

# Junge Menschen mit Asperger-Autismus unterstützen



Bild: Daniela Schreiber

**Dipl.-Psych.  
Adelheid Kühn**

## Überblick

- Neurologische Einschränkungen und körperliche und psychische Folgen davon
- Unterstützungsprinzipien beim Lernen und Arbeiten
- Strukturelle Unterstützungsmöglichkeiten in Schule, Ausbildung und Beruf

# Was ist Autismus?

Autismus ist eine angeborene, unheilbare Wahrnehmungs- und Informationsverarbeitungsstörung des Gehirns

## Spektrum der Menschen mit Autismus (ASS)

Die Außenwelt blickt häufig entlang von Diagnosekriterien auf Menschen mit Autismus.



Menschen mit schweren und mehrfachen Behinderungen

Menschen mit dem Kernsyndrom

Menschen mit eher unauffälligen Beeinträchtigungen, Asperger-Syndrom, High-Functioning Autismus

# Symptome Frühkindlicher Autismus

Erste Auffälligkeiten schon in den ersten Lebensmonaten

- **Blickkontakt:**
  - fehlt anfangs ganz
  - später selten, flüchtig, ausweichend
- **Sprache:**
  - Sprachbeginn spät oder gar nicht
  - starke Sprachentwicklungsstörungen
  - häufig Ausbleiben der Sprachentwicklung
- **Intelligenz:** von stark eingeschränkt bis gut entwickelt
- **Motorik:**
  - Grobmotorik nicht eingeschränkt (ohne weitere Diagnosen)
  - Feinmotorik eingeschränkt
- **Spielverhalten:**

# Symptome Asperger-Syndrom

Markante Auffälligkeiten ab dem 3. Lebensjahr

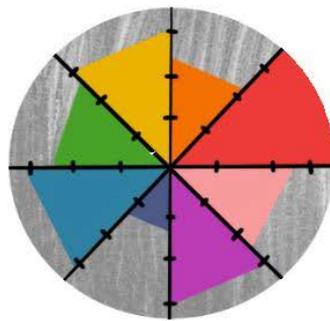
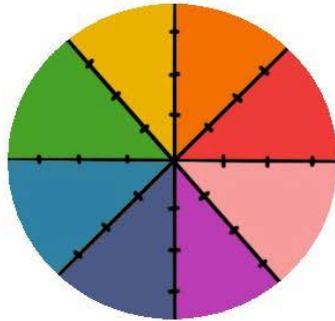
- **Blickkontakt:** selten, flüchtig, ausweichend
- **Sprache:**
  - Sprachbeginn früh
  - rasche Sprachentwicklung:
  - grammatikalisch und stilistisch sehr gut (was oft arrogant wirkt)
  - wortwörtliches Verstehen
  - Neologismen
  - beeinträchtigte soziale Kommunikation
- **Intelligenz:** gut bis überdurchschnittlich entwickelt
- **Motorik:**
  - motorische Ungeschicklichkeit,
  - grob-

# Das Autismus-Spektrum

Das Autismus-Spektrum ist nicht linear



Viel eher sieht es so aus:



- Soziale Skills
- Routinen
- Reizverarbeitung
- Interessen und Begabungen
- Alltagsbewältigung
- Stimming
- Andere

Jeder Mensch mit Autismus hat sein individuelles Stärken- und Beeinträchtigungsprofil.

## Häufigkeit der Autismus-Spektrum-Störung

Für alle autistischen Störungen

- 6-7 pro 1000
- Jungen sind 3-4 mal häufiger betroffen als Mädchen
- > Bei Mädchen wird der Autismus oft erst in der Pubertät erkannt

# Ursachen

## ■ Frühere These:

Elterliches Fehlverhalten: „refrigerator mothers“ (Bettelheim 1967)

## ■ Heutiges Wissen:

Biologische (vermutlich genetische) Verursachung, die zu einer Veränderung der Hirnentwicklung führt

Andersartige Informationsverarbeitung

Folge qualitativ veränderte Wahrnehmung der sozialen und dinglichen Umgebung

Die ungewöhnlichen Verhaltensweisen sind individuell sinnvolle Reaktionen auf die veränderte Hirnfunktion

Autismus ist somit eine lebenslange Persönlichkeitseigenschaft

# Fortsetzung Ursachen

## Multifaktorielle Verursachung:

### ■ Genetische Faktoren:

vier bis zehn Genfaktoren beteiligt, familiäre Häufungen

### ■ Biochemische Faktoren:

Veränderungen im Bereich der Neurotransmitter  
Häufig reduziert: Serotonin, Dopamin

### ■ Neurologische Faktoren:

- Veränderungen in einigen Bereichen des Gehirns (Kleinhirn, Thalamus, Amygdala, Hippocampus)
- Fehlen oder geringe Ausprägung der Spiegelneuronen
- Bei ca. 40 % der Betroffenen gleichzeitig AD(H)S
- Bei ca. 30% der Betroffenen epileptische Anfälle im Kindesalter

