

Nicole Wegmann
Systemische Coaching Ausbildung
bei der Inkonstellation Ausbildungsakademie

Systemisches Coaching mit nicht sprechenden autistischen Kindern und Jugendlichen

Methoden, Möglichkeiten und erste Praxisansätze

Abschlussarbeit
im Rahmen der Ausbildung zur systemischen Coachin

Abgabedatum: 8. August 2025

Gliederung

1. Gliederung

2. Einleitung

3. Theoretischer Hintergrund

3.1 Systemisches Coaching – Kurzzusammenfassung

3.2 Coaching mit nicht sprechenden Kindern braucht eine besondere Haltung

3.3 Unterstützte Kommunikation (UK) – Kurzzusammenfassung

3.4 Unterstützte Kommunikation als Brücke zur Teilhabe – Impulse für system. Coaching

3.5 Emotionscoaching – Kurzzusammenfassung

3.6 Innere Bilder verstehen – Überlastung begegnen

4. Praxis: Methoden und Tools

4.1 Grundhaltung und Rahmenbedingungen

4.2 Ziele des Coachings

4.3 Ablauf und methodisches Vorgehen

4.4 Beispiele aus der Praxis

– Praxisbeispiel 1

– Praxisbeispiel 2

– Praxisbeispiel 3

5. Reflexion und Ausblick

6. Fazit

7. Literaturverzeichnis

8. Executive Summary

2. Einleitung

Persönlicher Einstieg – Ursprung der Idee

Die Idee zu dieser Abschlussarbeit entstand aus einer alltäglichen, aber für mich sehr eindrücklichen Situation: Ich leite eine Einrichtung für Kinder mit Autismus und halte mein Büro bewusst als offenen Raum, sowohl für Mitarbeitende als auch für die Kinder. Ein Junge, nicht-sprechend, besucht mich regelmäßig, um mich auf seine ganz eigene Weise zu begrüßen, manchmal mit einem Zwick in den Arm, manchmal mit einem Nasenstupsen. An einem Tag war ich nicht wie gewohnt im Büro, sondern mit Handwerkern im Gespräch in der Aula. Der Junge hatte mich zuvor noch nicht gesehen und rempelte mich beim Vorbeigehen ziemlich heftig an. Ich spiegelte ihm: „Ich finde es schön, dass du mich begrüßt, das ist mir sehr wertvoll, aber ich würde mich noch mehr freuen, wenn du mir dabei nicht wehtust.“

Was dann geschah, war berührend: Der Junge umrundete den Innenhof, kam zurück, legte mir vorsichtig seine Hand zwischen die Schulterblätter. Ein stiller, feiner Moment. Ein Zeichen von Verständnis, Verbindung, Umsetzung – ohne Worte.

Diese Begegnung hat in mir etwas angestoßen. Ich erlebe in meiner Coaching-Ausbildung, wie kraftvoll Methoden sein können, wenn sie achtsam, ressourcenorientiert und beziehungsstärkend eingesetzt werden. Und ich frage mich: Warum sollte das nicht auch für Kinder gelten, die nicht sprechen, aber fühlen, verstehen, reflektieren können? Warum gibt es Coaching-Angebote für ihr Umfeld, aber nicht für sie selbst?

Diese Arbeit ist mein Versuch, darauf eine erste Antwort zu geben.

3. Theoretischer Hintergrund

3.1 Systemisches Coaching – Kurzzusammenfassung

Systemisches Coaching ist eine ressourcen- und lösungsorientierte Beratungsform, die Menschen bei beruflichen oder persönlichen Anliegen unterstützt. Es basiert auf der Annahme, dass der Mensch Teil verschiedener sozialer Systeme (z. B. Familie, Team, Organisation) ist und Probleme sowie Lösungen immer im Kontext dieser Systeme betrachtet werden müssen.

Kernmerkmale:

- **Ganzheitlicher Blick:** Nicht das Individuum allein steht im Fokus, sondern seine Beziehungen und Wechselwirkungen im System.
- **Lösungsorientierung:** Der Fokus liegt auf Zielen, Ressourcen und möglichen zukünftigen Lösungen, weniger auf der Analyse von Problemen.
- **Fragen statt Ratschläge:** Der Coach stellt gezielte Fragen, die neue Perspektiven ermöglichen (z. B. Wunderfrage, zirkuläre Fragen).

- **Selbstverantwortung und Autonomie:** Der Coachee (Klient) gilt als Experte für sein Leben und findet mit Unterstützung des Coaches eigene Lösungen.
- **Methodenvielfalt:** Es werden kreative, oft visuelle oder erlebnisorientierte Methoden eingesetzt (z. B. Aufstellungen, Skalierungen, Metaphern, Embodiment).

Ziel des systemischen Coachings ist es, neue Sichtweisen und Handlungsmöglichkeiten zu eröffnen im Sinne von mehr Selbstwirksamkeit und Klarheit.

3.2 Coaching mit nicht-sprechenden Kindern braucht eine besondere Haltung

Anders als im klassischen Coaching, das oft mit Jugendlichen oder Erwachsenen in Sprache und Dialog arbeitet, erfordert die Arbeit mit nicht-sprechenden autistischen Kindern ein erweitertes Verständnis von Kommunikation, Beziehung und Prozessgestaltung. Zentral ist hier der Aufbau einer tragfähigen Beziehung, die nicht an Sprache gebunden ist, sondern durch Präsenz, Achtsamkeit und Vertrauen entsteht. Der Aufbau einer solchen Beziehung kann Wochen oder Monate dauern und ist Voraussetzung für jede Coaching-Intervention.

