



Lernende: Mini-Aussie Finchen befindet sich in der Assistenzhundausbildung bei SwissHelpDogs.

Autismus- Assistenzhunde schaffen Fokus

Text: **Aline Lüscher**

Bilder: **zVg**

Ein Leben ohne Filter: Der Alltag bedeutet für autistische Menschen ein Wandeln auf dem schmalen Grat zwischen Überforderung und Rückzug. Hündische Unterstützung kann Veränderungen ermöglichen, damit Betroffene mit mehr Ruhe und Zuversicht ihren Weg meistern.

Das Zwitschern der Vögel, die spielenden Kinder auf der Strasse, das Gespräch mit dem Nachbarn, das Hecheln des Hundes: Ohne Reizfilter sind alle Geräusche gleich laut und damit gleich wichtig. Hört sich ziemlich anstrengend an? Ungefähr so beschreiben Menschen im Autismusspektrum ihre Wahrnehmung der Umweltreize. Schätzungsweise ein bis drei Prozent aller Menschen weltweit erhalten die Diagnose «Autismusspektrums-Störung». Es sei wie ein anderes Betriebssystem, findet die IT-Fachfrau und Autistin Nicole Baselt, die wir später noch besser kennenlernen werden. Die autistische Wahrnehmung ist die Folge einer neurologischen Entwick-

lungsstörung; Betroffene nehmen neben Geräuschen auch Gerüche, Licht und Berührungen viel intensiver wahr als sogenannt neurotypische Menschen.

Die Ursachen für Autismus sind heute noch nicht vollständig geklärt, doch genetische Einflüsse spielen sicher eine Rolle. Sind autistische Menschen zu vielen Eindrücken ausgesetzt, können sie unwichtige Reize nicht mehr herausfiltern und im Kopf entsteht ein totales Chaos. Zu starke Reize können Stress, Unwohlsein und manchmal sogar Schmerzen auslösen. Das kann zu einem Meltdown führen, also einem heftigen und unkontrollierbaren Gefühlsausbruch. Ein Shutdown dagegen ist ein völliger Rückzug, in diesem Zustand ist die Person oft nicht mehr ansprechbar.

Menschen im Autismusspektrum haben typischerweise Mühe, sich im Alltag zurechtzufinden. Die intensive Reizwahrnehmung erschwert ihnen das Leben in einem Umfeld, wo sehr viele Eindrücke auf sie wirken. Das zehrt an den Energiereserven und das

«Funktionieren» in der Öffentlichkeit ist mit enorm viel Aufwand verbunden. Die Folgen davon merken die Betroffenen dann oft in Bereichen, an die man vielleicht gar nicht zuerst denkt: Der Zugang zu medizinischen Leistungen ist mit grossen Hürden verbunden, weil Berührungen oder Spitalgeräusche überfordernd sind. Ausflüge oder Kontakte



Finchens auffälliges Geschirr weist darauf hin, dass sie als Assistenzhund nicht abgelenkt oder berührt werden darf.



Assistenzhunde wie Finchen helfen Menschen mit Beeinträchtigung, Alltagssituationen zu meistern, die anderen Menschen vielleicht völlig unproblematisch scheinen, aber den Betroffenen grosse Mühe bereiten.

mit anderen Menschen sind mit der steten Unsicherheit verbunden, dass die Situationen zu anstrengend werden und ein Abbruch nötig wird. Die Schlafqualität ist schlecht, weil das System zu oft überreizt wird.

Damit wird klar: Der Versuch, in einer hektischen und reizintensiven Welt klarzukommen, ist ein ausgesprochen kniffliger Balanceakt. Häufige und anhaltende Überforderung führt darum oft zu Depressionen, Angstzuständen oder Zwängen. Gleichzeitig ist es für Menschen im Autismusspektrum nicht immer einfach, Hilfe anzu-

nehmen und Abläufe zu verändern. Doch was, wenn die Hilfe von einem Hund kommt?

