

Das Pathological Demand Avoidance Profil (PDA-Profil)

**Bei Autismus-Spektrum-Störung (ASS) und
Aufmerksamkeitsdefizitstörung (AD(H)S)**

Einführung

- Begriff wurde in den 1980er Jahren durch Elizabeth Newson (Professorin für Entwicklungspsychologie, Nottingham) geprägt
- ist bis heute in den deutschsprachigen Ländern unter Fachpersonen, Ämtern und Behörden kaum bekannt bzw. anerkannt
- charakterisiert durch eine extreme Vermeidung von Anforderungen und Erwartungen, unabhängig von der Situation bzw. sozialer Erwartung

Definition *Was ist PDA?*

- zunächst nur eine begriffliche Annäherung, nicht in ICD 10 beschrieben
- ein Profil innerhalb des Autismus-Spektrums bzw. - Verhaltensweisen und -muster
- Betroffene zeigen ein starkes Bedürfnis, Anforderungen zu vermeiden, was zu herausforderndem Verhalten führen kann
- Vermeidungsstrategien sind sehr ausgefeilt; eloquente, gute sprachliche Fähigkeiten

Hauptmerkmale bei PDA

1. Widersetzen und vermeiden von alltäglichen Anforderungen des Alltags und des Lebens
2. Verwenden sozialer Strategien als Mittel der Vermeidung (auch Masking, Tarnung "Camouflaging")
3. Vorhandensein oberflächlicher guter sozialer Fähigkeiten, jedoch ohne tiefes Verständnis von sozialen Strukturen
4. Exzessive Stimmungsschwankungen und Impulsivität bis hin zu Meltdowns als Folge von Overloads aufgrund von Kontrollverlust, Reizüberflutung führt zu *prediction error* (Vorhersagefehler)
5. Zwanghaft anmutendes Verhalten bezogen auf die Mitmenschen
6. Scheinbares Wohlfühlen im Rollenspiel und bei So-tun-als-ob-Spielen, mitunter in extremen Ausmaß
7. Kontrollbedürfnis – hohe Angst vor Kontrollverlust und Erwartungen
8. Hohes Bedürfnis nach Rückzug und Ruhe

PDA-Ressourcen

> *Checklisten*

Abgrenzung zu anderen Störungen

- PDA vs. Störung des Sozialverhaltens
- PDA: Vermeidung von Anforderungen, oft aus Angst oder Überforderung
- Störung des Sozialverhaltens: Regelwidriges Verhalten, oft ohne Rücksicht auf soziale Normen, Anamnese der Familie wichtig
- PDA kann mit Ängsten einhergehen, ist jedoch spezifisch auf die Vermeidung von Anforderungen fokussiert
- Abgrenzung zu autistischen Burnout (ein anhaltender Zustand intensiver mentaler, emotionaler und körperlicher Erschöpfung bezeichnet als Folge)

Lösungsansätze

- Strategien zur Unterstützung von PDA
- *Flexible Ansätze*: Anpassung der Anforderungen an die Bedürfnisse des Individuums
- *Förderung von Selbstregulation*: Techniken zur Stressbewältigung
- *Positive Verstärkung*: Belohnung/Anerkennen von kooperativem Verhalten, aber auch Begegnung auf Augenhöhe und wirkliches Verstehen von Ursache des Verhaltens

Die PANDA-Strategie als Lösungsansatz

Diese Strategie zielt darauf ab, die Interaktion zu erleichtern und ihnen zu helfen, sich sicherer und weniger unter Druck gesetzt zu fühlen.