In meiner beruflichen Praxis erlebe ich, wie wichtig es ist, jedes Kind als Gegenüber ernst zu nehmen auch und gerade dann, wenn es nicht spricht. Körpersprache, Mimik, Bewegungsmuster, aber auch Rückzug, Näheverhalten oder Rituale können wichtige Ausdrucksformen sein. Diese zu lesen, erfordert Erfahrung, Empathie und eine wertschätzende Grundhaltung.

Meine 30-jährige Erfahrung mit autistischen Kindern hilft mir, nonverbale Signale besser zu deuten. Dennoch gilt: Jeder Kontakt ist individuell, jede Beziehung einzigartig. Nicht jedes Kind lässt sich sofort auf einen Coachingprozess ein. Umso wichtiger ist es, mit Geduld, Demut und echter Achtung für die jeweilige Welt des Kindes vorzugehen.

3.3 Unterstützte Kommunikation (UK) Kurzzusammenfassung

Unterstützte Kommunikation (UK) ist ein Sammelbegriff für alle Methoden, Hilfen und Strategien, die Menschen ohne oder mit stark eingeschränkter Lautsprache dabei unterstützen, sich mitzuteilen und verstanden zu werden.

Ziele der UK:

- Verständigung ermöglichen
- Teilhabe fördern
- Selbstbestimmung stärken

Formen der UK:

- **Nicht-technische Hilfen:** Gebärden, Bilder, Symbole, Kommunikationsmappen, Blicktafeln
- **Technische Hilfen:** Sprachausgabegeräte, Tablets mit UK-Apps, Sprachcomputer

Zielgruppe:

Menschen mit angeborenen oder erworbenen Kommunikationsbeeinträchtigungen z. B. bei Autismus, Mehrfachbehinderung, frühkindlicher Hirnschädigung oder neurologischen Erkrankungen.

Grundhaltung:

UK ist mehr als ein Hilfsmittel, sie bedeutet, dem Gegenüber mit Respekt zu begegnen, individuelle Ausdrucksformen ernst zu nehmen und Kommunikation auf vielfältige Weise zu ermöglichen.

3.4 Unterstützte Kommunikation als Brücke zur Teilhabe – Impulse für systemisches Coaching

Nicht alle Menschen nutzen Lautsprache, um sich mitzuteilen. Für Kinder und Jugendliche im Autismus-Spektrum, insbesondere für jene, die nicht oder nur sehr eingeschränkt sprechen, kann Unterstützte Kommunikation (UK) einen Zugang zur Welt der sozialen Interaktion eröffnen. UK umfasst eine Vielzahl an Kommunikationsformen, darunter Gebärden, Symbolkarten, Kommunikationsbücher oder elektronische Hilfsmittel wie Tablets mit Sprachausgabe. Ziel ist es, den betroffenen Personen alternative Ausdrucksformen zur Verfügung zu stellen, um Selbstbestimmung, Teilhabe und Beziehungsgestaltung zu ermöglichen (vgl. ISAAC 2020).

In meiner praktischen Arbeit mit nicht-sprechenden autistischen Kindern ist UK ein unverzichtbarer Bestandteil der Alltagskommunikation. Dabei zeigt sich immer wieder: Die Kinder haben Gedanken, Wünsche und Bedürfnisse aber sie brauchen Unterstützung, um sich ausdrücken zu können.

Was bislang kaum Beachtung findet, ist die Frage, ob und wie UK auch im systemischen Coaching eingesetzt werden kann. Coaching zielt darauf ab, die Selbstwirksamkeit der Klient:innen zu stärken, Entscheidungen zu klären und Ressourcen sichtbar zu machen. Doch was bedeutet das, wenn ein Kind keine Lautsprache nutzt? Wie können Methoden wie zirkuläre Fragen, das Arbeiten mit inneren Bildern so angepasst werden, dass sie auch nonverbalen Menschen zugänglich sind?

Hier entsteht eine produktive Spannung und zugleich eine Chance: Wenn man UK nicht nur als therapeutisches Werkzeug, sondern als Gestaltungsmittel im Coaching denkt, kann sich ein neues Feld eröffnen. Systemische Coaching-Methoden ließen sich so modifizieren, dass sie über Bildkarten, Figuren, Bewegungen oder Visualisierungen auch mit nicht-sprechenden Kindern umsetzbar sind. Das Kind wird so nicht mehr ausschließlich als „Objekt der Förderung“ betrachtet, sondern als aktiver Teil eines Dialogs, auch ohne Worte.

Diese Perspektive eröffnet eine neue Dimension im Coaching autistischer Kinder: Eine, die die Bedürfnisse der Kinder selbst in den Mittelpunkt stellt, nicht nur die ihres Umfelds.

3.5 Emotionscoaching – Kurzzusammenfassung

Emotionscoaching ist eine Methode zur einfühlsamen Begleitung von Menschen im Umgang mit ihren Gefühlen. Es wurde ursprünglich von dem amerikanischen Psychologen John Gottman für den Umgang mit Kindern entwickelt, findet aber auch im Coaching und in der pädagogischen Arbeit Anwendung.

