

Irmgard Himmelbauer

Kinder im Autismus-Spektrum durch Spielen fördern

Schritt für Schritt gemeinsam wachsen und Herausforderungen meistern

Spielideen und Begleitung für Eltern und Fachkräfte



Kinder im Autismus-Spektrum durch Spielen fördern

Schritt für Schritt gemeinsam wachsen und Herausforderungen meistern. Spielideen und Begleitung für Eltern und Fachkräfte

Irmgard Himmelbauer

1. Auflage 2026

40 Abbildungen



Liebe Leserin, lieber Leser,
wenn es um die eigene Gesundheit geht, darf man nichts dem Zufall überlassen. »Für eine bessere Medizin und mehr Gesundheit im Leben«: So lautet das Qualitätsversprechen der Marke Thieme. Ärztlich Tätige, Pflegekräfte, Physiotherapeutinnen und -therapeuten oder Hebammen – sie alle verlassen sich darauf, dass sie von Thieme, dem führenden Anbieter von medizinischen Fachinformationen und Services, die entscheidenden Informationen zur richtigen Zeit am richtigen Ort bekommen. So können sie die Menschen, die sich ihnen anvertrauen, bestmöglich unterstützen. Auch du kannst dich auf die TRIAS Ratgeber mit dem Thieme Qualitätssiegel verlassen! Diese Informationsangebote helfen dir dabei, die richtigen Entscheidungen zu treffen, wenn es um deine Gesundheit geht, selbst daran mitzuwirken, gesund zu werden, dich gesund zu erhalten oder das Fortschreiten einer Erkrankung zu vermeiden. Mit einem TRIAS Titel aus dem Hause Thieme überlässt du deine Gesundheit nicht dem Zufall!
Dein TRIAS Verlag



Liebe Leserin, lieber Leser,

Kinder spielen einen großen Teil des Tages und üben im Spiel, was sie später im Alltag brauchen. Sie untersuchen dabei alles, was ihnen in die Hände kommt, trainieren ihre Geschicklichkeit, sie schlüpfen in verschiedene Rollen und lernen, sich mit anderen Personen abzustimmen. Spiele können spontan sein oder nach bestimmten Regeln verlaufen. Spiel ist also das Lernfeld für Kinder. Kinder aus dem Autismus-Spektrum entwickeln sich anders und sie spielen auch anders. Sie spielen häufig für sich, wiederholen bestimmte Aktivitäten immer wieder und meiden andere vehement. Das liegt auch an ihrer speziellen Art wahrzunehmen und zu denken. Im ersten Teil des Buches findest du deshalb viele Informationen zu den Themen Lernen, Spielen, Wahrnehmung und Wahrnehmungsbesonderheiten sowie Tipps, wie du ein autistisches Kind dabei unterstützen kannst, in Kontakt zu kommen.

Im zweiten Teil des Buches findest du konkrete Spielanregungen für alle Stufen der Entwicklung im Vorschulalter. Du findest Schritt-für-Schritt-Anleitungen, wie du dein Kind spielend fördern und seine Fähigkeiten weiterentwickeln kannst. Du erhältst Tipps, wie du Interesse am Zeichnen wecken und wie du Kommunikation im Spiel nutzen und anregen kannst. Damit es dir gelingt, dein Kind auch in schwierigen Situationen gut zu lenken und zu begleiten, habe ich ergänzend Verständnishilfen und Tipps für den Umgang mit herausforderndem Verhalten zusammengestellt. Die in diesem Buch gesammelten Anregungen haben sich in meiner Praxis als Kinder-Ergotherapeutin vielfach bewährt und können auch zuhause und im Kindergarten gut umgesetzt werden.

So wünsche ich viel Freude beim Lesen, Üben und Spielen!

