

autismus schweiz:

Stellungnahme zur aktuellen Diskussion um Pathological Demand Avoidance (PDA)

Im Kontext von Autismus ist Abwehr- und Vermeidungsverhalten differenziert zu betrachten. Solche Verhaltensweisen entstehen häufig als Reaktion auf erhöhte Stressbelastung, Überforderung oder subjektiv erlebten Kontrollverlust und erfüllen eine zentrale Schutzfunktion. Sie sind damit primär als **Regulationsversuche** zu verstehen – nicht als oppositionelles oder willentlich gesteuertes Verhalten.

Werden Anforderungen jedoch wiederholt als überwältigend erlebt und das Umfeld reagiert mit zunehmendem Druck, Unverständnis oder eigener Überforderung, kann sich ein zirkuläres Interaktionsmuster entwickeln. Vermeidung führt oft nur kurzfristig zu Entlastung, festigt das Verhalten jedoch langfristig und kann damit pathologisch werden.

Eine vorschnelle Pathologisierung greift daher zu kurz und führt langfristig nicht zur Verbesserung der Alltagssituation. Entscheidend ist die funktionale Analyse des Verhaltens im jeweiligen Kontext sowie die Frage nach zugrunde liegenden Belastungen und Bedürfnissen im ganzen System. Erst auf dieser Grundlage lassen sich angemessene, ressourcenorientierte Unterstützungsstrategien für die Person und ihr Umfeld entwickeln.

Als Grundlage unterscheiden wir zwischen:

- **Abwehr und Vermeidung**
- **Pathologischer Abwehr und Vermeidung**
- **(Pathologischer) Abwehr und Vermeidung bei Personen im Autismus-Spektrum**

1. Abwehr und Vermeidung

Beide Verhaltensweisen sind psychologische Schutzmechanismen, die dazu dienen, eine Person vor unangenehmen Gefühlen, Ängsten, oder bedrohlichen Situationen zu schützen. Während Abwehrmechanismen primär unbewusst ablaufen, sie sind in vielen unterschiedlichen Formen bekannt (Projektion, Verdrängung u.a.), kann Vermeidung sowohl bewusst als auch unbewusst erfolgen, um kurzfristig Erleichterung zu verschaffen. Langfristig kann es zu einer Verfestigung der Symptomatik sowie einer Verzerrung der Realität kommen, wenn von der betreffenden Person keine korrigierende Erfahrung gemacht wird.

2. Pathologische Abwehr und Vermeidung

Die pathologische Anforderungsvermeidung, auf Englisch Pathological Demand Avoidance (PDA), beschreibt ein zwanghaftes, tiefgreifendes Muster, bei dem Betroffene alltägliche Anforderungen und Erwartungen extrem meiden. Dieses Verhalten ist nicht blosser Unlust, sondern eine unbewusste oder bewusste Reaktion auf ein tiefes Gefühl von Kontrollverlust oder Angst.

Das Konzept der PDA ist bereits seit mehr als zwei Jahrzehnten in der Diskussion:

- a) Elizabeth Newson, die Begründerin des Konzeptes, hat eine Einordnung der Symptomatik der PDA als eigenständige Diagnose innerhalb der Tiefgreifenden Entwicklungsstörungen (DSM-IV, Internationale Klassifikation der Krankheiten ICD-10 der Weltgesundheitsorganisation (WHO)) vorgeschlagen (Newson et al., 2003). Der Vorschlag wurde jedoch verworfen. Auch in der seit 2021 in Kraft getretenen ICD 11 ist die PDA wegen mangelnder Evidenz, aufgrund von international anerkannten wissenschaftlichen Studien, **nicht als eigenständige Diagnose aufgenommen**.
- b) **Der aktuelle wissenschaftliche Fachdiskurs sieht PDA mehrheitlich als ein Verhaltensprofil**, das sich bei verschiedenen, primär neuromentalen und psychiatrischen Diagnosen beobachten lässt und kann ebenfalls mit Autismus assoziiert sein.
Ein Artikel von Inge Kamp-Becker: Pathological Demand Avoidance: Current State of Research and Critical Discussion (2023) gibt einen Überblick zum aktuellen Stand der Forschung und diskutiert die fragwürdige Gültigkeit der PDA als eigenständige diagnostische Einheit. Der Artikel kommt zu dem Schluss, dass PDA weder eine diagnostische Einheit noch eine Unterform von Autismus ist, sondern vielmehr ein Verhaltensprofil, das mit einem ungünstigen Krankheitsverlauf und ungünstigen Ergebnissen in Verbindung gebracht werden kann. **PDA ist ein Merkmal in einem komplexen systemischen Modell**.
- c) Die derzeit im deutschsprachigen Raum präsenten Interessensvertretungen (Fachverein PDA-Autismus-Profil; PDA-Society) ordnen PDA in ihren Publikationen überwiegend als Profil innerhalb des Autismus-Spektrums ein.