Kernideen:

- **Gefühle sind wichtig und sinnvoll.** Alle Emotionen haben eine Funktion und dürfen da sein auch Wut, Angst oder Traurigkeit.
- **Begleitung statt Kontrolle.** Ziel ist nicht, Emotionen „wegzumachen“, sondern dem Kind (oder Coachee) zu helfen, sie zu benennen, zu verstehen und angemessen auszudrücken.
- **Emotionale Selbstregulation stärken.** Durch empathisches Spiegeln und das gemeinsame Erkunden von Gefühlen lernen Menschen, besser mit starken Emotionen umzugehen.

Typische Schritte im Emotionscoaching (nach Gottman):

1. **Emotion erkennen und wahrnehmen.**
2. **Emotion als Chance für Beziehung sehen.**
3. **Einfühlsam zuhören und Verständnis zeigen.**
4. **Dem Gefühl einen Namen geben.**
5. **Gemeinsam nach Lösungen suchen (wenn nötig).**

Emotionscoaching stärkt die emotionale Intelligenz, die Bindung und das Selbstvertrauen, besonders bei Kindern oder Menschen mit eingeschränkter Ausdrucksfähigkeit.

3.6 Emotionsbrett

Ein Emotionsbrett ist ein visuelles Hilfsmittel, das vor allem in der pädagogischen, therapeutischen oder coachenden Arbeit eingesetzt wird, um Emotionen sichtbar und besprechbar zu machen, besonders bei Menschen, die sich verbal schwer ausdrücken können, etwa kleinen Kindern, nicht-sprechenden Menschen oder Autist:innen.

Ein zentrales Werkzeug meiner Arbeit mit nicht-sprechenden autistischen Kindern ist das sogenannte Emotionsbrett. Es handelt sich um ein visuell gestaltetes Kommunikationsmittel, das es den Kindern ermöglicht, eigene Gefühle auszuwählen und mitzuteilen. Die Emotionen werden durch klare Symbole und Farben dargestellt, um auch ohne Sprache erkennbar zu sein. Das Emotionsbrett unterstützt dabei sowohl die emotionale Selbstwahrnehmung als auch den Beziehungsaufbau im Coaching-Prozess. In einer konkreten Situation zeigte ein Junge nach einem Konflikt deutlich auf das Symbol für ‚Überforderung‘ und konnte durch diese Form der nonverbalen Kommunikation erstmals gezielt begleitet werden.

Typische Merkmale eines Emotionsbretts:

- Es zeigt verschiedene Gefühlszustände (z. B. Wut, Trauer, Freude, Angst, Überraschung, Ruhe und Zufriedenheit, Überforderung/Stress, Stolz).
- Die Emotionen werden meist durch Symbole, Bilder, Gesichter (Emojis, gezeichnete Kinderköpfe) oder Farben dargestellt.

- Oft wird das Brett in Verbindung mit Klettbildern, Magneten oder Zeigekarten genutzt, damit das Kind oder der Jugendliche eine Emotion „auswählen“ oder anzeigen kann.
- **Optional: Erweiterungsideen**
- Skala hinzufügen (z. B. 1–5, um die Intensität zu zeigen)
- Eigene Emotionskarten gestalten lassen („Wie sieht *deine* Wut aus?“)
- Gefühle-Thermometer oder Farbleisten als Alternativen
- Figuren oder Tiere als emotionale Stellvertreter verwenden (z. B. Wut = Drache, Angst = Maus)

Die sieben Grundemotionen, die oft in der Psychologie und Emotionsforschung genannt werden, sind:

Freude, Traurigkeit, Wut, Angst, Überraschung, Ekel, Verachtung

Diese Emotionen gelten als universell, da sie in vielen Kulturen und bei Menschen weltweit erkannt werden.

Wozu dient ein Emotionsbrett?

- Es unterstützt den emotionalen Selbsta Ausdruck, wenn verbale Sprache fehlt oder eingeschränkt ist.
- Es hilft beim Erkennen und Benennen von Gefühlen, ein zentraler Schritt in der emotionalen Entwicklung.
- Es ermöglicht Gespräche über innere Zustände, auch wenn die Person nicht spricht.
- Es kann im Emotionscoaching, in der Krisenintervention oder zur Tagesreflexion eingesetzt werden.

3.7 Innere Bilder verstehen – Überlastung begegnen

Viele nicht-sprechende autistische Kinder verfügen über eine ausgeprägte innere Welt: Gedanken, Bilder, Gefühlszustände, die sie nur schwer oder gar nicht in Worte fassen können mitunter aber sehr deutlich innerlich erleben. Gerade in Situationen von Überforderung, Reizüberflutung oder emotionalem Kontrollverlust („Overload“) zeigt sich, wie wichtig es ist, dass diese Kinder Wege finden, ihre Gefühle wahrzunehmen, zu sortieren und zu regulieren – auch ohne Sprache.

An dieser Stelle kann das Emotionscoaching eine wertvolle Methode im Coachingprozess sein. Es handelt sich dabei um einen körper- und gefühlsorientierten Zugang zur Selbstregulation, der ursprünglich aus der neurobiologischen Entwicklungspsychologie stammt (vgl. Spitzer 2018; Hüther 2021). Zentral ist die Annahme, dass Emotionen durch Körperempfindungen und Bilder bewusst gemacht werden können, noch bevor sie sprachlich benannt werden. Das macht Emotionscoaching besonders anschlussfähig für Menschen, deren Sprachkompetenz begrenzt ist aber deren emotionale Innenwelt sehr aktiv ist.