Irmgard Himmelbauer



Inhaltsverzeichnis

- **Titelei**
- **Liebe Leserin, lieber Leser,**
- **Wahrnehmungs- und Lernbesonderheiten**
- **Spielend lernen: Lernen im Spiel**
 - Was ist denn normal?
 - Das Spiel von neurotypischen Kindern
 - Spiel als Indikator für Entwicklung
 - Erkundungsspiel
 - Funktionsspiel
 - Konstruktionsspiel
 - Symbolspiel
 - Rollenspiel
 - Regelspiel
 - Spielen Kinder im Autismus-Spektrum anders?
 - DIR Floortime und FEDC-Entwicklungsleiter
 - Übungsspiel und Spontanspiel
 - Das Prinzip der Bahnung und Hemmung
 - Die Macht der Gewohnheit
 - Wozu Übungsspiel bei Kindern mit ASS?

- **Wie Wahrnehmung uns beeinflusst**

- Wie nehmen wir wahr?
- Was ist sensorische Integration?
- Wahrnehmung bereitet uns auch auf etwas vor
- Ein stabiles Weltbild entwickeln
- Der Prozess des Filterns
- Der Prozess der Assoziation
- Menschen empfinden unterschiedlich

- **Autistische Wahrnehmungsbesonderheiten**

- Hyposensibilität (Unterempfindlichkeit)
 - Probleme bei der Reizregistrierung
 - Schwierigkeiten bei der Reizdiskrimination
 - Probleme beim Feedforward (Antizipation)
- Hypersensibilität (Überempfindlichkeit)
 - Taktile Hypersensibilität
 - Überempfindlichkeit gegenüber festem Druck
 - Vestibuläre und Schwerkraftunsicherheit
 - Visuelle und akustische Überempfindlichkeit
 - Geruchs- und Geschmacksempfindlichkeit

- Filterungs- und Selektionsprobleme
- Probleme beim Fokuswechsel
- Assoziationsschwierigkeiten
- Fazit Wahrnehmungsbesonderheiten

- **Verhalten positiv lenken: Regulation lernen**

- Was verstehen wir unter Regulation?
- Woran erkennen wir Dysregulation?
- Wie kann ich co-regulierend wirken?
 - Wir brauchen Selbst-Regulation
- Der Wechsel zwischen Lassen und Leiten
 - Aufmerksames Warten
 - Positives Leiten

- **Mit schwierigem Verhalten umgehen**

- Warum macht das Kind so etwas?
- Knopfdruck-Aktivitäten
- Wie fördern wir konstruktives Verhalten?
- Mit Weglaufen umgehen
- Mit Hauen umgehen
- Mit Schreien und Brüllen umgehen
- Mit Autostimulation und Tics umgehen
- Wenn das Kind Dinge wirft
- Wenn das Kind dich ignoriert

- Wenn das Kind alles in den Mund nimmt
- Was nicht oder nur kurzfristig hilft
 - Immer wieder erklären
 - Alles erlauben, keine Grenzen setzen
 - Schimpfen, drohen, schreien
 - Erst verbieten, dann erlauben
 - Bei Frustration sofort Ablenkung anbieten
 - Das Einmischen anderer
 - Jedes Scheitern als Versagen zu empfinden
- Herausforderungen für Fachkräfte
- **Günstige Voraussetzungen schaffen**
 - Was wollen wir eigentlich üben?
 - Das gute Mindset: die innere Haltung
 - Der Übungsort für das Förderspiel
 - Die Übungszeit
 - Die passenden Spiele: das Übungsmaterial
 - Spielen mit den Lieblingsobjekten: ja oder nein?
 - Selbst wählen lassen oder Spiele vorgeben?
 - Therapie und Alltag
 - Fazit: günstige Spielvoraussetzungen

- »Ice-Breaker«, die fast immer klappen

- **Spielideen: So geht's**

- **Von einfach bis komplex**

- **Sensorische Spiele**

- **Körperspiele**

- Konkrete Spielideen für Körperspiele

- **Spiele mit sensorischen Materialien**

- Klebeband, Gummiband, Gewichtssäckchen

- Vibrationen

- Eincremen

- Gewichtsdecke, -säcke und -manschetten

- Wühlen

- Salatschleuder

- **Spiele mit Schaukeln**

- Plattform-, Reitsitz- und Brettschaukel

- Trapezschaukel

- Hängematte, Nestschaukel

- Schaukeln auf dem Spielplatz

- **Sprossen- und Kletterwand**

- **Ballspiele: werfen und fangen**

- Bälle rollen
- Auf einem Pezziball hopsen/reiten
- Fangen und Werfen

- **Bau-, Steck- und Konstruktionsspiele**

- Was lernt das Kind bei diesen Spielen?

