöglichkeiten von Situationen oder von Verhaltensweisen der Bezugspersonen mit in den Blick genommen. Anders gesagt: Autistische und herausfordernde Verhaltensweisen werden stets im Kontext gesehen, das heißt, von Bedingungen und der Bezugswelt nicht losgelöst betrachtet. Daraus folgt eine Problemsicht, die die Funktion des herausfordernden Verhaltens im Rahmen von Situationen beachtet. In dem Zusammenhang ergibt sich eine augenfällige Nähe zum Konzept der Positiven Verhaltensunterstützung, das im Umgang mit herausforderndem Verhalten nachweislich als wirksam gilt (vgl. Theunissen 2018). Auch diese Nähe zur Positiven Verhaltensunterstützung ist ein Beleg dafür, dass sich die beiden Autorinnen mit ihrer beeindruckenden Schrift um eine wissenschaftlich fundierte und tragfähige Sammlung guter Ideen bemüht haben. Das ist für Bücher, die „nur“ Tipps für die Praxis geben, nicht selbstverständlich.

Daher gilt unser Lob und unsere Wertschätzung den Autorinnen, denen es gelungen ist, ein beeindruckendes, ausgesprochen vielseitiges und anregendes Werk vorgelegt zu haben, dessen Bedeutung als Fundgrube für den Umgang mit autistischen Kindern oder Schüler*innen nicht hoch genug eingeschätzt werden kann.

Abschließend sei erwähnt, dass wir um eine wortgetreue Übersetzung bemüht waren, um die Authentizität der Schrift zu wahren und insbesondere den Schreibstil der Autorinnen nicht zu verfälschen. Ferner wurden größtenteils die US-amerikanischen Quellenangaben berücksichtigt. Es gab jedoch auch Literatur- oder andere Quellenhinweise, die nur in Nordamerika bzw. im angloamerikanischen Sprachraum verfügbar waren. In dem Fall wurden von uns soweit möglich deutschsprachige Quellen mit vergleichbaren Inhalten oder Botschaften genannt.

Bekanntlich sind im Englischen mit Begriffen wie *teacher* oder *student* immer alle Geschlechter gemeint. Wir haben versucht, dem so weit wie möglich Rechnung zu tragen. Gleichwohl gab es Textstellen, wo es aus rein sprachlichen Gründen eleganter oder auch einfacher war, entweder nur die männliche oder die weibliche Form zu nutzen. In dem Fall sollten stets die nicht aufgeführten Geschlechter mitgedacht werden.

Bedanken möchten wir uns abschließend bei Ellen Notbohm und Veronica Zysk für ihre Genehmigung und Zustimmung unserer Übersetzung sowie beim Lambertus-Verlag, insbesondere bei Frau Winkler, für die ausgezeichnete Zusammenarbeit.

Georg Theunissen, Freiburg und Halle im März 2019

Isabell Drescher, Halle im März 2019

Vorwort

.....

Der Titel dieses Buches verspricht 1001 großartige Ideen, was an sich schon ein ehrgeiziges Vorhaben ist. Der Rückentext dieser zweiten Ausgabe kündigt 1800 an. Jeder, der in Autismusbüchern stöbert, mag sich fragen, wie zwei Autorinnen es schaffen, so viele Ideen zu sammeln und wie alle von ihnen „großartig“ sein können, doch dieses Buch hält, was es verspricht. Es ist vollgepackt mit hilfreichen Ideen, die Eltern und Lehrer*innen sofort nutzen können, um autistische Kinder zu fördern.

Während meiner Kindheit verwendeten meine Mutter und meine Lehrer*innen viele der in diesem ausgezeichneten Buch beschriebenen Methoden. Sie erkannten, dass, wenn es darum ging, ein Kind mit Autismus zu unterrichten, Kreativität, Geduld und Verständnis sowie eine unerschöpfliche Suche nach Ideen und Strategien, die für mich sinnvoll erschienen, der Schlüssel dazu waren, mir zu helfen, die unabhängige, erfolgreiche Person zu werden, die ich heute bin. Allerdings verlief mein Weg von der Kindheit bis zum Erwachsenenalter nicht ohne Hindernisse, und ich möchte einige meiner Erfahrungen teilen, um zu zeigen, welchen Unterschied eine Vielfalt an Ideen im Leben eines Menschen macht.

Ich hatte das Glück, von Anfang an von einem unterstützenden Team von Erwachsenen umgeben zu sein. Eine ausgezeichnete Bildungsarbeit, die im Alter von zweieinhalb Jahren begann, war entscheidend für meinen Erfolg. Der wichtigste Aspekt meiner frühen Förderung und Unterstützung war, mein junges Gehirn „mit der Welt verbunden“ zu halten. Mein typischer Tag beinhaltete Logopädie, drei Mahlzeiten von Miss Manners (wo Tischmanieren erwartet wurden) und stundenlange Spiele mit meinem Kindermädchen. Ich durfte für eine Stunde nach dem Mittagessen mein repetitives, autistisches Verhalten ausleben, aber den Rest des Tages nahm ich an strukturierten Aktivitäten teil.