P – *Pick Battles (Kämpfe weise auswählen)*

Regeln minimieren, Auswahl und Kontrolle ermöglichen, Gründe erklären und akzeptieren, dass manches einfach nicht geht

A – *Anxiety Management (Angstmanagement)*

Weg des geringsten Widerstands wählen, Unsicherheit reduzieren, zugrundeliegende Angst und soziale/sensorische Herausforderungen erkennen, vorausdenken, herausforderndes Verhalten als Panikattacken behandeln: hindurchhelfen & weitermachen

N – *Negotiation & Collaboration (Verhandlung & Zusammenarbeit)*

ruhig bleiben, Herausforderungen proaktiv und gemeinsam lösen, Fairness & Vertrauen als Basis

D – *Disguise & manage demands (Anforderungen verschleiern & managen)*

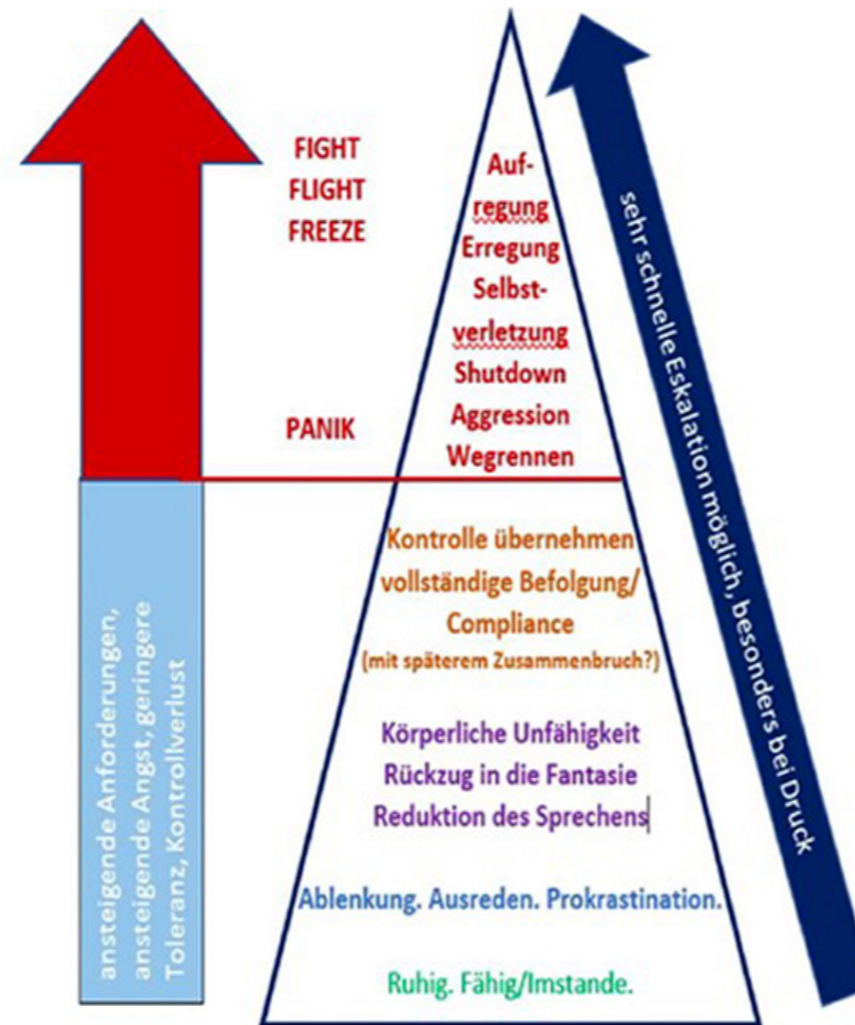
Bitten/Aufforderungen indirekt formulieren, aktuelle Toleranz für Anforderungen ständig beobachten & Anforderungen dementsprechend anpassen, Dinge gemeinsam machen hilft

A – *Adaptation (Anpassung)*

Humor, Ablenkungen, Neuartigkeit & Rollenspiel probieren, flexibel sein, einen Plan B parat haben, viel Zeit ermöglichen, Gleichgewicht zwischen „geben und nehmen“ herstellen

Weitere mögliche Ansätze:

- Pause einlegen, um die Situation zu überdenken und Stress abzubauen
- die Anforderungen anpassen, um sie weniger überwältigend zu gestalten
- Neugier wecken, um das Interesse und die Motivation zu fördern
- Offene Kommunikation und Dialog fördern, um Missverständnisse zu vermeiden
- akzeptieren, dass Vermeidung ein Teil der notgedrungenen Lösung ist und nicht persönlich genommen werden sollte
- Betroffene ernst nehmen und in die Entwicklung von Lösungen einbeziehen
- Druck von *MÜSSEN* reduzieren hin zu Verhandlungen kommen
- manipulative Verhaltensweisen als Bewältigungsmechanismus/
Selbstschutz



PDA-Society, Booklet; Modell, S. 7)

Diagnostik

- Diagnosekriterien für PDA noch nicht standardisiert
- Beobachtungen des Verhaltens in verschiedenen Kontexten für Diagnostik
- Einbeziehung von Eltern, Lehrern und Fachleuten

ABER: Es ist wichtig zu betonen, dass die Diagnose von PDA von Fachleuten durchgeführt werden sollte, die Erfahrung mit Autismus-Spektrum-Störungen bzw. AD(H)S haben.

Fragebogen EDA-Q

> *siehe PDF*

Vorstellung eines Befunds

Eltern mit Kindern mit PDA-PROFIL:

1. *Herausforderung der Erziehung:* Eltern brauchen besondere Fähigkeiten und Strategien, um mit den intensiven Vermeidungstendenzen und dem herausfordernden Verhalten ihrer Kinder umzugehen.
2. *Verständnis und Empathie:* Es braucht ein tiefes Verständnis für die emotionalen und sozialen Bedürfnisse ihres Kindes, um angemessen auf deren Verhalten reagieren zu können.
3. *Flexibilität:* Eltern von Kindern mit PDA müssen oft flexibel in ihrer Herangehensweise an Erziehung und Alltagsstrukturen sein, um den Bedürfnissen ihres Kindes gerecht zu werden.
4. *Stärkung der Kommunikation:* Wichtig ist, dass Eltern in der Lage sind, effektive Kommunikationsstrategien zu entwickeln, um Missverständnisse zu vermeiden und eine positive Interaktion zu fördern.
5. *Selbstfürsorge:* Eltern wird oft geraten, auch auf ihre eigene mentale Gesundheit zu achten, da die Erziehung eines Kindes mit PDA emotional belastend sein kann. Außerdem braucht das Kind ein stabiles Gegenüber, da die eigene Überforderung als Belastung empfunden wird
6. *Stigmatisierung:* Leider werden die Eltern oft mit Stigmatisierung oder Missverständnissen konfrontiert, insbesondere wenn das Verhalten ihres Kindes von Außenstehenden nicht verstanden wird.

Fazit

- PDA ist ein komplexes Profil innerhalb des Autismus-Spektrums, welches überproportional bei der Kombination ASS und AD(H)S vorkommt, jedoch nicht als eigenständige Diagnose steht
- Verständnis und Anpassung sind entscheidend für die Unterstützung betroffener Personen
- Umsetzung möglicher Strategien im Alltag mittels Versuch und Irrtum
- Anpassung des Schul- und Familienumfelds
- Schulung von Lehrern und Betreuern im Umgang mit PDA
- Entwicklung individueller Förderpläne

Fragen und Diskussion

- offene Fragerunde
- Einladung zur Diskussion und zum Austausch von Erfahrungen

Hinweis

2. PDA-Fachtag in Berlin

(<https://hamburger-perspektivwechsel-media.de/produkt/2-pda-fachtag-berlin/>)

Datum: 12. April 2025
Einlass: 9:00 Uhr
Uhrzeit: 10:00 – 18:00 Uhr
Ort: Mercure Hotel MOA Berlin
Kosten: 35€



Kontakt

MOVE gGmbH

Zentrum für Diagnostik und Therapie
von Autismus-Spektrum-Störungen

Robert-Koch-Straße 18
08340 Schwarzenberg

Telefon 03774. 2 00 63

Fax 03774. 2 00 73

E-Mail susan.lohse@move-autismus.de

Internet www.move-autismus.de