- Gezielt greifen und loslassen, Kraft anwenden
 - Gezielt positionieren
 - Koordinierte Zusammenarbeit beider Hände
 - Auge-Hand-Koordination
 - Erfahrungen sammeln
 - Etwas fertig machen, Abläufe einhalten
 - Veränderungen wahrnehmen und akzeptieren
 - Das Repertoire erweitern

- Einfache sensomotorische Spiele

- Konkrete Spielideen

- Zuordnungsspiele

- Konkrete Spielideen

- **Symbol-, Regel- und Rollenspiele**

- Handlungsschritte erweitern und verändern

- Kugelbahn

- Eisenbahn
 - Schlüsselhäuser
- So-tun-als-ob-Spiele – Symbolspiele
 - Stofftier/Puppe füttern
 - Einkaufen und kochen
 - Schulbusspiel
 - Fische fangen
- Brett- und Würfelspiele
 - Das Würfelprinzip verstehen
 - Das Spielziel kennen
 - Einmal ich/einmal du
 - Tipp
- Elektronische Spiele
 - Wann, wie lange und wie?
 - Den zeitlich begrenzten Einsatz üben
- Spielen mit anderen Kindern
- Spielen im Kindergarten
- **Zeichnen und Malen**
 - Voraussetzungen, um zeichnen zu können
 - Interesse am Zeichnen wecken
- **Sprache einsetzen und fördern**
 - Voraussetzungen für verbale Sprache

- Kommunikation ist mehr als Worte
- Die Sprache von Kindern mit ASS ist anders
 - Besonderheiten bei der Kommunikation
- Sprache im Spiel anwenden und fördern
 - Der Körper als Kontaktstelle für Interaktion
 - Stimmung und Haltung
 - Mimik
 - Rhythmik und Melodie
 - Laute
 - Wiederholen und variieren
 - Reduzieren
 - Die Handlung sprachlich strukturieren
 - Signalsprache verwenden
 - Hole dir Aufträge
 - Einfache Fragen stellen und Alternativen nennen
 - Bildkarten und Bilderbücher verwenden
 - Alltagseignisse nachspielen
 - Blickkontakt
 - Maschinensprache

• **Schlusswort**

• **Danksagung**

- **Autorenvorstellung**
- **Sachverzeichnis**
- **Impressum**
 - Impressum



Wahrnehmungs- und Lernbesonderheiten

Der erste Buchteil vermittelt Wissen und will Verständnis schaffen für die Wahrnehmung, das Verhalten und die Lern- und Spielmöglichkeiten von autistischen Kindern.

Spielend lernen: Lernen im Spiel

»Das ist ja ein Kinderspiel«, sagen wir, wenn etwas besonders leicht von der Hand geht. Wir assoziieren mit Spiel also Leichtigkeit, Unbeschwertheit, Freude und Heiterkeit.

Spiel sollte frei von Druck und Zwang sein, egal ob wir allein oder in einer Gruppe spielen. Im Idealzustand gelangen wir im Spiel in einen Flow-Zustand, in dem wir ganz vertieft und zufrieden einer Tätigkeit nachgehen und alles rund um uns vergessen. Nehmen wir das Spiel aber genauer unter die Lupe, so ist es ein erstaunlich vielfältiges Phänomen mit vielen Facetten und Formen. »Playing is the highest form of research« ist ein Zitat, das dem Nobelpreisträger Albert Einstein zugeschrieben wird.