Ich war bis zum Alter von dreieinhalb Jahren nonverbal, aber auch nach dieser Zeit war die Logopädie ein sehr wichtiger Teil meiner Frühförderung. Als Erwachsene schnell und alltäglich mit mir sprachen, klangen ihre Worte wie Kauderwelsch, sodass ich natürlich nicht angemessen reagieren konnte. Ich hörte nur Vokallaute – Konsonanten fielen heraus. Aber wenn die Leute langsam und direkt zu mir sprachen, konnte ich sie verstehen. Mein Sprachlehrer sprach die harten konsonanten Klänge sorgfältig mit Worten wie „Becher“ oder „Hut“ aus, bis ich lernte, auf diese Art von Klängen zu hören und sie schließlich zu erkennen.

Spiele, bei denen man sich abwechseln musste, nahmen einen großen Teil meines Tages ein, bevor ich im Alter von fünf Jahren in die Vorschule ging. Anfangs war es für mich eine echte Herausforderung, sich mit anderen abzuwechseln. Aber tägliche Spiele und andere Aktivitäten haben mir das Konzept nähergebracht. Brettspiele wie Parcheesi und Halma gehörten zu meinen Lieblingsspielen. Um sie zu genießen, musste ich lernen, wann ich jeweils an der Reihe war.

Sich beim Spiel mit anderen abzuwechseln wurde mir auch mit Aktivitäten im Freien wie dem Bau eines Schneemanns beigebracht. Ich machte den unteren Ball, meine Schwester machte die Mitte und dann machte ich den Kopf. Mein Kindermädchen hatte eine Schachtel mit „Schneemann-Dekorationen“, die voller alter Hüte und Flaschendeckel war, aus denen

man Augen und Nasen machen konnte. Wir mussten uns abwechseln und dem Schneemann diese Dinge auf den Kopf setzen. Ich musste auch lernen, in Nachbarschaftsspielen abwechselnd zu spielen, wie z. B. beim Seilhüpfen. Zwei Leute schlangen das große Seil, während eine Person sprang. Ich musste lernen, dass ich nicht die ganze Zeit der Springer sein konnte. Ich musste andere manchmal springen lassen, wenn ich an der Reihe war, das Seil zu schwingen. Das gleiche Prinzip wurde in der Konversation am Esstisch weiter verstärkt. Ich durfte über Dinge sprechen, die mich interessierten, aber mir wurde beigebracht, meiner Schwester und anderen zu erlauben, auch zu reden.

Das frühzeitige Erlernen dieser Konzepte half mir sehr als es an der Zeit war, die Grundschule zu besuchen. Dennoch glaube ich, dass die Struktur in der Klasse selbst meinem Lernstil besonders förderlich war. Es war ein altmodisches Klassenzimmer der 1950er Jahre mit nur zwölf oder dreizehn Schüler*innen pro Klasse, in dem alle ruhig an derselben Sache zur gleichen Zeit arbeiteten. Wenn ich in einem lauten, chaotischen Klassenzimmer mit dreißig Schüler*innen untergebracht worden wäre, wie es viele modernen Klassenzimmer sind, hätte ich mich vielleicht nicht so gut entwickelt.

Viele andere Faktoren trugen zu meinem Erfolg in der Grundschule bei, aber es gab zwei Aspekte, die mir am meisten geholfen haben. Zuerst informierten meine Lehrer meine Klassenkamerad*innen über meine Besonderheiten. Sie erklärten nicht nur die Art meiner Herausforderungen, sondern lehrten auch meine Mitschüler*innen, wie sie mir helfen könnten. Der zweite Schlüssel zu meinem Erfolg war die enge Zusammenarbeit zwischen meiner Mutter und meinen Lehrer*innen. Die Regeln für Verhalten und Disziplin waren zu Hause und in der Schule die gleichen. Wenn ich in der Schule einen Temperamentsausbruch hatte, durfte ich am Abend nicht fernsehen. Die Regeln waren sehr klar, und es gab keine Möglichkeit für mich, meine Mutter oder die Lehrer*innen zu manipulieren, um die Regeln oder die Konsequenzen zu ändern. Achten Sie darauf, zwischen einem Wutanfall (freiwillig) und einem „Ausraster“ (unfreiwillig, meist aufgrund von sensorischer Überlastung oder Übermüdung) zu unterscheiden. Wutanfälle rechtfertigen Konsequenzen, aber „Ausraster“ deuten in der Regel darauf hin, dass Anpassungen erforderlich sind.

Heutzutage sind Anpassungen und Änderungen im Klassenzimmer üblich und sogar gesetzlich vorgeschrieben.³ Therapeut*innen und pädagogische Hilfskräfte sind zu einem integralen Bestandteil der Individualized Education Programs (IEPs) geworden. Es gab keine zusätzlichen pädagogischen Mitarbeiter*innen in meiner Klasse, aber wenn ich in einer größeren Klasse gelernt hätte, wäre eine Hilfskraft unerlässlich gewesen.