In meiner Arbeit mit autistischen Kindern nutze ich im Emotionscoaching einfache Mittel wie Bildkarten, Emotionsskalen, Körperumrisse, Farben oder Figuren, um Gefühlszustände sichtbar zu machen. Kinder, die sich verbal nicht mitteilen können, zeigen oft nonverbal sehr klar, wo im Körper sie ein Gefühl wahrnehmen oder wie sich ein inneres Bild verändert. Durch die begleitende Spiegelung („Ich sehe, dass dein Bauch ganz rot ist – vielleicht fühlt es sich da heiß oder eng an?“) entsteht ein nonverbaler Dialog, der Orientierung und Selbstkontakt ermöglicht.

Auch im Kontext des Overloads kann Emotionscoaching helfen, Warnzeichen frühzeitig zu erkennen, Routinen zur Beruhigung zu entwickeln und Selbstwahrnehmung zu stärken und zwar nicht als Verhaltenstraining, sondern im Sinne eines achtsamen, kindgerechten Zugangs zu emotionalem Erleben.

In Verbindung mit unterstützter Kommunikation (z. B. Gefühlsbildkarten, Körpersymbole, einfache Visualisierungen) lässt sich Emotionscoaching somit als systemische Methode weiterentwickeln, die Autonomie, Selbstregulation und Ausdruck fördert ohne auf Sprache angewiesen zu sein.

4. Praxis: Methoden und Tools

4.1 Grundhaltung und Rahmenbedingungen

Die Arbeit mit nicht oder kaum sprechenden autistischen Kindern erfordert eine besondere Sensibilität für nonverbale Kommunikation und Beziehungsgestaltung. Ausgangspunkt des Coachings ist die systemische Grundhaltung, nach der jedes Kind, unabhängig von seinen sprachlichen Fähigkeiten, als kompetent, selbstwirksam und entwicklungsfähig angesehen wird. Die Rolle des Coaches besteht darin, einen sicheren Raum zu schaffen, in dem das Kind in seinem eigenen Tempo in Kontakt treten, sich ausdrücken und neue Handlungsmöglichkeiten entwickeln kann.

Dabei werden äußere Rahmenbedingungen so gestaltet, dass Reizüberflutung vermieden und Orientierung erleichtert wird (z. B. klare Rituale, visuelle Strukturierung, Rückzugsoptionen, reizarmes Setting). Die Beziehung wird über feinfühliges Resonanz, geteilte Aufmerksamkeit und Wiederholung aufgebaut, weniger über Sprache als über Körpersprache, Blickkontakt, Mimik und ritualisierte Interaktion.

4.2 Ziele des Coachings

Die Zielsetzung im Coaching mit nonverbalen autistischen Kindern unterscheidet sich von sprachbasierten Ansätzen. Im Vordergrund stehen nicht verbale Problemlösestrategien oder Zieldefinitionen, sondern:

- Aufbau von Vertrauen und emotionaler Sicherheit
- Förderung von Selbstwahrnehmung und -regulation
- Ermöglichung von Ausdruck und Resonanz über alternative Kanäle
- Stärkung individueller Ressourcen

- Entwicklung innerer Bilder und neuer Perspektiven

Diese Ziele werden nicht über Sprache verfolgt, sondern über symbolische, spielerische oder körperbasierte Methoden, die an die Wahrnehmungs- und Ausdrucksweise des jeweiligen Kindes angepasst sind.

4.3 Ablauf und methodisches Vorgehen

Ein Coachingprozess mit einem nonverbalen Kind folgt keinem festen Skript, sondern orientiert sich an der momentanen Befindlichkeit, den Reaktionen und Signalen des Kindes. Dennoch lassen sich typische Phasen und methodische Elemente benennen, die sich in der Praxis bewährt haben.

Phasen einer Sitzung (beispielhaft):

- **Ankommen und Beziehungsaufnahme:** Begrüßung über nonverbale Rituale (z. B. visuelles Symbol, Musik, Blickkontakt)
- **Stimmungsbild:** Einsatz von Gefühlskarten oder Emotionsbrett, Farbfeldern oder Körpersymbolen zur aktuellen Befindlichkeit
- **Themenöffnung:** Wahlmöglichkeiten über Bilder, Symbole oder Gegenstände (z. B. „Was brauchst du heute?“)
- **Prozessorientierte Arbeit:** Spielerisches Handeln mit Figuren, Materialien, Zeichnungen, Bewegungs- oder Körperimpulsen
- **Abschluss und Integration:** Symbolische Zusammenfassung durch Legen eines Bildes, Auswahl einer „Take-home-Karte“ oder ein Abschlussritual

Verwendete Methoden (Auswahl):

- Gefühlskarten / Emojis zur Emotionsbenennung, Emotionsbrett
- Playmobil- oder Tierfiguren von Schleich zur Externalisierung innerer Zustände
- Bodenanker (Tücher, Matten) zur Darstellung von Ressourcen oder Herausforderungen
- Naturmaterialien / Zeichnungen zur Visualisierung von inneren Bildern
- Musik / Rhythmus zur Regulation und Ausdruck
- „Wunderfrage“ mit Symbolfiguren zur Entwicklung von Zukunftsperspektiven
- Symbolisches Coachingtagebuch (visuelle Unterstützung)

Der Coach achtet dabei fortlaufend auf Körpersprache, Mimik, motorische Impulse und wiederkehrende Handlungsmuster des Kindes. Sprache wird nur ergänzend und sehr reduziert eingesetzt. Dabei ist zu beachten, dass Mimik und Gestik autistischer Kinder häufig nicht den üblichen neurotypischen Ausdrucksformen entsprechen. So kann zum Beispiel ein Lächeln nicht zwangsläufig Freude bedeuten oder eine starre Körperhaltung keine Ablehnung. Das Verstehen dieser Signale erfordert besondere Aufmerksamkeit, viel Erfahrung und eine feinfühlig Beobachtungsgabe, um die individuelle Körpersprache dieser Kinder richtig zu deuten.