Wenn wir Kinder beobachten, die gerade vertieft in ein Spiel sind, ist das wie spannendes Kino. Denken wir an die Ausdauer, mit der kleine Kinder einen Turm bauen, der immer wieder umfällt, wie sie es noch einmal und noch einmal versuchen, bis es gelingt. Mitunter sehen wir dann ein kleines, nach innen gerichtetes Lächeln: »the smile of mastery«. Dieses Lächeln zeugt davon, dass das Kind mit sich zufrieden ist, dass es etwas geschafft hat, etwas entdeckt hat. Dass es ein bisschen stolz ist. Es ist ein Lächeln, das zeigt, dass der Prozess der »intrinsischen Motivation« angekurbelt ist, also das, was uns täglich dazu bringt, Neues auszuprobieren, etwas zu üben und zu lernen. Auf dieses nach innen gerichtete Lächeln folgt dann oft der Blick zu einer Bezugsperson: »Hast du gesehen, was ich geschafft habe?«, ein Blick, der nach Bestätigung fragt, der das Erreichte teilen möchte. Auch das ist ein wichtiger Aspekt des Lernens von neurotypischen Kindern im Spiel – das soziale Miteinander. Die Neugierde und das Wiederholungslernen folgen einem inneren Programm, es ist angelegt, sofern es nicht durch innere oder äußere Faktoren gestört ist. Wenn durch unser Handeln etwas gelungen ist, dann wagen wir uns an die nächste Herausforderung.

Kinder spielen je nach Alter und Angebot, nach Interessen und Temperament unterschiedlich. Es fällt uns gewöhnlich leicht, mit Kindern zu spielen. Wir verfügen über ein ähnliches »Programm«, also ähnliche Erfahrungen und ähnliche Konzepte, die uns erlauben, miteinander zu spielen und ins Spiel anderer einzusteigen. Wir sprechen die gleiche Spielsprache.

Kinder im Autismus-Spektrum spielen anders. Sie haben andere Interessen, eine andere Wahrnehmung und nehmen eine andere Spielentwicklung. Es ist deshalb nicht einfach, uns in das Spiel von autistischen Kindern einzubringen. Wir müssen erst eine gemeinsame Sprache finden. Bevor wir uns dem Spiel von Kindern im Autismus-Spektrum zuwenden, betrachten wir kurz die »normale Spielentwicklung« – also die Spielentwicklung, die die meisten Kinder ohne spezielle Anregung oder Förderung ganz von selbst nehmen.

Was ist denn normal?

In Gesprächen mit Kolleg*innen und Eltern stellt sich immer wieder die Frage: Was ist denn normal und wann ist jemand autistisch? Das Autismus-Spektrum ist mittlerweile sehr weit gefasst. Von schwer betroffenen, auch intellektuell beeinträchtigten Kindern bis hin zu High-functioning-Autist*innen ist die Bandbreite der individuellen Beeinträchtigungen und Fähigkeiten groß. Dementsprechend unterschiedlich sind auch die Herausforderungen im Alltag und die Notwendigkeit für Förderung. Die Tipps und Spielanregungen in diesem Buch reichen von »ganz einfach« bis »ziemlich kompliziert« und können auch für Kinder mit anderen Diagnosen, wie z. B. Störungen der sensorischen Integration (Hypo- oder Hypersensibilität), der Aufmerksamkeitssteuerung (ADHS), der emotionalen Regulation oder der motorischen Funktionen (Hypotonie, fein- und grobmotorische Koordination), adaptiert und angewendet werden. Ich verwende in diesem Buch Begriffe wie »neurotypisch«, »neurodivers«, »normal« oder »autistisch« im Bewusstsein, dass die genaue Abgrenzung und die Definition von Entwicklungsauffälligkeiten oft problematisch und jedenfalls diskussionswürdig sind. Weltweit besteht großes Forschungsinteresse an den Ursachen und an der Entstehung von Autismus. Es gibt immer wieder neue Theorien und Erkenntnisse und nach wie vor auch viele ungelöste Fragen. Künftige Forschungsergebnisse werden vielleicht auch präzisere Klassifizierungen im Bereich der Autismus-Spektrum-Störungen (ASS) bringen, unser Verständnis für diese Entwicklungsbesonderheit erweitern und damit auch gezieltere Fördermöglichkeiten schaffen.

Das Spiel von neurotypischen Kindern

Was und wie Kinder spielen, folgt einem typischen Ablauf und ist gleichzeitig individuell. Jede Spielhandlung zeigt uns die kognitiven, sozialen und sensomotorischen Fähigkeiten, über die ein Kind im

jeweiligen Alter verfügt, und gibt uns auch Information über spezielle Interessen und Begabungen. Entwicklungstabellen geben uns eine ungefähre Annäherung an die große Vielfalt und Variabilität von kindlichen Verhaltensweisen im Spiel.