Einige der häufigsten Anpassungen, die für autistische Schüler*innen notwendig sind, befassen sich mit sensorischen Herausforderungen, und dieses Buch behandelt dieses Thema ausführlich. Sensorische Probleme bei Autismus sind zwar von Person zu Person unterschiedlich, aber Probleme in diesen Bereichen können echte Schmerzen und schwere „Ausraster“ verursachen. Sensorische Probleme reichen von einer leichten Belästigung bis hin zu einer extremen Beeinträchtigung. Kinder können in einem oder allen dieser Bereiche

³ Dieser Hinweis betrifft das Schulwesen in den USA. Das gilt auch für den nachfolgend erwähnten IEP, der dem sonderpädagogischen Förderplan nahekommt (dazu später an mehreren Stellen des Buches) (Anm. der Übers.).

eine akustische, visuelle und/oder taktile Hyper- oder Hyposensibilität aufweisen. Die taktile Sensibilität war eines meiner schlimmsten Probleme. Zum Beispiel konnte ich nicht ertragen, wenn ich umarmt wurde und Wollkleidung fühlte sich auf meiner Haut an wie Schleifpapier.

Wie bei vielen Kindern waren meine sensorischen Probleme nicht auf einen Sinn beschränkt. Als ich in der Grundschule war, schmerzte der Klang der Schulglocke wie ein Zahnarztbohrer, der einen Nerv traf. Es gibt einige Individuen, die eine so starke Geräuschsensitivität haben, dass sie öffentliche Orte wie Einkaufszentren und Supermärkte nicht ertragen können. Ein weiteres Problem bei diesen Orten ist das ständige Flackern der Neonbeleuchtung, das nur für Menschen sichtbar ist, die visuell sensibel sind. Blass gefärbte Brillen und Irlen-Brillengläser haben vielen Kindern geholfen, sensorische Überlastung zu vermeiden. Meines Wissens sind die effektivsten Farben helles Rosa, Lavendel, violette und helles Braun.

Die visuelle Sensibilität kann zu Hause und in der Schule gleichermaßen überwältigend sein. Um eine starke Beleuchtung zu vermeiden ist es eine gute Idee, den Schreibtisch des Kindes vom Fenster wegzuschieben oder eine Lampe mit einer 100-Watt-Glühbirne daneben zu stellen. Verwenden Sie keine Kompaktleuchtstofflampen, da viele flackern. Bestimmte Arten von Computerbildschirmen können ebenso flackern. LCD-Bildschirme auf Laptops tun dies nicht, sodass gegebenenfalls ein Kind einen alten Laptop mit einer externen Tastatur und Maus anstelle der Schulcomputer verwenden kann. Selbst Papier kann optisch belastend sein. Wenn sich ein Kind beschwert, dass sich Wörter auf seinem Papier bewegen, versuchen Sie, die Arbeit des Kindes auf pastellfarbenem Papier zu drucken, um den Kontrast zu verringern. Lassen Sie das Kind die Farbe wählen.

In diesem Buch behandeln die Autorinnen folgende herausfordernden Bereiche – Sprache und Kommunikation, Verhalten, funktionale Fähigkeiten – und bieten unzählige weitere sensorische Ideen und Anpassungen. Besonders hilfreich fand ich die Abschnitte „Anpassungen zu Hause“ und „Anpassungen in der Schule“ auf S. 46–48. Außerdem finden Sie viele gute Tipps zur Förderung einer gesunden Körperpflege. Allzu oft werden diese wichtigen Lektionen übersehen, bis das Kind älter ist und Hygieneprobleme deutlicher werden. Ich schätze es, dass die Autorinnen einen insgesamt gesunden Lebensstil hervorheben; das Thema zieht sich durch das ganze Buch. Viel Bewegung zu haben, hat mir als Kind sehr geholfen. Meine Mutter sagte immer zu mir: „Geh vor die Tür und lass die Energie raus.“ Die wissenschaftliche Forschung zeigt die zahlreichen neurologischen Vorteile von Bewegung, einschließlich der beruhigenden Wirkung, die sie auf den Menschen haben kann.

Es ist wichtig, in erster Linie die körperlichen Bedürfnisse der Kinder zu berücksichtigen, um eine angenehme Umgebung zu schaffen, in der sie lernen können. Ein Kind, das Schmerzen oder Magen-Darm-Probleme hat, ist nicht in der Lage zu lernen und von Behandlungsmaßnahmen zu profitieren. Doch sobald diese Bedürfnisse erfüllt sind, ist es wichtig, Kindern zu helfen, ihre individuellen Talente und Stärken zu entwickeln – das kann man nicht genug betonen. Meine Stärke war das Zeichnen, das die Grundlage für mein Unternehmen im Bereich der Tierhaltungsplanung wurde. Meine Betreuer*innen und Pädagog*innen stellten mir Werkzeuge für den Einstieg zur Verfügung, wie z. B. ein Buch über perspektivisches Zeichnen und Kunstzubehör und halfen mir, meine Fähigkeiten durch konkrete Übungen zu erweitern und weiterhin positiv zu sein. Sie hatten diese „Wir-schaffen-das“-Haltung, die sich in diesem Buch widerspiegelt.

