

PDA - Pathological Demand Avoidance

Klinische Einordnung • Abgrenzung • Diagnostik • Interventionsansätze • Literatur • Stand 2026

- i** Diagnostischer Status: PDA ist kein eigenständiger Code in ICD-11 oder DSM-5. Es wird als klinisch gut beschreibbares Verhaltensprofil innerhalb des Autismus-Spektrums verstanden (O’Nions et al., 2014; PDA Society, 2022). Die diagnostische Einordnung ist offen – die therapeutische Relevanz ist es nicht.

1 Klinisches Profil – Kernmerkmale

PDA beschreibt ein Profil, das im Rahmen einer Autismus-Spektrum-Störung auftritt und sich durch folgende Kerncharakteristika auszeichnet:

Extreme, angstgetriebene Anforderungsvermeidung

Auch gewollte oder lebensnotwendige Handlungen werden vermieden, sobald sie als Anforderung wahrgenommen werden. Neurobiologisch: Bedrohungsreaktion (Fight/Flight/Freeze).

Starkes Masking, große Kontext-Diskrepanz

Unauffällig in strukturierten Situationen (z. B. Diagnostic Setting). Deutlich belastet zuhause. Führt zu systematischer Unterdiagnose, besonders bei Mädchen.

Soziale Oberfläche & strategisches Umgehen

Charmant, redegewandt, sozial kompetent wirkend. Einsatz sozialer Mittel zur Vermeidung: Ablenken, Ausreden, Humor, Themenwechsel.

Ablehnung sozialer Hierarchien

Direkte Anweisungen lösen sofort Widerstand aus, unabhängig vom Inhalt. Gleichgestellte Beziehungen werden akzeptiert.

Wechselnde Interessen, keine stabilen Routinen

Anders als bei anderen ASS-Profilen: keine konstanten Spezialinteressen, Routinen werden selbst zur Anforderung.

Intensive Erschöpfung durch Masking

Kumulativer Stress durch tagelanges Masking. Entladung typischerweise zuhause nach dem Schultag (sog. „afternoon meltdown“).

2 Differentialdiagnose – typische Fehldiagnosen & Abgrenzung

Falsche Diagnosen führen zu falschen Interventionen – mit erheblichem Schaden



Störung des Sozialverhaltens (SSV)

Verwechslungsgefahr: Widerstand, Aggressivität, Trotz sehen aus wie SSV. Abgrenzung: SSV hat keinen angstgetriebenen Ursprung; Konsequenz und Restriktionen helfen bei SSV, eskalieren bei PDA. Eltern werden als erziehungsunfähig beschuldigt.



Oppositionelle Trotzstörung (OTS)

Verwechslungsgefahr: Oppositionelles Verhalten bei Anforderungen. Abgrenzung: OTS = willentlich-oppositionell. PDA = neurologisch-angstgesteuert. Verhaltenstherapeutische Grenzsetzung-Ansätze verschlimmern PDA massiv.



ADHS

Verwechslungsgefahr: Impulsivität, Ablenkbarkeit, Hyperaktivität. Abgrenzung: ADHS kann komorbid auftreten. Alleinige ADHS-Diagnose lässt Anforderungsvermeidungsmuster unerklärt. Stimulantien-Ansprechen möglich, löst PDA-Kern nicht.

**Angststörung**

Verwechslungsgefahr: Angst ist zentral bei PDA. Abgrenzung: Reine Angstbehandlung (z. B. kognitive Verhaltenstherapie) reicht nicht, wenn das PDA-Profil nicht adressiert wird. Exposition kann kontraproduktiv sein.

**Keine Diagnose (bes. Mädchen)**

Verwechslungsgefahr: Starkes Masking – besonders bei Mädchen. Abgrenzung: Symptome erscheinen erst bei Erschöpfung des Maskings (Pubertät, Stresshäufung). Ohne PDA-Bewusstsein: Diagnose „emotionale Verhaltensstörung“ oder keine.



Fatale Folge falscher Diagnosen: Konventionelle verhaltenstherapeutische Interventionen (Grenzsetting, Konsequenzen, Token-Systeme) eskalieren die Situation bei PDA und können zu Schulabbruch, Traumatisierung und schwerem autistischem Burnout führen. Eltern werden systematisch pathologisiert.

3 Diagnostischer Weg - Vorgehen in der Praxis

Kein standardisierter ICD-11-Weg – aber klinisch beschreibbar

Notwendige Grundlage: Zunächst muss eine Autismus-Spektrum-Störung (ICD-11: 6A02) diagnostiziert oder klinisch begründet ausgeschlossen sein. Das PDA-Profil wird dann zusätzlich beschrieben.

Ausführliche Entwicklungsanamnese	Mehrere Kontexte erfassen (Schule, Familie, Therapie). Besondere Beachtung der Kontext-Diskrepanz. Standardisierte Situationen überschätzen Kompetenzen bei PDA-Profil.
EDA-Q8 (Extreme Demand Avoidance Questionnaire)	Elternfragebogen, O’Nions et al. (2014). 8 Items, gut validiert. Cutoffwert ≥ 12 Punkte (von 24). Erhältlich über FAPDA / PDA Society. Kein Diagnoseinstrument, aber guter Indikator.
PDA-Checkliste FAPDA	Deutschsprachige Checkliste für Kinder, entwickelt von Dr. med. N. Chou-Knecht. Klinisch orientiert, für Diagnostiker geeignet. Unter: pda-autismus-verein.org
PDA Society Practice Guidance (2022)	„Identifying & Assessing a PDA profile“. Internationaler Diagnose-Leitfaden. Aktuell maßgeblich. Kostenlos als PDF: pdasociety.org.uk/resources

⚠ Diagnostische Herausforderung: PDA-Kinder zeigen in kurzen klinischen Beobachtungen weniger autistische Merkmale als zuhause. Starkes Masking und soziale Gewandtheit lassen sie kompetenter wirken. Elternberichte müssen ernsthaft in die Bewertung einfließen.