Eine mögliche Einteilung der Spielentwicklung

Alter	Spielform	Beschreibung
Geburt-2 Jahre	Funktionsspiel, Erkundungsspiel	Das Kind erkundet seine Umgebung und seinen Körper, wiederholt Handlungen und lernt durch Ausprobieren.
2-3 Jahre	Konstruktionsspiel, Als-ob-Spiel	Das Kind beginnt, mit Gegenständen zu bauen und zu gestalten sowie Gegenstände umzudeuten (z. B. Bausteine als Zug).
2+ Jahre	Parallelspiel	Kinder spielen noch eher nebeneinander als miteinander und beobachten sich gegenseitig.
3-4 Jahre	Assoziatives Spiel	Kinder spielen zwar nebeneinander, beginnen aber, sich auszutauschen, zu beobachten und zu imitieren.
4+ Jahre	Rollenspiel	Kinder schlüpfen in verschiedene Rollen und spielen miteinander, oft mit Fantasie und Nachahmung.
5+ Jahre	Regelspiel	Kinder spielen nach festgelegten Regeln, was Kooperation und Wettbewerb beinhaltet.

Je nach Angebot, Temperament und Interessenlage werden die einzelnen Spielphasen unterschiedlich intensiv ausgelebt. Während ein Kind hingebungsvoll seine Puppen und Kuscheltiere füttert und umsorgt, hat ein anderes Kind mehr Interesse daran, wie Dinge funktionieren, und wird deshalb gerne Spielsachen auseinandernehmen. Spiel ist also individuell, sagt viel über die Reife und Entwicklung von Kindern aus und verläuft in der Entwicklung in einer bestimmten Abfolge.

Spiel als Indikator für Entwicklung

Das individuelle Spiel ist Ausdruck einer bestimmten Entwicklungsstufe und gleichzeitig werden im Spiel Fähigkeiten geübt und verfeinert. Zudem werden im Spiel neues Wissen und neue Kenntnisse »ganz nebenbei« gewonnen. In den ersten Lebensjahren kommt es zu einer regelrechten Explosion von Nervenverbindungen im Gehirn (über sogenannte Synapsen), die durch alle Erkundungen und Erfahrungen angeregt wird, die Kinder in diesem Alter machen. Etwa im 3. Lebensjahr erreicht die Anzahl der Synapsen einen Höchststand: Das kindliche Gehirn verfügt zu diesem Zeitpunkt über doppelt so viele Synapsen wie das eines Erwachsenen, obwohl das Kind scheinbar noch kaum etwas gelernt hat. Doch tatsächlich hat es unendlich viele Erfahrungen gesammelt. Diese Lernleistung wird auch eindrücklich im Buch von Gopnik, Kuhl und Meltzoff *Forschergeist in Windeln* geschildert, in dem die faszinierende Welt der kindlichen Wissensaneignung anhand vieler Beispiele beschrieben wird. Dieses kindliche Forschen geschieht weitgehend intrinsisch motiviert, benötigt also keine spezielle Förderung von außen.

Erkundungsspiel

Die erste Spielstufe, das Erkundungsspiel, dient der Erkundung des eigenen Körpers und der unmittelbaren Umgebung des Kindes. Es werden vor allem sensorische Informationen gesammelt und motorische Fähigkeiten geübt. Das Erkundungsspiel ist geprägt durch das Erfassen der Umwelt mit allen Sinnen: Fühlen, Hören, Sehen, Schmecken und Riechen. Das Ergreifen einer Rassel, das Anstoßen eines Mobiles, das Betasten des eigenen Körpers, das Lutschen am Daumen oder an Spielzeug, die erste Fortbewegung, das Spüren der Unterlage, das Wahrnehmen der Bezugspersonen, alles wird untersucht, kombiniert und gespeichert. Babys hören bereits im Mutterleib Geräusche und Sprache, lernen allmählich, sie zuzuordnen und zu interpretieren, und produzieren erste eigene Laute. Auf dieser Stufe erfolgt die Vernetzung der einzelnen Sinneseindrücke, was die Basis für die sensorische Integration (SI) bildet.