Wie viele andere autistische Kinder war ich auf bestimmte Themen fixiert und brauchte manchmal Anregungen, um neue Dinge auszuprobieren. Zum Beispiel zeichnete ich gerne Bilder von Pferden, aber eines Tages bat mich meine Mutter, einen Strand zu malen. Sie belohnte mich, indem sie mein Bild einrahmte. Die Autorinnen dieses Buches machen Hunderte von ähnlichen kreativen Vorschlägen, mit einem Kind zu arbeiten. Um die Interessengebiete der Kinder zu erweitern, müssen Lehrer*innen und Eltern den Kindern helfen, ihre besonderen Interessen zu Fähigkeiten zu entwickeln, die andere Menschen schätzen. Eine Karriere oder sogar ein Job, in dem Sie gut sind, kann Vertrauen, Unabhängigkeit und lebenslange Anerkennung ermöglichen.

Als ich dieses Buch las, überfluteten mich alte Bilder aus meiner Kindheit. So viel von der Weisheit dieses Buches ist zeitlos; einige Dinge funktionieren einfach, ob es 1950 oder 2010 ist. Unkomplizierte Spiele wie das Werfen von Steinen auf einem Teich waren einige meiner Lieblingsaktivitäten als Kind, und ich denke, sie können Teil der Erinnerungen anderer Kinder werden, wenn sie erwachsen sind.

Zusätzlich zu den Tausenden von konkreten Ideen und Aktivitäten bieten die Autorinnen echte, vernünftige Ratschläge, die alle Eltern und Erzieher*innen schnell und einfach nutzen und schätzen können, unabhängig von Ihrem Erfahrungsgrad mit Kindern aus dem Spektrum. Der Ratschlag, wie man mit den gefürchteten Besuchen von Arzt und Zahnarzt umgeht, ist allein den Preis des Buches wert!

1001 Great Ideas wird zu Ihrem Lieblingsbuch, wenn Sie das autistische Kind unterstützen wollen. Leicht lesbare Abschnitte mit vielen Tipps bieten innovative Lösungen für alle möglichen Situationen. Die Autorinnen tragen ihre Ideen sogar noch einen Schritt weiter und bieten zusätzliche Vorschläge, um die Inhalte an die Bedürfnisse Ihres Kindes, Ihres Schülers oder Ihrer Schülerin anzupassen.

Wenn jede Schule und Familie auch nur einen Teil der Ideen in diesem Buch umsetzt, sind die Möglichkeiten zur Verbesserung des Lebens von autistischen Kindern grenzenlos. Und das finde ich großartig.

TEMPLE GRANDIN, PH.D.

Vorwort der Autorinnen

Ob Schicksal, Karma oder Glück – es war mehr als nur ein Zufall, das uns beide zusammenbrachte. Veronica ist seit über zehn Jahren Expertin auf dem Gebiet des Autismus, Leiterin einer nationalen Autismus-Organisation, Vizepräsidentin unseres Verlages Future Horizons, Buchredakteurin und Chefredakteurin des Autism Asperger's Digest, der ersten nationalen Zeitschrift, die sich ausschließlich auf das Autismus-Spektrum konzentriert. All dies – aber kein Elternteil. Auf der anderen Seite des Kontinents war Ellen, Mutter von zwei Söhnen, einem mit Autismus und einem mit ADHS, Schriftstellerin und Kommunikationsberaterin – aber ohne professionelle Autismus-Ausbildung. Es geriet etwas in Bewegung, als Ellen einen Artikel über den Kampf ihres Sohnes mit dem Alphabet beim Autism Asperger's Digest einreichte. Im Laufe des folgenden Jahres kam ein Gespräch zum anderen und führte zu der Erkenntnis: Unsere sehr unterschiedlichen Erfahrungen passen hervorragend zusammen und bilden eine außergewöhnliche Partnerschaft. Viele gemeinsame Ideen wurden in die Tat umgesetzt und dann kam die Gelegenheit, dieses Buch zu schreiben.

Unsere Überzeugungen und Werte durchdringen unsere Texte unverkennbar, weil sie auf drei Aspekte reduziert sind, bei denen wir sehr deutlich werden.

Die sensorische Integration steht im Mittelpunkt unserer Arbeit. Es treibt uns beide in den Wahnsinn, dass einige Leute im Bereich des Autismus die sensorische Integrationstherapie immer noch als eine Art Zusatz zu „echten“ Behandlungen betrachten, oder wenn wir von Eltern und Fachleuten hören, die diese Therapie für unwissenschaftlich halten oder von Lehrer*innen, die sie nie in ihre Klassenzimmer integrieren würden. Liegt es daran, dass das Thema so komplex ist, dass sich viele einfach von ihm abwenden und auf eine einfachere Lösung hoffen? Eine solche Haltung ist sicherlich verständlich. Neurologie ist ein hochkomplexes Unterfangen. Katharine Hepburn in *The African Queen* liefert uns den endgültigen Zugang. Als der deutsche Offizier protestiert, dass ihre Reise auf einem nicht befahrbaren Fluss unmöglich ist, antwortet sie: „Trotzdem.“