Wenn der Hund vor Überforderung warnt

«Früher konnte ich den Einkauf nur mit Noise-Cancelling-Kopfhörern erledigen und kaufte nur das Allernötigste», erzählt Nicole Baselt. Nachdem sie 2018 im Alter von 30 Jahren ihre Autismusdiagnose erhalten hatte, sah sie eine Reportage über einen Assistenzhund im Fernsehen. Schon immer ein Hundefan, gab ihr die Idee, einen ausgebildeten Hund zur Unterstützung zu haben,

Hoffnung in der turbulenten Zeit nach der Diagnose.

Seit Welpenalter – schon fast seit zwei Jahren – lebt ihre Mini-Aussie-Hündin Finchen nun bei Nicole Baselt. In der begleiteten Assistenzhundeausbildung bei SwissHelpDogs lernt diese schrittweise und gemeinsam mit ihrer Trainerin, wie Finchen sie bei alltäglichen Dingen unterstützen kann. Im Laufe der Ausbildung hat Finchen beispielsweise gelernt, sich im Laden hinter ihrem Menschen hinzulegen und ihr durch dieses sogenannte «Blocken» Sicherheit zu vermitteln. Finchen erkennt auch die frühen Anzeichen eines Shutdowns und macht sie darauf aufmerksam. Danach liegt es an Nicole Baselt, sich an einen ruhigen Ort zurückzuziehen, sich hinzusetzen oder andere Fähigkeiten anzuwenden, um sich zu beruhigen und einen Shutdown abzuwenden. «Mein aktueller Arbeitgeber hat sogar Plakate mit Verhaltensregeln für meine Bürokollegen aufgehängt, als ich Finchen das erste Mal zur Arbeit mitnehmen konnte», erzählt Nicole Baselt freudestrahlend. Der Weg zum Assistenzhund war jedoch nicht einfach: Sie arbeitete damals in einem medizinischen Betrieb, wo das Mitnehmen eines Hundes, selbst eines Assistenzhundes, unmöglich war. Ein Stellenwechsel war nötig, damit sie Arbeit und Assistenzhund vereinbaren konnte. Auch in ihrer Mietwohnung waren Hunde eigentlich nicht erlaubt, aber sie konnte einen Zusatzvertrag mit dem Vermieter aushandeln.

Freude und Belohnung beim Training

Das Anzeigeverhalten der Hunde bei einem Shutdown, Meltdown oder einer Panikattacke wird spielerisch aufgebaut: Assistenzhunde wie Finchen verknüpfen die körperlichen Anzeichen zuerst in ruhiger und gewohnter Umgebung mit einer Belohnung wie Futter oder Spielzeug, danach wird in verschiedenen Alltagssituationen geübt. Die Assistenzleistungen, die mit einem

Hund trainiert werden, hängen von den individuellen Bedürfnissen der Person ab. Mögliche Aufgaben sind:

- Beruhigung durch Kontaktliegen (Deep Pressure Therapy)
- Aufnehmen von heruntergefallenen Gegenständen
- Anzeigen von Meltdown oder Shutdown
- Finden des Ausgangs in Gebäuden
- Anzeigen von Sitzgelegenheiten
- Bringen von Medikamenten

Das Leben mit einem Assistenzhund umfasst aber weit mehr als diese Aufgaben. Mit der Verantwortung für einen Hund müssen sich Menschen im Autismusspektrum an einen strukturierten Tagesablauf halten, um den Bedürfnissen des Hundes gerecht zu werden. «Dass mich Finchen genau so akzeptiert, wie ich bin, schätze ich besonders. Bei ihr muss ich mich nicht verstellen», sagt Nicole Baselt zufrieden. Ihre Mini-Aussie-Hündin ist aber nicht nur eine gemütliche Begleiterin – sie hat auch ihren ganz speziellen Charakter und fordert genügend Beschäftigung ein. Nicole Baselt zeigt auf die Wand neben der Küche, wo sie auf unzähligen Post-it-Zetteln alle Tricks notiert hat, die sie gemeinsam trainiert haben – während Finchen eingerollt auf dem Sofa schläft, denn Ruhe ist natürlich auch für einen Assistenzhund wichtig.