4.4 Beispiele aus der Praxis

Praxisbeispiel 1: „Max“ – Wenn eine Wunderfrage innere Bilder weckt

Max ist neun Jahre alt, spricht nicht und kommuniziert vorwiegend über Gestik, einzelne Bildkarten und Blicke. In einer Emotionscoaching-Sitzung zeigte sich Max sichtlich angespannt. Er lief im Raum auf und ab, atmete schnell, schlug sich selbst leicht auf die Beine, ein Verhalten, das wir bei ihm als Zeichen für innere Unruhe und Überforderung kennen.

Ich holte Emotionsbildkarten und legte sie in einem Kreis auf den Boden. Max blieb stehen, schaute kurz auf die Karten und setzte sich dann auf seine Weise neben sie, mit Abstand, aber deutlich zugewandt. Ich stellte die modifizierte Wunderfrage:

„Stell dir vor, heute Nacht passiert ein Wunder, und morgen wachst du auf und es ist alles besser. Woran würdest du merken, dass sich etwas verändert hat?“

Max reagierte zunächst nicht verbal. Doch er blickte lange auf eine bestimmte Bildkarte: ein Kind auf einer Schaukel unter einem Baum, die Sonne scheint. Dann nahm er diese Karte in die Hand und hielt sie sich vor die Brust. Ich fragte: „Ist das dein Wunschbild? So soll es sich anfühlen?“ Max nickte kaum merklich, legte die Karte vor sich auf den Boden, dann noch eine zweite: ein lächelndes Gesicht mit geschlossenen Augen. Schließlich zeigte er auf seinen Kopf und machte eine Drehbewegung mit der Hand, ein Zeichen, das er öfter nutzt, wenn er sagen will: „Zu viel in meinem Kopf“.

Wir begannen, mit Farben zu arbeiten: Wo fühlt sich das „Zuviel“ an? Welche Farbe hätte es? Max wählte Rot für den Kopf, Blau für die Füße. Im Verlauf der Sitzung wurde sein Atem ruhiger, seine Bewegungen weicher. Am Ende zeigte er erneut auf die Schaukelkarte, diesmal mit einem kleinen Lächeln.

Reflexion: Diese Szene zeigt, wie auch ein Kind ohne Sprache in einen tiefen, inneren Prozess kommen kann, wenn wir die richtigen Bilder, Fragen und Methoden wählen. Die Wunderfrage hat Max offenbar einen inneren Raum geöffnet, in dem er sich mit seinen Ressourcen verbinden konnte, jenseits von Worten. Es war ein stiller Dialog, getragen von Bildern, Farben, Gesten und einer Frage, die ihn in den inneren Dialog und zum nachdenken brachte.

Praxisbeispiel 2: „Jonas“ – Ein innerer Film, eine Frage, ein Moment der Wandlung

Jonas ist ein Junge in der dritten Klasse mit einer Autismus-Spektrum-Störung. Er spricht grammatikalisch korrekt, aber in sehr ungewöhnlicher, oft stereotypisierter Sprache. Seine Kommunikation ist durch Monologe, Floskeln und sich wiederholende Fragen geprägt. In offenen Gesprächssituationen kann er kaum adäquat antworten, echte Dialogfähigkeit besteht (noch) nicht. In der Gruppe äußert er seine Bedürfnisse meist über Bildkarten, auf nonverbaler Ebene zeigt er jedoch deutlich, wenn ihn etwas beschäftigt.

In seiner sozialen Interaktion ist Jonas stark eingeschränkt: Er meidet größere Gruppen, sucht nur gelegentlich Kontakt, dann aber zu Bedingungen, die er selbst bestimmt. Konflikte mit Mitschülern

zeigen sich zum Teil heimlich-aggressiv, obwohl ihm soziale Regeln grundsätzlich bekannt sind. In seiner Wahrnehmung ist Jonas teils hypersensibel, insbesondere bei Geräuschen und visuellen Reizen. Sein Arbeitsverhalten ist stark schwankend, seine Konzentration steigt jedoch bei Spezialinteressen wie Buchstaben oder bestimmten Malmotiven.

Ein besonders eindrücklicher Moment ergab sich an einem Tag, als Jonas innerlich völlig gefangen war in einem „Film“, den er offenbar zuvor gesehen hatte. In diesem Film verlor ein Kind seine Mutter, ein Thema, das ihn zutiefst bewegte. Jonas weinte lange und intensiv, wiederholte immer wieder: „Ich suche meine Mama“. Alle Versuche der anwesenden Pädagog:innen, ihn abzulenken oder anderweitig zu erreichen, blieben wirkungslos. Die Szene hatte etwas Dauerschleifenartiges, wie ein inneres Festhalten an einem starken emotionalen Bild.