Als Elternteil oder Lehrer*in wird es niemals wichtiger sein, alles Notwendige zu tun, um sich in die Lage eines anderen zu versetzen, insbesondere eines, dessen Sinnesorgane so unterschiedlich vernetzt sind. Das Kind, das hyperakute sensorische Reaktionen auf seine Welt erlebt, befindet sich in einem Zustand ständiger Selbstverteidigung gegen unaufhörliche Angriffe aus einer Umgebung, die sich dreht, kreischt, drückt und es jederzeit herausfordert. Für uns ist es einfach unrealistisch zu erwarten, dass soziales oder kognitives Lernen unter solchen Bedingungen stattfindet, daher legen wir großen Wert auf sensorische Integration. Das Thema durchzieht das ganze Buch – genau so, wie sensorische Inputs das wirkliche Leben durchdringen, nicht nur für autistische Kinder, sondern für uns alle. Für ein in dieser Weise beeinträchtigtes Kind muss die sensorische Therapie der Grundstein eines jeden Behandlungsprogramms sein. Wir wissen das, weil wir es bei vielen Kindern aus der Nähe gesehen haben. Als Vorschulkind zeigte Ellens Sohn eine extrem taktile, orale, akustische, visuelle und propriozeptive Abwehrhaltung. Nach sieben Jahren fokussierter sensorischer Intervention wurden sowohl die Ergotherapie als auch die angepassten Sportprogramme beendet, weil

sich seine Fähigkeiten und Sensibilitäten in diesen Bereichen nicht mehr von denen seiner Gleichaltrigen unterschieden. Es war keine Magie. Es war eine sensorische Intervention. Anhaltende, geduldige, sensorische Intervention.

Neben sensorischer Intervention messen wir Kommunikations- und Sprachtherapie große Bedeutung bei. Es gibt kein Argument dafür, dass ein Kind, das seine Bedürfnisse nicht mitteilen und damit erfüllen kann, nicht ein dampfender Kessel der Frustration und Verzweiflung ist. Forschungen in der frühen Hälfte des Jahrzehnts zeigten, dass 40 Prozent unserer autistischen Kinder nonverbal sind und dass die Mehrheit dieser Kinder nie eine funktionale Sprache entwickeln wird. Wir stimmen damit einfach nicht überein und das spornt uns an, mit Eltern und Fachleuten darüber zu sprechen, wie wichtig es ist, Kindern – allen Kindern – aus dem Spektrum ein Kommunikationsinstrument zu geben. Was auch immer es ist – Gebärdensprache, PECS, unterstützte Technologie, verbale Sprache oder irgendeine Kombination dieser oder anderer Optionen – wichtig ist, dass das Kind ein Kommunikationssystem findet, das für es funktioniert. Stellen Sie sich vor, einen Tag zu durchlaufen, an dem Sie nicht in der Lage sind, bei Gesprächen um Sie herum mitzukommen, sie zu verstehen oder etwas dazu beizutragen, weil Sie nicht die Mittel oder das Vokabular besitzen, um Ihrem Chef oder Kollegen zu sagen, dass Sie verletzt sind oder was Sie brauchen oder wollen und weil Sie die Symbole auf einer Seite oder die Geräusche, die aus einem Telefon kommen, nicht entschlüsseln können. Bei der Kommunikation ist es wie bei der sensorischen Integration – wenn entweder die rezeptive und/oder die produktive Sprache beeinträchtigt sind, wird ein solcher Tag von Minute zu Minute zu einem Kampf, den man bewältigen muss. In einer solchen Umgebung kann kein wahres Lernen stattfinden. Doug Larson sagt uns: „Wenn die englische Sprache Sinn machen würde, wäre eine Katastrophe ein Apostroph mit Fell.“ Jeder Logopäde oder Englischlehrer wird Ihnen sagen, dass Englisch wohl die tückischste Sprache auf dem Planeten ist. Für konkrete Denker wie unsere autistischen Kinder ist die Sprache mit ihren inkonsistenten Regeln, abstrakten Idiomen, Nuancen von Sarkasmus, Homophonen, Wörtern mit mehreren Bedeutungen und scheinbar unsinnigen Wörtern ein Sumpf der Verzweiflung. Eine frühe, intensive und kontinuierliche Sprach-/Kommunikationstherapie ist entscheidend und glücklicherweise ist es ein Bereich, in dem ein wenig Bewusstsein den Erwachsenen ermöglicht, zu jeder Tageszeit etwas zu bewegen. Wir haben Hunderte von Ideen in diesem Bereich aufgenommen, damit Sie genau das tun können.

Nach unserer innersten Überzeugung liegt die ultimative Kraft, mit dem Autismus zu leben und seine Probleme zu überwinden, in unserer Bereitschaft, das Kind, den Schüler oder die Schülerin mit Autismus absolut bedingungslos zu lieben. Nur wenn wir frei sind von „was wäre wenn“ und „wenn er nur ...“, werden wir ein Kind haben, das frei genug ist, im Rahmen seiner eigenen Fähigkeiten (es hat viele), seiner eigenen Persönlichkeit und seiner eigenen Zeitachse (nicht unserer oder „entwicklungsgerecht“) zu reifen. Es ist nicht weniger, als Sie als Kind für sich selbst wollten und nicht weniger als das, was Sie als Erwachsener für sich selbst wollen. Ein Kind, das sich bedingungslos akzeptiert fühlt und wahrnimmt, dass die wichtigsten Erwachsenen und Bezugspersonen wirklich glauben: „Mein Kind schafft das“, hat alle Chancen, der glückliche, kompetente Erwachsene zu werden, von dem wir immer gehofft und geträumt haben, dass er es sein würde.