# Schwer (kaum) veränderbare neurologische Einschränkungen

Störungen der Grob- und Feinmotorik

Reizfilterschwäche

Fehlende emotionale Schwingungsübertragung

Gesichtsblindheit

## Störungen der Grob- und Feinmotorik

### **Ursache:**

**Zu geringe Dichte von Purkinje-Zellen im Kleinhirn**

### Aufgabe:

Koordination des Informationsaustausch zwischen Rückenmark, Großhirn und Gleichgewichtsorgan

# Motorische Auffälligkeiten

- Holpriges, unsymmetrisches Gangbild
- Stolpern, Ungeschicklichkeit
- Gleichgewichtsprobleme beim Radfahren, Turnen etc.
- Gegen Türrahmen, Straßenschilder laufen
- Schräge Kopfhaltung
- Schlechte Hand-Auge-Koordination
- Danebengreifen, umstoßen
- Unsicheres Fangen von Zugeworfenem
- Verkrampte Haltung von Stiften und Besteck
- Große, globige Handschrift
- Über Ränder malen, kein punktgenaues Zeichnen
- Unabsichtliches Zerquetschen von Fragilem
- Unabsichtliches Durch-die-Hand-Rutschen von Gegenständen

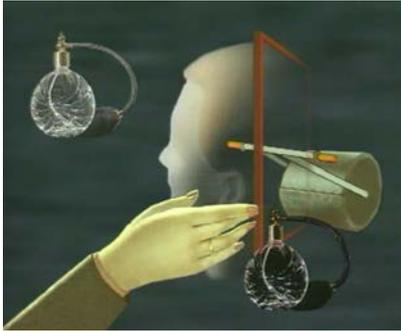
# Reizfilterschwäche im Thalamus

## Aufgabe des Thalamus:

- Informationsfilter
- Beteiligt an der Wahrnehmungs- und Aufmerksamkeitssteuerung



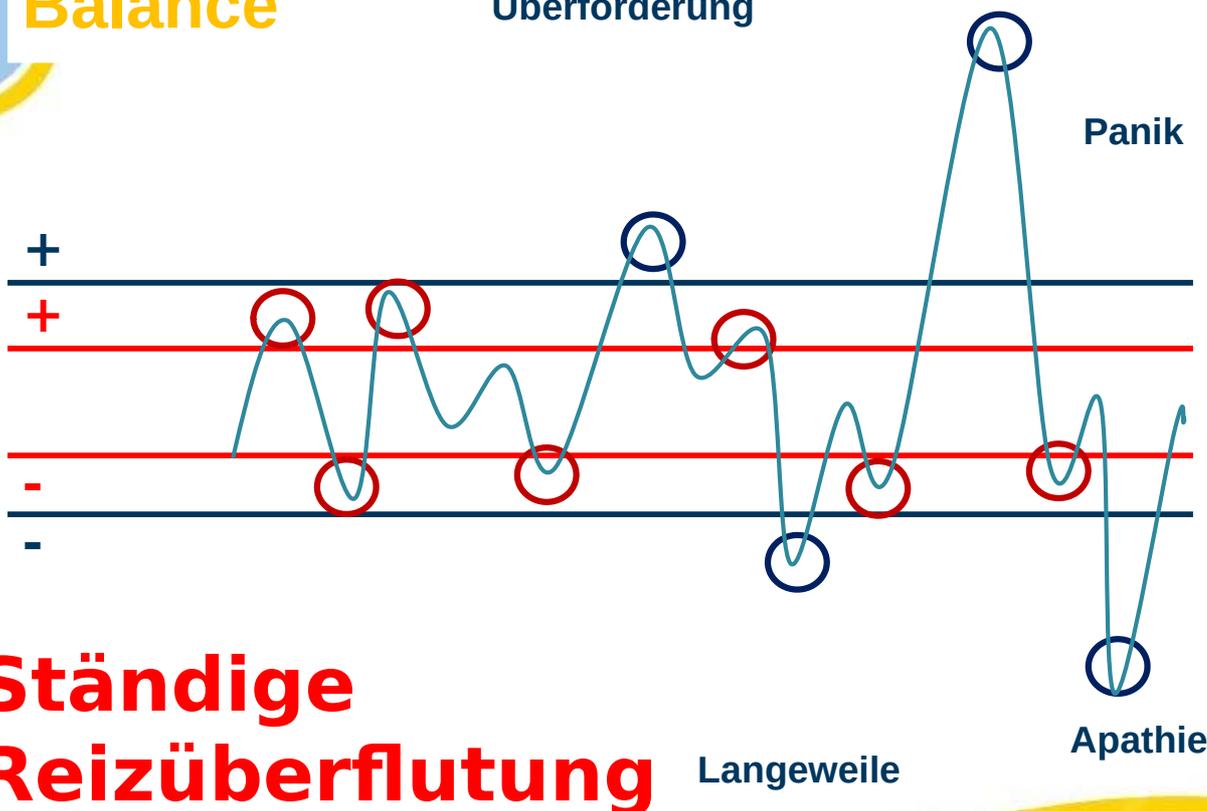
# Einschränkungen durch Reizfilterschwäche



