

Autismus in der Kita

Kurzversion für das Kita-Team – Was müssen wir wissen?

Dieses Infoblatt ist für Erzieherinnen und Erzieher, die ein autistisches Kind in ihrer Gruppe begleiten. Es ersetzt kein Training, aber gibt einen ersten, soliden Überblick – direkt, ehrlich und ohne Fachjargon.

1 Autismus – das Wichtigste in Kürze

Autismus ist keine Krankheit, kein Erziehungsfehler und keine Phase. Es ist eine neurologische Entwicklungsbesonderheit – eine andere Art, die Welt wahrzunehmen, zu verarbeiten und zu kommunizieren. Autistische Kinder sind genauso verschieden wie alle anderen Kinder. Was sie verbindet: sie brauchen klare Strukturen, Vorhersehbarkeit und Verständnis – keine Anpassung an eine Norm.

× Was Autismus NICHT ist

- Kein Erziehungsfehler der Eltern
- Kein Wutanfall, kein Trotz
- Kein Desinteresse an anderen
- Keine Faulheit oder Unwilligkeit
- Kein Phänomen, das „abnächst“

✓ Was Autismus IST

- Eine neurologische Entwicklungsbesonderheit
- Anders wahrnehmen, denken und kommunizieren
- Oft verbunden mit sensorischen Besonderheiten
- Begleiter für das ganze Leben
- Sehr individuell – kein autistisches Kind ist wie ein anderes

2 Sensorische Besonderheiten – die Welt klingt lauter

Was im Körper passiert – und was das im Kita-Alltag bedeutet

Viele autistische Kinder erleben Sinnesreize intensiver als andere. Das bedeutet: Ein Gruppenraum kann sich wie ein Konzert anfühlen. Eine Berührung am Arm kann schmerzhaft sein. Das Flackern einer Neonröhre ist nicht Hintergrundlärm – es ist laut im Kopf.

Sinn	Kann für das Kind bedeuten	Konkrete Hilfe im Kita-Alltag
Hören	Hintergrundgeräusche genauso laut wie Sprache; bestimmte Frequenzen besonders schmerzhaft	Offene, ruhige Ecke, Gruppenlärm reduzieren
Sehen	Flackerlicht, Neonröhren, zu bunte Räume überfordern	Warmes Licht, ruhige Wandgestaltung, Sonnenbrille ermöglichen
Berühren	Leichte Berührungen unangenehm; unerwartetes Antippen überfordern	Nicht direkt berühren; ankündigen; tiefer Druck oft besser
Geruch	Essensgerüche, Parfüm, Reinigungsmittel massiv belasten	Parfümfreies Team; Warnhinweis vor starken Gerüchen
Geschmack / Essen	Konsistenz, Temperatur, Farbe – nicht Wählerigkeit, sondern Unverträglichkeit	Kein Essensdruck; eigene Essensregeln respektieren



Stimming ist normal und sinnvoll. Schaukeln, Summen, Hüpfen, Tippen – das sind Selbstregulationsstrategien, keine Stimmungsstörer. Bitte nicht unterbinden. Das Stimming schützt das Kind vor Überforderung.

3 Kommunikation – klar, direkt, wörtlich

✓ Kurze, klare Sätze. Eine Anweisung auf einmal.

✓ Nach 10–15 Sekunden Stille abwarten –
Verarbeitungszeit ist normal.

✗ Mehrere Schritte auf einmal nennen.

✗ Die Frage sofort wiederholen, wenn keine Antwort kommt.

✓ Wörtlich sprechen: „Bitte Schuhe anziehen“.

✗ Ironie, Witze, „Red mal eine Runde“ – wird nicht verstanden.

✓ Körperkontakt ankündigen: „Darf ich dich kurz an der Schulter berühren?“

✗ Unangekündigt von hinten berühren oder anfassen.

✓ Alternativmittel zulassen: Zeigen, Bilder, Apps, Gesten.

✗ Nur mündliche Kommunikation akzeptieren.

4 Struktur & Routinen – der stärkste Hebel

Was autistischen Kindern in der Kita wirklich hilft

- Visueller Tagesplan: Bildkarten oder Fotos des Tagesablaufs – reduziert Übergangsstress massiv.
- Übergänge ankündigen: „In 5 Minuten räumen wir auf.“ Timer + verbale Ansage. Nie abrupt wechseln.
- Fester Platz: Beim Essen, im Kreis, an der Garderobe – Orientierung durch Konstanz.
- Bezugsperson: Eine feste Person am Morgen erhöht die Sicherheit enorm.
- Rückzugsort: Ein ruhiger Bereich, den das Kind jederzeit aufsuchen darf – ohne Erlaubnis, ohne Erklärung. Nicht als Strafe.
- Planänderungen ankündigen: Wenn möglich vorab. Wenn nicht: „Heute ist etwas anders – nämlich ...“

5 Meltdown & Shutdown – was passiert und was hilft

Kein Wutanfall. Kein Trotz. Eine neurologische Überlastungsreaktion.