In den fünf Jahren seit Veröffentlichung der ersten Ausgabe dieses Buches, haben wir als Autorinnen, Mitautorinnen und Herausgeberinnen gemeinsam an dreizehn Büchern gearbeitet, von denen einige an die Spitze im Bereich Autismus aufgestiegen und dort geblieben

sind, viele haben mehrere hochrangige Auszeichnungen erhalten. In allen Büchern, die wir gemeinsam geschrieben haben, bleiben die Botschaften dieses, unseres ursprünglichen Buches, konsistent. Die anhaltende Beliebtheit von *1001 Great Ideas* in Verbindung mit fünf Jahren der Sammlung neuer Ideen erforderte, dass wir diese zweite Ausgabe erstellen – eine deutlich aktualisierte und erweiterte Version des ursprünglichen Werks. Sie werden weit mehr als die 1001 Ideen finden, die der Titel verspricht, wenn wir uns tiefer mit komplexen Themen wie soziales Denken, Sprache/Kommunikation und der Rolle des Erwachsenen bei der Beeinflussung des Verhaltens eines Kindes befassen. Wir behandeln auch Themen, die in der Originalausgabe nicht angesprochen wurden.

Autismus ist eine bereichernde Erfahrung, wenn man das zulässt. Jeder Tag, an dem Sie seine Gegenwart als Teil Ihres Lebens annehmen, ist ein weiterer Tag, an dem Sie und Ihr Kind ihn verstehen und diese Weisheit in Ihre kollektive Erfahrung integrieren können.

Als Geschenk erwartet Sie und Ihr autistisches Kind ein erfülltes und bedeutungsvolles Leben.

1 Sensorische Integration

Es gibt keine Möglichkeit, die Welt zu verstehen,
ohne sie vorher über unsere Sinne zu erfassen

Diane Ackerman

Von allen Aspekten des Autismus ist für den Laien vielleicht keiner verwirrender als die sensorische Integration. Sensorische Integration bezeichnet die Fähigkeit, Empfindungen, die wir intern und extern empfangen, zu verarbeiten und zu organisieren. Der sensorische Input gelangt über unser neuronales Netzwerk ins Gehirn, wo er interpretiert und zur Formulierung einer Antwort verwendet wird. Die sensorische Verarbeitung erfolgt ohne bewusstes Nachdenken; sie läuft im Hintergrund ab und man denkt nie darüber nach, wie die Sinne funktionieren oder welche Rolle sie im täglichen Leben spielen.

In unserem Körper sind insgesamt einundzwanzig sensorische Systeme aktiv. Man kennt vor allem die traditionellen Fünf: Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Tasten. Fünf weitere Sinne werden dem Menschen gemeinhin zugeschrieben: vestibuläre Wahrnehmung (Gleichgewichtssinn), propriozeptive und kinästhetische Wahrnehmung (Tiefensensibilität und Bewegung der Gliedmaßen und des Körpers im Raum), Nozizeption (Schmerzwahrnehmung), Zeitgefühl und Thermozeption (Temperatursinn).

Aufgrund einer komplexen Abfolge von atypischen Signalen/Verbindungen zwischen den Sinnesorganen und dem Gehirn nehmen Menschen aus dem Autismus-Spektrum Töne, Bilder, Gerüche, Geschmäcker und ihr Gleichgewicht in einer Art und Weise wahr, die sich grundlegend von der neurotypisch entwickelter Kinder und Erwachsener unterscheidet. Für manche Autist*innen stellt jede Minute des täglichen Lebens einen Kampf gegen Reize dar, die ihre empfindlichen Sinnessysteme belasten. In anderen Fällen sind die Sinne hypoaktiv, wodurch es großer Anstrengungen bedarf, den Körper so anzuregen, dass es zu einer lebhaften und sozialen Interaktion kommen kann. Darüber hinaus fehlt manchen Betroffenen die Fähigkeit, mehr als eine sensorische Modalität gleichzeitig zu filtern und zu verarbeiten.

Versetzen Sie sich mit Hilfe des folgenden Auszugs aus Ellens Nothbohms Buch *Ten Things Every Child with Autism Wishes You Knew* für einen Moment in den Körper eines Kindes mit sensorischen Integrationsschwierigkeiten:

Meine Sinneswahrnehmungen sind gestört. Das bedeutet, dass die normalen Bilder, Geräusche, Gerüche, Geschmäcker und Berührungen im Alltag, die du vielleicht gar nicht wahrnimmst, geradezu schmerzhaft sein können. Die Umgebung, in der ich leben muss, wirkt oft feindselig. Ich mag dir vielleicht zurückgezogen oder streitlustig erscheinen, aber ich versuche nur, mich zu verteidigen. Ich schildere dir mal die Gründe, warum ein Ausflug zum Supermarkt die Hölle für mich sein kann.

