



ULRIKE . FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS



Ulrike Funke

Trinken und Essen bei Menschen im Autismus-Spektrum

10.25

- Lebenserhalt
- Genuss und Lebensqualität

Eine „andere“ Wahrnehmung



ULRIKE . FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Meine Wahrnehmung
ist nicht
deine Wahrnehmung.

Wahrnehmung – Isolierter Impuls



ULRIKE . FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

?

Welche
Informationen
werden
wahrgenommen

?

Wie ist die Reaktion
Impulssuchend
oder
Impulsvermeidend

?

→ Hyposensibel
→ Hypersensibel



Was bedeutet das besondere Trink- und Essverhalten meines Kindes?

Ist es eine Frage der Erziehung?

Ist es eine vorübergehende Phase?

Ist es eine Trink- und Essstörung?



Trink- und Essstörung → ARFID ?

- nicht ausreichende Nahrungsaufnahme
- stark erhöhte Nahrungsaufnahme
- stark eingeschränkte Nahrungsauswahl
zum Teil weniger als 10 Lebensmittel
- Trinken und Essen wird als Belastung empfunden
- besondere Dauer der Nahrungsaufnahme



Weitere mögliche Besonderheiten

Zähne knirschen

Aufbeißen der Lippe/Zunge

Beißen in Gegenstände, zum Teil Fremd- oder Selbstverletzung

keine/späte Wahrnehmung von Zahnschmerzen

eingeschränkte Mundöffnung - starkes Grimassieren

anhaltendes/häufiges Lautieren



Weitere mögliche Besonderheiten

„Pica-Syndrom“

nicht **Essbares** wie Steine, Legos, Haare, Desinfektionsmittel oder Zigarettenstummel werden in den Mund genommen, bzw. gegessen

Die andere Wahrnehmung- Kopf/Gesicht



- Besonderheiten b. Trinken/Essen
Sensorik + Motorik
- eingeschränkte mimische Muskulatur
- Lymphstauungen/Zahnstellung
- Zahnreinigung problematisch
- Verdauungsprobleme



Auffälligkeiten bei der Nahrungsaufnahme

- einseitige und/oder ungesunde Essensauswahl
- Essen wird wenig gekaut und zerkleinert

Der erhöhte Stress-/Adrenalinpegel

- geringe Speichelbildung
- geringe Blutversorgung des Magen-Darmtraktes

Die andere Wahrnehmung- innere Organe



ULRIKE . FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

wie Speiseröhre und Magen

- wenig oder übermäßiges Essen
- Schlucken von Unzerkautem
- Hochwürgen von Nahrung
- Hunger + Schmerzen werden nicht gespürt

Zielsetzung



- freudvolles und flexibleres Essen/Trinken
- **verbesserte (Mund-)Wahrnehmung**
- verbesserte Motorik, Zahnstellung + Mimik
- ermöglichen d. Zahnreinigung
- Stabilisierung des Magen-Darm-Traktes



Wahrnehmung verstehen und passende Hilfen anbieten

Wahrnehmungsebenen bei der Nahrungsaufnahme



ULRIKE FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Auditive Wahrnehmung

Visuelle Wahrnehmung

Vestibuläre Wahrnehmung

Propriozeptive Wahrnehmung

Thermische Wahrnehmung

Taktile Wahrnehmung

Gustatorische Wahrnehmung

Olfaktorische Wahrnehmung



Auswahl der Lebensmittel

Auditive Informationen

Impulssuchend:

harte Lebensmittel, Knäckebrot oder Chips

Impulsvermeidend:

nur Weiches, kein Kauen



Auswahl der Lebensmittel

Visuelle Informationen

Impulssuchend

vorwiegend rote oder grüne Lebensmittel

Impulsvermeidend

vorwiegend weiße/helle Lebensmittel

Lebensmittel werden getrennt gelegt

Essverhalten und Auswahl der Lebensmittel



ULRIKE FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Propriozeptiv

Impulssuchend:

vorwiegend Hartes, wie ungekochte Nudeln

„Hamstern“ von Nahrung, Schlucken von großen Stücken

übermäßig starkes Kauen, Schläge gegen Kopf oder Kiefer

Zähne knirschen

Impulsvermeidend:

vorwiegend Weiches oder Püriertes, kaum Kauen

Ablenker notwendig



Auswahl der Lebensmittel

Taktile Informationen

Impulssuchend:

Brause, Kohlensäure

Chips

Paniertes

Impulsvermeidend:

Brei, Joghurt

ohne/keine Stückchen

vorwiegend Getränke

**Taktile Informationen sind häufig
eher diffus und flüchtig**



Problematisch war und blieb bei uns immer die Konsistenz, denn Essen wird bis heute geschlungen, selten richtig gekaut und führt dann auch mal zu unangenehmen Schlucksituationen.

Andererseits lösen zu breiige Lebensmittel sofort wieder den Würge- und Brechreiz aus.

(Ellas Block, September 2016)

Stimming



ULRIKE . FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Sich wiederholende
Verhaltensweisen um eine
vorhandene Übererregung zu
mindern oder einer sensorischen
Unterstimulation zu begegnen.



Stimming in Bezug auf Essen

- Aufspringen beim Essen
- Schläge gegen den Kiefer
- Zähne knirschen

- besondere Essensauswahl
- Essen von nicht „Essbaren“
- Hochwürgen von Nahrung

- Beißen/Zerbeißen von Kleidung
- Spielen mit Speichel, Haaren im Mund...

Stimming einbeziehen und aktiv unterstützen



ULRIKE FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Stimulationen finden,
die wohltuend wahrgenommen werden,
positive Lenkung der Aufmerksamkeit auf den Mundbereich.

**Mit dem Ziel, dass der Mund sowie Trinken und Essen
genussvoll erlebt werden können.**



Wahrnehmungsspezifische Hilfen

Bewegungs- und sensorische Angebote **propriozeptiv**

- Wange, Lippen, Mundinnenraum, Kehlkopf, Hals
- ganz-körperlich

vestibulär

Ziel: Regulation und Verbesserung der Körperwahrnehmung

Hilfen zur Mundstimulation



ULRIKE FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Kaumaterialien

Chewy-Tubes

Z-Vibes

Zahnbürsten

Kauschläuche

Thermisch

Impulssuchend:

Eis, Joghurt, Streichwurst, Gurke

bevorzugt sehr heißes Essen

Impulsvermeidend:

Ablehnung von Eis

Essen muss lauwarm sein



Wahrnehmungsspezifische Hilfen

Eis ist ein prägnanter, kurz anhaltender Reiz

Kein Verschlucken möglich

Essen evtl. leicht gefrostet

oder ein Glas Eiswasser zum Essen anbieten.



Auswahl der Lebensmittel

Gustatorisch (5-6 Geschmacksrichtungen)

Impulssuchend:

bevorzugt starke (durchblutungsfördernde) Gewürze

Essen von nicht Essbaren (Bananenschale, Zigaretten)

Ablecken von Desinfektionsmittel

Impulsvermeidend:

möglichst neutraler Geschmack u. a. kalte Lebensmittel

Eine vorwiegend isolierte Wahrnehmungsverarbeitung:

- gezielte Wechsel oder ein Auswählen sind kaum möglich
- wichtige Informationen werden nicht wahrgenommen
- es werden zu viele Informationen wahrgenommen



ULRIKE . FUNKE

INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Ulrike Funke

TRINKEN UND ESSEN IM AUTISMUS-SPEKTRUM

Wahrnehmungsbesonderheiten nutzen –
Genuss ermöglichen



Kohlhammer Ratgeber



Wir sind auf der Suche
nach einem u. a.
englisch-sprachigen Verlag
mit Interesse an diesem Thema.

Kontakt



www.ulrike-funke.de



info@ulrike-funke.de



[funke.ulrike](https://www.instagram.com/funke.ulrike)



ULRIKE . FUNKE
INSTITUT FÜR WAHRNEHMUNG & AUTISMUS

Für eine entspannte und genussvolle Nahrungsaufnahme

Ulrike Funke



Herzlichen Dank für eine (Buch-)Bewertung bei Amazon/Google