Ich beobachtete die Situation zunächst aus dem Büro und übernahm dann die Begleitung. Ich spiegelte Jonas sein Verhalten: dass ich sehe, wie traurig er ist, wie sehr er weint. Er war sichtlich überreizt, mit hochrotem Kopf, wie eine überhitzte Festplatte. Dann stellte ich ihm eine modifizierte Wunderfrage, angepasst an seine Märchensprache, die er oft nutzt:

„Stell dir vor, es käme eine Fee zu dir und du könntest dir etwas wünschen, damit es dir jetzt besser geht – was würdest du dir wünschen?“

Sofort sprang Jonas auf einen neuen inneren Film an: „Meine Kleidung, meine Perlen, all mein Gold und Geschmeide gebe ich für dich hin!“ Ich stellte die Frage noch einmal, in gleicher Formulierung und Tonierung. Dieses Mal geschah etwas Unerwartetes: Jonas erstarrte, seine Mimik veränderte sich, er wurde vollkommen ruhig und schien in sein Inneres zu gehen. Für mehrere Minuten saß er still, ohne zu weinen, ohne zu sprechen. Schließlich nahm er sich eigenständig einen Kühlpack von einer vorbeikommenden Kollegin, legte ihn auf seinen Kopf, als wolle er seine „heiße Festplatte“ herunterkühlen.

Nach weiteren Minuten stand Jonas auf, ging zurück in seine Klasse und kehrte den ganzen Tag nicht mehr zu seinem vorherigen inneren Film zurück. Kein Weinen, keine Wiederholung der Sätze, keine emotionale Dauerschleife mehr. Das war insofern erstaunlich, da es sonst in vergleichbaren Situationen, selbst bei Ablenkung immer wieder zu Rückfällen in dieselben Sätze und Bilder kam.

Reflexion:

Diese Situation zeigt, wie kraftvoll eine einfache systemische Intervention, in diesem Fall die Wunderfrage, sein kann, wenn sie passend zur inneren Welt des Kindes formuliert wird. Jonas hat zwar nicht sprachlich geantwortet, aber innerlich offenbar etwas „sortieren“ können. Die Frage scheint ihm einen neuen Rahmen gegeben zu haben, eine Brücke zwischen seinem Gefühl und einer Lösungsmöglichkeit. Es war ein stiller, aber tiefgehender Moment von emotionaler Selbstregulation ausgelöst nicht durch Ablenkung oder Kontrolle, sondern durch einen wertschätzenden, imaginativen Zugang.

Praxisbeispiel 3: „Leo“ – Ein Kind zwischen Rückzug, Lärm und der Suche nach Balance

Leo ist sechs Jahre alt. Er spricht nicht, nutzt aber eine Kombination aus Gebärden, Blickbewegungen und Piktogrammen, um sich mitzuteilen. Sein Alltag ist geprägt von

wiederholtem Rückzug in ruhige Ecken, starken Reaktionen auf Geräusche und plötzlichen Impulsdurchbrüchen, meist, wenn es in der Gruppe laut oder unübersichtlich wird.

In einem Coachingprozess mit Leo ging es darum, zu verstehen, was ihm hilft, in Balance zu bleiben, und wie er dies selbst mitgestalten kann. In einer ruhigen Einzelsituation bereitete ich ein Setting vor mit: einer Emotionskala (rot–gelb–grün), Tierfiguren (zur Symbolisierung innerer Zustände), einem Körperschema und verschiedenen Bildkarten zu Orten und Tätigkeiten.

Leo zeigte zunächst kein Interesse. Doch als ich ein großes Tigerbild auflegte, ein Tier, das ihn sehr interessiert, kam er näher. Ich begann, mit den Figuren kleine Szenen zu erzählen: der Tiger, der sich versteckt, wenn es laut wird, der Tiger, der einen ruhigen Platz braucht, der Tiger, der zeigt, wann es zu viel ist. Leo beobachtete aufmerksam und legte dann selbst die Tigerfigur auf den „gelben“ Bereich der Emotionskala. Ich fragte: „Ist das dein Gefühl, wenn es laut ist?“ Leo nickte.

In weiteren Schritten entwickelte sich eine kleine Bildgeschichte: Der Tiger baut sich eine Höhle, legt Kissen hinein, zieht sich zurück, kommt aber später wieder heraus, mit einem Sonnenbild in der Hand. Leo beteiligte sich aktiv, legte Bilder, zeigte auf Symbole, ordnete Farben zu. Am Ende nahm er sich selbst ein Kissen, setzte sich in die Deckenhöhle hinein und hielt die Sonnekarte.

Reflexion: Dieses Beispiel zeigt, wie über symbolische Geschichten, Figuren und Farben ein Kind in einen Prozess der Selbstwahrnehmung und Gestaltung geführt werden kann – auch ohne Sprache. Leo fand über die Tierfigur Zugang zu seinem inneren Erleben und konnte in Bildern ausdrücken, was er braucht. Der Tiger wurde zu seinem „Coaching-Tier“, stark, sensibel und klug genug, sich selbst zu schützen. Ein gelungener Einstieg in einen langfristigen Prozess der Selbstregulation.

Praxisbeispiel 4: Tapping zur emotionalen Regulation bei Veränderungssensibilität

Ein 9-jähriger Junge aus unserer Einrichtung, nonverbal und mit stark ausgeprägtem Autismus, zeigt in seiner Alltagsstruktur eine extreme Sensibilität gegenüber Veränderungen. Insbesondere Übergänge, etwa von einem Raum in den nächsten, stellen für ihn eine große Belastung dar. In einer konkreten Situation verweigerte er den Wechsel vom Klassenzimmer in die Turnhalle vollständig. Er setzte sich schreiend auf den Boden, kratzte, schlug und zwickte. Er befand sich sichtbar in einem emotionalen Ausnahmezustand. Alle pädagogischen Versuche, ihn zu beruhigen oder zum Weitergehen zu motivieren, schlugen in diesem Moment fehl. Es war kein Zugang möglich.