Mein Gehör ist hypersensibel. Dutzende von Menschen reden auf einmal. Aus dem Lautsprecher dröhnt das heutige Sonderangebot. Musik schallt aus dem Soundsystem. Registrierkassen piepen und rattern, eine Kaffeemühle tuckert. Der Fleischschneider quietscht, Babys heulen, Einkaufswagen knarren, die Leuchtstoffröhre brummt. Mein Gehirn kann nicht alle Eindrücke filtern und ich bin überlastet!

Mein Geruchssinn ist sehr empfindlich. Der Fisch an der Fleischtheke ist nicht ganz frisch, der Typ, der neben uns steht, hat heute nicht geduscht, die Feinkostabteilung verteilt Wurstproben, das Baby in der Schlange vor uns hat eine volle Windel, in Gang 3 wischen sie Gurken mit scharfen Reinigungsmitteln auf – damit komme ich nicht klar.

Da ich visuell orientiert bin, ist dies häufig der erste Sinn, der überreizt wird. Das fluoreszierende Licht ist zu hell, es schmerzt in meinen Augen. Manchmal prallt das Licht von allem ab und verzerrt das, was ich sehe – der Raum scheint sich ständig zu verändern. Um mich herum sehe ich Lichtreflexe von Fenstern, zu viele Gegenstände, die mich ablenken (dann setze ich einen Tunnelblick auf), rotierende Ventilatoren an der Decke, so viele Körper in ständiger Bewegung. All dies wirkt sich auf meinen Gleichgewichtssinn aus, und manchmal kann ich nicht einmal mehr sagen, wo sich mein Körper im Raum befindet.

Wie bereits in allen unseren Büchern dargestellt, möchten wir auch an dieser Stelle wieder betonen: Die sensorische Integrationsstörung ist die Ursache für viele Kernprobleme, die mit Störungen aus dem Autismus-Spektrum einhergehen. Sie beeinflusst Verhalten, Kommunikation, Ernährung und Schlaf – entscheidende Faktoren, die die Qualität der Umwelt bestimmen, in der Ihr Kind Tag für Tag, Minute für Minute, Jahr für Jahr leben muss. Eine sensorische Dysfunktion anzugehen und zu behandeln sollte immer eine hohe Priorität haben.

Zwei Faktoren sollten Sie unbedingt beachten, wenn Sie sich mit den zahlreichen Aspekten der sensorischen Integrationsbedürfnisse Ihres Kindes beschäftigen.

Zum einen kann sensorisches Training wie ein Spiel wirken und sich auch so anfühlen. Das Spiel ist das Medium, mit dem Kinder lernen. Spiel bringt Spaß und fesselt die Aufmerksamkeit des Kindes, damit es am Ball bleibt. Ein aktives Gehirn ist ein lernbereites Gehirn. Das Tolle an sensorischem Training ist, dass sich Gelegenheiten und Lernmomente zu jeder Tageszeit ergeben, zu Hause, in der Schule, in der Gemeinde.

Zum anderen kann Ihre Schule Unterstützung bei der Ergotherapie anbieten⁴ und/oder Sie können sich mit einem Ergotherapeuten außerhalb der Schule zusammenschließen, aber die Therapiezeit ist begrenzt und kurz. Eine konsequente und kontinuierliche sensorische Integrationstherapie findet zu Hause statt. Ihr Kind für ein paar Stunden pro Woche in die Hände einer Fachkraft zu geben, ist ein Anfang – ein guter Anfang – aber der Großteil der Arbeit wird zu Hause geleistet. Wenn Sie diese Aufgabe überfordert, gehen Sie noch einmal zurück und lesen Sie den vorherigen Absatz. Das sensorische Training kann auch spielerisch sein.

Alle Ideen zur sensorischen Integration bieten wir unter dem Vorbehalt an, dass sie keinen Ersatz darstellen für die Arbeit mit einem Ergotherapeuten, der sich mit dem Autismus-Spektrum auskennt. Er oder sie liefert die Wissensgrundlage dafür, besser zu verstehen, wie die Sinne durch Autismus, einschließlich Asperger-Syndrom, verändert werden. Er oder sie kann eine „sensorische Diät“ für Ihr Kind entwickeln (also ein täglicher Plan zur Stimulierung und/oder Beruhigung durch bestimmte Aktivitäten) und diesen Plan optimieren, während Sie herausfinden, was davon funktioniert und was nicht.

Kein Kind wünscht sich Tadel oder eine Strafe für sein sogenanntes „schlechtes Verhalten“, besonders wenn es diese unangemessenen Verhaltensweisen nicht kontrollieren kann. Denn häufig sind sie Folge der dysfunktionalen Kommunikation zwischen seinen sensorischen Organen und seinem Gehirn. Über- oder Unterempfindlichkeit zu regulieren ist ein wichtiger erster Schritt, um dem Kind dabei zu helfen, sozial akzeptables Verhalten zu entwickeln. Dieser lohnenswerte Prozess erfordert Geduld, Konsequenz und ein wachsames Auge für sensorische Trigger. Fangen Sie langsam an und bleiben Sie auf Kurs.