Schreien, Weinen, Schlagen, sich auf den Boden werfen. Das ist keine Manipulation – das Nervensystem hat die Kontrolle verloren.

✓ Was hilft:

- Ruhe bewahren – ruhige Stimme, kein Drama
- Reizquellen reduzieren (Licht dimmen, Lärm)
- Raum geben – körperlichen Abstand halten
- Andere Kinder dezent wegführen
- Keine Anforderungen stellen
- Warten, bis die Welle sich legt

✗ Was nicht hilft:

- Erklären oder diskutieren (jetzt!)
- Festhalten oder Ablenken versuchen
- Strafen oder Konsequenzen ansagen
- Laut reagieren oder selbst eskalieren

Das Kind friert ein, antwortet nicht, schaut weg, verliert vorübergehend die Sprache. Kein Schmolten – das System schützt sich selbst.

✓ Was hilft:

- Still und ruhig da sein
- Keinen Augenkontakt einfordern
- Sanft signalisieren: „Ich bin da“
- Ruhigen Rückzugsort anbieten
- Zeit lassen – kann Minuten bis Stunden dauern

✗ Was nicht hilft:

- Drängen, rütteln, „komm mal raus“
- Viele Fragen stellen
- Anfassen ohne Ankündigung
- Weitere Anforderungen stellen



Nach dem Meltdown / Shutdown: Das Kind braucht Zeit zur Erholung. Nicht sofort „aufarbeiten“. Kein Schuldgefühl auslösen. Eltern bitte noch am selben Tag informieren – sachlich, ohne Bewertung.

6 Inklusion im Alltag – 10 Dinge, die wirklich helfen

- | | |
|---|---|
| <p>▶ Stimming zulassen
Schaukeln, Summen, Hüpfen reguliert das Nervensystem. Nie unterbinden.</p> | <p>▶ Rückzugsort sichern
Ein reizarmer Bereich – jederzeit nutzbar, kein Kommentar dazu nötig.</p> |
| <p>▶ Tagesplan sichtbar machen
Bilder oder Fotos aller Tagesabschnitte. Kind zeigt selbst, was als nächstes kommt.</p> | <p>▶ Hilfsmittel ermöglichen
Ohrschützer, Fidget, Sonnenbrille – keine Sonderbehandlung, sondern Barrierefreiheit.</p> |
| <p>▶ Übergänge ankündigen
Immer mit Vorwarnung + Bild oder Timer. Nie abrupt.</p> | <p>▶ Eigene Regeln respektieren
Feste Plätze, Essensroutinen, Begrüßungsrituale – das gibt Sicherheit.</p> |
| <p>▶ Direkte Sprache verwenden
Kurz, klar, wörtlich. Kein „Jetzt mal“ oder „Eigentlich solltest du...“</p> | <p>▶ Eltern als Experten sehen
Tägliche kurze Rückmeldung. Eltern kennen ihr Kind am besten.</p> |
| <p>▶ Verarbeitungszeit geben
Nach einer Frage oder Anweisung mind. 10 Sekunden warten, bevor wiederholt wird.</p> | <p>▶ Stärken nutzen
Spezialinteressen des Kindes sind Brücken – zu anderen Kindern, zu Lernthemen.</p> |

7 Zusammenarbeit mit Eltern & Fachleuten

Eltern täglich kurz informieren

Was gut lief. Was schwierig war.
Ohne Bewertung. Eltern können dann
den Rest des Tages besser begleiten.

Therapeuten einladen

Ergotherapeutin, Logopädin,
Autismustherapeutin. Hospitation
ermöglicht Alltagstransfer – das ist
ein Qualitätsgewinn fürs Team.

Förderplan gemeinsam nutzen

Was im Therapie- oder Hilfeplan
steht, ist kein Geheimnis. Eltern
können und sollen teilen, was dem
Kind hilft.

8 Bitte beachten – und was das nicht ersetzt

- Dieses Infoblatt ist ein erster Überblick. Es ersetzt keine Fortbildung.
- Was dem einen Kind hilft, muss dem nächsten nicht helfen. Eltern sind die wichtigste Informationsquelle.
- Autismus ist kein Homogenitätsmerkmal: Kein autistisches Kind ist „typisch autistisch“ – Varianz ist die Regel.
- Autistische Kinder spüren sehr genau, ob sie wirklich willkommen sind – nicht nur toleriert.

Mehr Informationen: autismus-ratgeber.de/autismus-kita • autismus.de • EUTB: rehadat.de/eutb

Infoblatt darf ausgedruckt, kopiert und im Team weitergegeben werden. Stand: Juli 2026. Kein Ersatz für Fachberatung.
autismus-ratgeber.de