Hier habe ich eine Tapping-Intervention eingesetzt. Dabei klopfte ich ruhig und wiederholend auf bestimmte Punkte seines Körpers, die er bereits aus vorherigen gemeinsamen „Klopf-Ritualen“ kannte und akzeptierte, insbesondere auf den Schultern. Ein anderer Zugang war aufgrund der Abwehr mit Kratzen und Schlagen nicht möglich. Gleichzeitig sprach ich in ruhigem Ton eine einfache und wiederholte Affirmation wie:

„Es ist viel los – du bist sicher – wir gehen zusammen.“

Wichtig war dabei nicht die inhaltliche Verständlichkeit der Worte, sondern der rhythmische, vorhersehbare Ablauf und die Körperansprache über das Tapping. Innerhalb weniger Minuten sank die emotionale Spannung spürbar. Die Körperspannung des Jungen nahm ab, das Schreien wurde

leiser, und schließlich stand er selbstständig auf. Wenige Minuten später war der Raumwechsel möglich.

Reflexion: Dieses Beispiel verdeutlicht eindrucksvoll, wie wirkungsvoll das Tapping als Methode zur emotionalen Regulation sein kann, besonders bei Kindern, die nicht verbal kommunizieren können. Hervorzuheben ist, dass die Methode in einer akuten, hoch emotionalen Situation eingesetzt wurde und dennoch einen spürbaren Effekt hatte. Selbst bei Kindern mit tiefgreifender Veränderungssensibilität kann das Tapping als Methode als stabilisierendes Element wirken. Voraussetzung ist, dass das Kind das Klopfen bereits kennt, als angenehm erlebt hat und es in einer emotional neutralen Situation eingeführt wurde. Die Methode wirkt dabei nicht nur über die körperliche Berührung, sondern auch über die Wiederholung, das Tempo und die klare Präsenz der begleitenden Person. Dieses Beispiel zeigt, wie wichtig es ist, individuelle Methoden zur emotionalen Regulation bereitzuhalten und dass selbst kleine, körperliche Interventionen einen großen Unterschied machen können.

5. Reflexion & Ausblick

Ich habe gelernt, sehr genau zu beobachten: Wo liegen die größten Störungsfaktoren im visuellen oder auditiven Bereich? Wie viel Ordnung und Struktur braucht das äußere System, damit das innere System des Kindes stabil bleiben kann? Welche Vorlieben oder Abneigungen zeigen sich etwa in Bezug auf Farben, Materialien, Berührungen, Licht oder Gerüche? Möchte ein Kind eher Nähe oder Abstand? All das sind zentrale Fragen, die ich mir vor jeder Interaktion stelle und deren Antworten ich mir in vielen Fällen über eine langjährige Beziehung zu den Kindern bereits erarbeiten konnte. Die Kinder in unserer Einrichtung sind zwischen 6 und 18 Jahre alt. Ich begleite viele von ihnen über viele Jahre hinweg. Dadurch konnte ich ein feines Gespür für ihre individuellen Bedürfnisse entwickeln.

Im Rahmen meiner Ausbildung zur systemischen Coachin habe ich begonnen, meine bisherige Arbeit aus einer neuen Perspektive zu betrachten und dabei nicht nur mein methodisches Repertoire erweitert, sondern vor allem mein eigenes Bewusstsein geschärft. Besonders die konstruktivistische Haltung des systemischen Arbeitens hat mir verdeutlicht, wie wichtig es ist, meine eigenen Deutungen und Wirklichkeitskonstruktionen zu hinterfragen. Ich habe gelernt, noch genauer und differenzierter hinzusehen und dabei nicht nur die Kinder, sondern auch mich selbst in meinem professionellen Handeln besser zu reflektieren.

Meine Vision ist es, systemisches Denken und Handeln stärker in meinen Arbeitsalltag mit den Kindern zu integrieren. Erste einfache Interventionen habe ich bereits ausprobiert. Oft im Sinne eines spielerischen „Try and Error“. Dabei zeigt sich, wie viel Potenzial in dieser Verbindung von langjähriger Erfahrung und systemischer Haltung liegt. Mein Ziel ist es, über diese Methoden eine noch tragfähigere Beziehungsbasis zu schaffen, die einen echten Coaching-Prozess, auch mit nonverbalen Kindern, überhaupt erst ermöglicht.

Wichtig wird es sein, meine Erfahrungen zu dokumentieren. Nur so kann ich den Prozess im Nachhinein bewerten, weiterentwickeln und flexibel an die jeweiligen Bedürfnisse der Kinder anpassen. Ich verstehe mein Konzept als etwas Lebendiges, es darf wachsen, sich verändern und sich gemeinsam mit den Kindern und mir weiterentwickeln.

6. Fazit

Systemisches Coaching wird bislang in erster Linie für das Umfeld von nicht-sprechenden, schwer autistischen Kindern und Jugendlichen angeboten, für Eltern, Fachkräfte, Geschwister und andere Bezugspersonen. Doch gerade diese Kinder selbst bleiben in Bezug auf ihre persönliche Entwicklung und Selbstwahrnehmung meist unberücksichtigt. Ein individuell unterstützender Coaching-Prozess, der auf ihre besonderen Kommunikations- und Wahrnehmungsformen eingeht, steht ihnen bisher nicht zur Verfügung.

