

# Warum flatterst Du so mit den Händen?

## Zur Bedeutung und Notwendigkeit repetitiver Verhaltensmuster für Menschen im Autismus-Spektrum

Natascha Németh<sup>1</sup> & Anja Stiller<sup>2</sup>

Behindertenpädagogik 1/2023, 62. Jg., 54–64

<https://doi.org/10.30820/0341-7301-2023-1-54>

[www.psychosozial-verlag.de/bp](http://www.psychosozial-verlag.de/bp)

*Zusammenfassung:* Personen des Autismus-Spektrums nehmen die Welt sehr intensiv und damit in einer besonderen Form wahr. Diese Wahrnehmungsschärfe führt regelmäßig zu einer Überforderung des Systems. Durch eine neuronale Reizempfindlichkeit resultiert bei autistischen Menschen eine erhöhte Stressvulnerabilität. Das entsprechende Stresserleben wird durch die unmittelbaren Lebensbedingungen und die damit verbundenen Anpassungsleistungen potenziert. Die entstehenden inneren und äußeren Überforderungen werden dabei durch sogenannte repetitive Verhaltensweisen/Stimming, die sich in verschiedenen Formen ausdrücken können und unwillkürlich sowie bewusst geschehen, reguliert. Stimming kann dazu dienen überwältigende Emotionen einzudämmen und ein beruhigendes Feedback zu erzeugen. Ebenso kann Stimming eine Bewältigungsstrategie sein, die aus der Umwelt resultierenden Sinnesstimulationen zu kanalisieren. Allerdings führen diese Verhaltensweisen mitunter auch zu Stigmatisierungen aus der Umgebungswelt der autistischen Person, wenn diese Verhaltensweisen als nicht adäquat betrachtet werden. Dieser Artikel möchte diesem entgegenwirken und deutlich machen, dass Stimming eine bedeutende Rolle im Leben autistischer Menschen spielt. Das Umfeld des Menschen im Autismus-Spektrum trägt entscheidend dazu bei, das Stresserleben der autistischen Person zu reduzieren. Dafür scheint das Wissen um die Ursachen und Funktionen von Stimming und eine differenzierte sowie individuelle Sichtweise unerlässlich. Ziel sollte es nicht sein, diese repetitiven, notwendigen Verhaltensweisen abzubauen oder den Autismus behandeln zu wollen, sondern den autistischen Menschen dabei zu unterstützen mit dieser Welt leben zu können.

*Schlüsselwörter:* Autismus-Spektrum, Stimming, Bewältigungsstrategien, stärkenbasierte Perspektive

---

1 Autismus-Zentrum Hannover gGmbH, ZAK Hannover.

2 Der Kinderschutzbund Landesverband Niedersachsen e. V.