Der Mensch trägt die Verantwortung

Im Training mit Menschen im Autismusspektrum sind einige Punkte zu berücksichtigen. Ein klarer und vorhersehbarer Ablauf mindert den Stress während der Übungen mit dem Hund. Es beruhigt, wenn die Person weiss, welche sensorischen Reize zu erwarten sind: von lauten Geräuschen über dynamische Bewegungen entlang einer Strasse bis zu Geräuschen an einem Bahnhof oder in einem Restaurant. Auch Berührungen können zu einer Überreizung führen, wenn sie überraschend erfolgen; darum sollten sie angekündigt und das Einverständnis eingeholt werden. Meltdowns oder Shutdowns können

gemildert oder verhindert werden, indem die autistische Person Rückzugsorte aufsuchen und ihre Techniken zur Stressregulation anwenden kann, wie Atemtechniken, Kneten eines Balls oder Kontaktliegen mit dem Assistenzhund.

«Durch die Kenndecke erweckt mein Hund im Alltag mehr Aufmerksamkeit», erklärt Nicole Baselt. Sie mag es eigentlich nicht, die Blicke auf sich zu ziehen. Aber sie bemerkt auch Vorteile: Im Büro werden die Kolleg:innen daran erinnert, dass sie Autistin ist. Die Mitarbeitenden nehmen dadurch mehr Rücksicht auf ihre Bedürfnisse nach Pausen und Ruhe. Doch nicht immer trifft sie auf Ver-

ständnis. Wenn ihr mit dem Assistenzhund das Zutrittsrecht zu einem Lebensmittelladen verwehrt wird oder fremde Menschen sie inmitten des Bahnhofs über ihre Diagnose ausfragen wollen, muss sie ihre Rechte und Grenzen kennen und sich selbst schützen. Doch sie fügt sogleich an: «Wenn man mit der nötigen Rücksicht und Feingefühl auf mich zukommt, gebe ich gerne Auskunft. Denn es ist wichtig, mehr Informationen über Autismus und den wichtigen Job von Assistenzhunden zu verbreiten. Am einfachsten ist ein Gesprächseinstieg immer über mein Finchen. Wer spricht schon nicht gerne über seinen Hund?»

Anzeige

CERTO DOG

EduQua zertifiziertes Ausbildungszentrum für Hund & Halter
Aus- & Weiterbildungen für alle Interessierten!

Hundeinstruktor

HIK - 1 - Plus

6 Abschlüsse in einem Lehrgang:

- HIK-1-Plus Hundeinstruktorin / Hundeinstruktor
- FBA - Tierbetreuung
- FBA - gewerbsmässige Zucht
- FBA - Tiertransport (Hunde)
- Certodog® Zuchtwartin / Zuchtwart
- Certodog® Dogsitter / Dogwalker (anerkannt im Kt. Bern)

Nächste Lehrgangstarts
am 15.02.2025
& 07.06.2025

➡ **Neu 2 zusätzliche Tage Verhaltenslehre!**

Unsere Ausbildung bietet solides Wissen in Theorie und Praxis rund um den Hund. Die Lernenden werden von Akademikern aus dem In- & Ausland unterrichtet. Im Anschluss an den HIK-1-Plus Lehrgang stehen Ihnen alle Richtungen unserer modularen Ausbildung offen.

Ihr Partner für Aus- & Weiterbildungen seit **25 Jahren!**

Detaillierte Informationen & weitere Kursangebote auf
www.certodog.ch

043 530 00 00 – christoph.hunn@certodog.ch