Die vorliegende Arbeit zeigt auf, dass es durchaus möglich ist, erste systemische Interventionen in den Alltag mit diesen Kindern zu integrieren und dass sie Wirkung zeigen. Auch wenn es sich häufig um kleine, angepasste Impulse handelt, wird deutlich: Ein modifizierter, an die Bedürfnisse dieser besonderen Kinder angepasster Coaching-Prozess ist denkbar und praktikabel.

Damit eröffnet sich ein neues Feld innerhalb des systemischen Coachings, eines, das bislang kaum bis gar nicht beleuchtet wurde. Es geht nicht nur um eine methodische Anpassung, sondern um eine bewusste Erweiterung des systemischen Denkens, hin zu einer Zielgruppe, die bisher nicht als Coachees gedacht wurde, obwohl sie mindestens ebenso von einem solchen Prozess profitieren kann.

Ich bin überzeugt, dass es sich lohnt, diesen Weg weiterzugehen und systemisches Coaching auch für nicht-sprechende autistische Kinder und Jugendliche zugänglich zu machen. Meine tägliche Praxis bietet mir die Chance, weiter auszuprobieren, zu verfeinern und neue Erfahrungen zu sammeln. Ich freue mich darauf, diesen Weg weiterzugehen, mit viel Geduld, mit offener Haltung und dem Vertrauen, dass Entwicklung auch auf ganz leisen Wegen möglich ist.

7. Literaturverzeichnis

- Berninger, S. (2020). *Systemisch coachen: Haltung, Methodik, Interventionen*. Carl-Auer Verlag.
- Gottman, J. & DeClaire, J. (2014). *Emotionale Intelligenz bei Kindern: Mit Liebe erziehen – wie Eltern die emotionale Entwicklung ihrer Kinder fördern können*. rororo.
- Hüther, G. (2021). *Wege aus der Angst: Über die Kunst, die Unvorhersehbarkeit des Lebens anzunehmen*. Vandenhoeck & Ruprecht.
- ISAAC – Gesellschaft für Unterstützte Kommunikation e. V. (Hrsg.) (2020). *Unterstützte Kommunikation – Grundlagen, Methoden, Praxis*. Schulz-Kirchner Verlag.
- König, K. & Volmerg, B. (Hrsg.) (2019). *Handbuch Coaching und Beratung*. Springer Verlag.
- Notbohm, E. (2015). *Was meint er nur? Einfühlungsvermögen im Umgang mit autistischen Kindern*. Arbor Verlag.
- Remschmidt, H., Kamp-Becker, I. (2018). *Autismus-Spektrum-Störungen: Diagnostik, Therapie, Beratung und Förderung*. Springer Verlag.
- Spitzer, M. (2018). *Emotionale Intelligenz – Wie Gefühle unser Leben steuern*. Droemer.
- Strehlow, U. (2016). *Unterstützte Kommunikation in der Schule: Teilhabe ermöglichen, Kommunikation fördern*. Kohlhammer Verlag.

8. Executive Summary

Diese Abschlussarbeit befasst sich mit der Frage, wie systemisches Coaching auch für nicht sprechende autistische Kinder und Jugendliche zugänglich gemacht werden kann, eine Zielgruppe, die im Coaching bislang kaum berücksichtigt wurde. Ausgangspunkt ist die langjährige praktische Erfahrung der Autorin mit dieser Personengruppe sowie ihre Ausbildung zur systemischen Coachin.

Im theoretischen Teil werden zentrale Grundlagen des systemischen Coachings vorgestellt, ergänzt um Konzepte wie Emotionscoaching und unterstützende Kommunikation (UK). Es wird deutlich, dass Coachingprozesse auch ohne Sprache möglich sind, vorausgesetzt, sie werden methodisch und in der Haltung entsprechend angepasst.

Die Arbeit zeigt, dass zentrale Prinzipien des systemischen Coachings, wie Ressourcenorientierung, Perspektivwechsel, Arbeit mit inneren Bildern, auch mit nonverbalen Kindern umsetzbar sind. Visuelle Tools wie das Emotionsbrett, Körperschemata oder Bildkarten spielen dabei eine zentrale Rolle. Anhand konkreter Fallbeispiele aus der Praxis wird aufgezeigt, wie Kinder ohne Lautsprache durch individuell angepasste Interventionen zu Selbstwahrnehmung, innerer Ordnung und emotionaler Selbstregulation begleitet werden können.

Besonders eindrücklich sind Situationen, in denen Methoden wie die Wunderfrage oder Tapping in akuten Krisen wirken konnten, selbst bei hoher Überforderung oder Rückzug. Diese Beispiele zeigen: Auch Kinder ohne Sprache verfügen über Ausdrucks- und Entwicklungsfähigkeit, wenn wir ihnen mit Offenheit, Kreativität und systemischer Haltung begegnen.

Die Arbeit versteht sich als Impuls für ein neues Feld innerhalb des Coachings. Ein Coaching, das diese Kinder selbst in den Mittelpunkt stellt, nicht nur ihr Umfeld. Sie lädt dazu ein, systemisches Denken für diese besondere Zielgruppe weiterzuentwickeln, Erfahrungen zu sammeln und mutig neue Wege zu gehen.