3. (Pathologische) Abwehr und Vermeidung bei Personen im Autismus-Spektrum

Im Sinne des Schutzmechanismus beobachten wir auch bei zahlreichen Menschen im Autismus-Spektrum Formen der Abwehr und Vermeidung bei alltäglichen, herausfordernden Anforderungen. Diese treten individuell in sehr unterschiedlichen Ausprägungen sowie in sehr verschiedenen Situationen auf. Sowohl für Personen im Autismus-Spektrum wie auch für ihr Umfeld können diese Situationen sehr herausfordernd sein.

Von der Grundhaltung ausgehend, dass jedes Verhalten für die ausübende Person grundsätzlich sinnvoll und zielführend ist, nähert sich der aktuelle Fachdiskurs der Thematik herausfordernder Situationen und Verhaltensweisen bei Autismus mit den folgenden vier zentralen Schritten:

- a) mit der Vermittlung eines differenzierten Verständnisses der Wahrnehmung und Denkprozesse bei Autismus unter besonderer Berücksichtigung der Innenperspektive
- b) mit der Entwicklung und Verbreitung von Konzepten zum Verständnis und Umgang mit herausfordernden Situationen und Verhaltensweisen bei Autismus
- c) mit einer differenzierten Betrachtung und Analyse möglicher situativer und personenbezogener Einflussfaktoren und Wechselwirkungen im individuellen Einzelfall
- d) mit einer mehrperspektivischen Suche nach Handlungs-, Entlastungs- und Unterstützungsoptionen im individuellen Einzelfall (Fachstelle Autismus, 2026)

Einordnung des Konzeptes Pathological Demand Avoidance (PDA) im Themenfeld Autismus:

Aktuelle deutschsprachige Publikationen zur Relevanz des Konzeptes PDA im Kontext von Autismus – genannt seien hier insbesondere die Bücher „PDA anders autistisch?“ (Chou-Knecht & Carl, 2025) und „Pathological Demand Avoidance (PDA) und Autismus“ (Hatami & Theunissen, 2026) – zeigen auf, dass es eine kontroverse Debatte um die Einordnung des Konzeptes PDA im Fachdiskurs zum Thema Autismus gibt.

Aktuelle Positionierung von autismus schweiz zum Thema PDA

1. Menschen im Autismus-Spektrum können, wie neurotypische Menschen auch, Abwehr und Vermeidung zeigen. Es bedarf eines autismusspezifischen Verständnisses der Zusammenhänge, um herausfordernde Situationen und Verhaltensweisen fachspezifisch einzuordnen, dies hinsichtlich Begleitung, Entlastung und Unterstützung.
2. Der im Kontext von Abwehr und Vermeidung entstehende Leidensdruck bei allen involvierten Personen, und vor allem bei den Menschen im Spektrum selbst, wird von den beratenden Fachpersonen bei autismus schweiz ernstgenommen. Dies erfolgt einerseits durch autismusspezifische Beratung und Information, um ein Verständnis für das Verhalten zu fördern, Missverständnisse soweit wie möglich zu vermeiden und gemeinsam Handlungsoptionen zu entwickeln. Andererseits sei auf die weiteren Differentialdiagnosen eines PDA verwiesen, wie z.B. ADHS, posttraumatische Belastungsstörung, oppositionelles Trotzverhalten, Angst-, Zwangs-, oder eine Bindungsstörung. Entsprechende Überlegungen bedürfen allenfalls einer weiteren differenzierten Abklärung.
3. Die Fokussierung von Abwehr und Vermeidung bei alltäglichen Anforderungen im Konzept PDA sehen wir als einen wertvollen Anstoss zur Reflexion. Angehörige und Fachpersonen haben den Bedarf nach Verständnis und Information.

Eine kausale Verknüpfung mit dem Autismus-Spektrum sehen wir als nicht gegeben an. Dies auch, um eine weitere Stigmatisierung von Menschen im Autismus-Spektrum zu vermeiden.

März 2026, erarbeitet von autismus schweiz in Kooperation mit GSR Autismuszentrum, unter Einbezug freigegebener Textpassagen der Stellungnahme der Fachstelle Autismus der Interkantonalen Hochschule für Heilpädagogik Zürich.

Literaturliste:

Chou-Knecht, R., & Carl, S. (2025). PDA anders autistisch? Kirija-Verlag.

Fachstelle Autismus (2026). Abwehr- und Vermeidungsverhalten bei Autismus – zur aktuellen Diskussion um PDA. <https://www.hfh.ch/fachstellen/autismus>

Hatami, A., & Theunissen, G. (Hrsg.). (2026). Pathological demand avoidance (PDA) und Autismus. Lambertus.

Kamp-Becker, I. (2023). Pathological Demand Avoidance: Current state of research and critical discussion. Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, 51(4). <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000927>

Newson, E., Le Maréchal, K., & David, C. (2003). Pathological demand avoidance syndrome: A necessary distinction within the pervasive developmental disorders. Archives of Disease in Childhood, 88(7), 595-600. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC1763174/pdf/v088p00595.pdf>