4 Interventionsansätze - was funktioniert & was nicht

Standardstrategien eskalieren bei PDA – spezifische Ansätze sind nötig

✗ Kontraindizierte Ansätze bei PDA

- Klare Grenzen setzen und konsequent durchhalten
- Belohnungssysteme (Token, Sternchen, Verstärker)
- Starre Routinen und visuelle Tagespläne
- Direkte Anweisungen und Befehle
- Druck erhöhen bei Widerstand
- Bestrafung und Konsequenzen für Meltdowns
- Exposition ohne individuelle Anpassung
- Verhaltenstherapeutische Grenzsetting-Ansätze

✓ Evidenzbasierte Alternativen

- PANDA-Strategie (Personalized, Anxiety-reducing, Negotiated, Declarative language, Adaptive)
- Collaborative & Proactive Solutions (CPS, Ross Greene)
- Low Arousal Approach – Reizminimierung, kein Druck in Krisenmomenten
- Indirekte Sprache: Beobachtungen statt Befehle
- Wahlmöglichkeiten, Autonomie übergeben
- Anforderungsvolumen reduzieren auf das Wesentliche
- Angstreduzierende Umgebungsgestaltung
- Eltern als Experten ernst nehmen

Therapeutische Besonderheiten

- ▶ KVT-Modifikation: Kognitive Verhaltenstherapie muss angepasst werden: klassische Exposition kann kontraproduktiv sein. Autonomieerhalt im therapeutischen Setting ist entscheidend.
- ▶ Elternberatung: Elternberatung ist zentral: Eltern wurden oft jahrelang fälschlicherweise als Ursache des Problems behandelt. Entlastung und Validierung sind Voraussetzung für Behandlungserfolg.

- Schulbegleitung: Schulbegleitung benötigt PDA-spezifisches Wissen. Standardbegleitungen ohne dieses Wissen können Eskalationen auslösen. Nachteilsausgleich gemäß § 35a SGB VIII möglich.
- Medikamentös: Medikamentöse Unterstützung: Anxiolytika und ADHS-Medikation bei komorbider ADHS können Kapazität für Interventionen verbessern – ersetzen aber PDA-spezifische Ansätze nicht.

5 Forschungsstand & Literatur (Stand 2026)

Aktueller wissenschaftlicher Diskurs

- Status (O’Nions et al., 2022): PDA-Merkmale korrelieren signifikant mit ASS, aber auch mit anderen Störungsbildern. PDA wird zunehmend als transdiagnostisches Verhaltensprofil diskutiert.
- Deutsche Debatte: Kamp-Becker et al. (2023, Z. f. Kinder- u. Jugendpsychiatrie): PDA als eigenständige Entität nicht belegbar, aber therapeutische Relevanz wird anerkannt.
- Elternbelastung: O’Nions et al. (2014) zeigen: Eltern von PDA-Kindern berichten signifikant höhere Angstwerte als bei SSV oder ASS ohne PDA.
- Wirksamkeit: PDA-spezifische Strategien zeigen in klinischen Fallberichten und Beobachtungsstudien bessere Ergebnisse als Standard-ASS-Strategien.

Empfohlene Literatur & Ressourcen

Hatami & Theunissen (2026)	„PDA und Autismus“. Lambertus-Verlag.	Aktuell – deutschspr. Fachbuch
Chou-Knecht & Carl (2024)	„PDA – anders autistisch?“	Erste deutschspr. Fachpublikation
PDA Society (2022)	„Identifying & Assessing a PDA profile“	Internationaler Diagnoseleitfaden
O’Nions et al. (2014)	EDA-Q8. J. of Child Psychology & Psychiatry.	Standardinstrument für Forschung
Kamp-Becker et al. (2023)	Z. f. Kinder- u. Jugendpsychiatrie und Psychotherapie	Kritische dt. Diskussion
FAPDA (fapda.de)	Fachverein PDA-Autismus-Profil. PDA-Checkliste Kinder	Deutschsprachig, Beratung

6 Anlaufstellen & Fortbildung für Fachkräfte

FAPDA - Fachverein PDA-Autismus-Profil (DE)	fapda.de • pda-autismus-verein.org	PDA-Checkliste, Beratung, Fortbildungen, Comm
PDA Society (UK)	pdasociety.org.uk	Practice Guidance, Research, Practitioner Resou
Beratung für Fachkräfte - FAPDA	pda-autismus-verein.org/beratungsangebot	Kostenlose Erstberatung möglich
autismus-ratgeber.de/pda-autismus	autismus-ratgeber.de	Deutschspr. Ratgeber, alle Downloads, Infoblätt

Dieses Infoblatt wurde von autismus-ratgeber.de erstellt und gibt den Stand der wissenschaftlichen Diskussion und klinischen Praxis zum Zeitpunkt Juli 2026 wieder. Es ersetzt keine Fachdiagnostik. PDA Society Guidance, EDA-Q8 und FAPDA-Checkliste stehen Fachkräften zur Verfügung.