Auswahl der richtigen sensorischen Aktivitäten

Sensorische Integrationsaktivitäten sollen Ihrem Kind oder Schüler Spaß machen. Hier einige Anregungen:

- Wählen Sie Aktivitäten, bei denen Ihr Kind das Spiel leiten, führen oder dirigieren kann. Dies ist der erste Schritt, damit es später die Initiative ergreift, mit Ihnen oder anderen ein Spiel zu beginnen.
- Wenn Sie etwas finden, das funktioniert, übertragen Sie es auf andere Orte im Leben Ihres Kindes. Konsistenz zwischen dem Zuhause und der Schule festigt das Gelernte, steigert den Erfolg des Kindes und damit sein Selbstvertrauen.
- Beachten Sie bei der Auswahl altersgerechter Aktivitäten für Ihr Kind, dass sein Lebensalter nicht unbedingt seinem Entwicklungsalter entspricht. Die richtige Aktivität ist seinem Können und der aktuellen sensorischen und sozialen Toleranzgrenze angepasst. Beispiel: Plätzchenteig herstellen ist eine tolle sensorische Aktivität, doch zwei oder drei Freunde oder Geschwister als „Küchenhelfer“ dabei zu haben, kann schon zu viel werden. Daher ist die Aktivität vielleicht eher als Einzelunterricht allein mit Mama erfolgreich.

⁴ Dies gilt für viele Regelschulen in den USA, hierzulande im Einzelfall für Förderschulen. Außerdem möchten wir anmerken, dass es sich hierbei in den USA um (universitär ausgebildete) Beschäftigungstherapeut*innen (occupational therapists) handelt, deren Berufsprofil bzw. Qualifikation und Unterstützungsleistungen aber weniger der hiesigen Beschäftigungstherapie als vielmehr der Ergotherapie (mit sonder- oder heilpädagogischen Anteilen) entspricht. Daher nutzen wir im Rahmen unserer Übersetzung die Bezeichnung „Ergotherapeut*innen“ (Anm. d. Übers.).

- Jede Aktivität, bei der Familienmitglieder bequem integriert werden können, ist ein Plus. Aber:
- Die Unternehmungen sollten keine übermäßigen Belastungen für das Familienbudget, den Zeitplan, das Platzangebot oder die Geduld mit sich bringen. Es kann auch schnell zu viel des Guten sein. Das Schöne an vielen Sinnesaktivitäten ist, dass schon durch ein paar Minuten hier und da mit der Zeit eine kumulative Wirkung auftritt.

Wir haben viele Ideen für sensorische Aktivitäten gesammelt, die Sie problemlos in den Tag Ihres Kindes integrieren können. Einige der Ideen sind sowohl für zu Hause als auch für die Schule geeignet; und vermutlich werden Sie jenseits der üblichen Dinge, die Ihnen zunächst in den Sinn kommen, zum Weiterdenken inspiriert.

Zwölf Warnzeichen für sensorische Überlastung

Die Ideen in diesem und in anderen Büchern sowie Anregungen von Ihrem Ergotherapeuten und anderen Fachleuten bieten zahllose Möglichkeiten, die über- oder unterreizten Sinneswahrnehmungen Ihres Kindes zu verbessern. Ihr Kind wird einige annehmen, andere nicht.

Natürlich wünschen Sie sich, dass Ihr Kind an schönen sensorischen Aktivitäten möglichst ausgiebig teilnimmt. Aber ist das auch gut für Ihr Kind? Eindeutig nein, sagen Ergotherapeut*innen. Zu viel von etwas kann die empfindlichen Sinne überlasten und einen gefürchteten „Ausraster“ (meltdown) auslösen. Merken Sie sich daher die zwölf Warnzeichen einer drohenden Reizüberflutung:

1. Verlust des Gleichgewichts oder der Orientierung
2. Hautrötungen oder plötzliche Blässe
3. Das Kind sagt: „Stopp!“
4. Das Kind verweigert die Aktivität
5. Herzrasen oder plötzlicher Pulsabfall
6. Hysterie, Weinen
7. Gereizter Magen: Krämpfe, Übelkeit, Erbrechen
8. Starkes Schwitzen
9. Das Kind wird aufgeregt oder wütend
10. Das Kind beginnt Phrasen immer und immer wieder zu wiederholen (selbstberuhigendes Verhalten)
11. Das Kind beginnt mit dem Stimming (repetitives, selbstberuhigendes Verhalten)
12. Das Kind schlägt (um sich) oder beißt

Wenn einer dieser Fälle eintritt, stoppen Sie die Aktivität sofort. Das Verhalten Ihres Kindes sagt Ihnen, wann ihm etwas zu viel ist und nicht mehr bewältigt werden kann. Widerstehen Sie dem Impuls zu denken, dass Ihr Kind in der Lage sein sollte, damit umzugehen oder es nur ein wenig länger auszuhalten. Wenden Sie sich an Ihren Ergotherapeuten, der Dauer und Häufigkeit für bestimmte Aktivitäten empfiehlt und Ihnen zeigt, wie Sie eine angemessenere sensorische Erfahrung für das Kind entwickeln können.