- Keine unverfälschte Informationsaufnahme möglich
- Störung der Aufmerksamkeitslenkung: Der „stärkste“ Reiz gewinnt, nicht der wichtigste.
- Fokussierung auf unwichtige Details (auch in sozialen Situationen)
- Bildliche Zusammenhänge werden nicht als ein Ganzes erkannt
- Ständige Reizüberflutung
- Berührungssensibilität
- > PANISCHE ANGST vor Neuem

## Stimulations-Stress-Balance

Überforderung





## Folgen: Autistischer Overload



Shutdown



Meltdown

## Richtiges Verhalten bei einem autistischen Overload

- **Reizabschirmung!!!**
- Autist in ruhigen, abgedunkelten Raum bringen
- Für Ruhe sorgen
- Stereotype Verhaltensweisen zulassen (Selbststimulation zur Beruhigung)
- Vor Selbst- und Fremdverletzungen schützen (bei Kindern evtl. auf den Schoß nehmen und fest halten, lassen nicht alle autistischen Kinder zu)
- Lieblingsmusik leise laufen lassen
- Dabei bleiben, aber nicht in Gespräch verwickeln (Jugendliche/Erwachsene auf Wunsch alleine lassen)

# Besonderheiten in der Interaktion

- Unfähigkeit zur Gesichtserkennung
- Schwierigkeiten in der Gefühlserkennung und Empathie
- Unfähigkeit zur Perspektivübernahme

## Was bedeutet die fehlende Gesichtserkennung für die soziale Interaktion?



- **Mimik und Gestik** der Bezugspersonen und später anderer Menschen **werden nicht als bedeutsam erkannt und damit auch nicht erlernt**
  - **Absichten** anderer Menschen **können nicht erschlossen werden**
  - Autistische Menschen **zeigen oft keine Mimik oder Absichtsgestik** und können daher von anderen nicht „gelesen“
- Folge:** Missverständnisse und Verunsicherung - auf beiden Seiten

# Unfähigkeit zu Gefühlserkennung, Mitgefühl und Perspektivübernahme

## Aufgabe der Spiegelneurone:

Inneres Nachahmen der Handlungen anderer Menschen

Diese Fähigkeit ist fundamental für

- Gefühle erkennen
- Mitgefühl
- Absichten erkennen
- Intuition
- Sprache
- Denken
- Lernen durch Beobachtung

## Ursache:

Zu geringe Aktivität der Spiegelneurone

## Fehlende Theory of Mind

**Sally-und-Anne-Experiment** mit 3 - 5-jährigen Kindern (Baron-Cohen, 1985)

Aufgabe: Wo sucht Sally Ihren Ball?



## Ergebnis:

86% der Kinder mit Down-Syndrom lösten die Aufgabe korrekt

80 % der Kinder mit Autismus-Spektrum-Störung lösten die Aufgabe **nicht** korrekt

## Hypothese:

TOM-Fähigkeiten werden bei autistischen Kindern nicht oder nur sehr schwer entwickelt

# Folgen fehlender Theory of Mind

- Beeinträchtigung beim Erkennen eigener und fremder Gefühle
- Fehlende Empathie
- Wörter, die psychische Zustände bezeichnen (traurig, wütend, fröhlich), können nicht eingeordnet werden
- Eingeschränktes Verständnis für emotionale Situationen
- Kein Verständnis für die Absichten anderer Menschen
- Kein Erkennen von Täuschung und Unehrlichkeit
- Kein intuitives Verständnis für Beziehungen
- Fehlendes Verständnis für Gruppennormen und -regeln
- Soziale Feinheiten werden nicht erkannt, z.B. sind Autisten gnadenlos ehrlich
- Kein Verständnis von Ironie, Witz, Redewendungen – nehmen alles wörtlich
- Unfähig, „Als-ob-Spiele“ durchzuführen

## Stress bei Sozialkontakten

- Eltern, Geschwister, Freunde
- Beisammensein (bes. Feste), Kindergarten/ Schule/ Arbeitsplatz, gemeinsame Unternehmungen
- Vermeintlich selbstverständliche Fähigkeiten, die sich Gleichaltrige nebenbei aneignen, müssen von autistischen Kindern so mühsam gelernt werden wie Englisch-Vokabeln.
- Das erfordert vom Betroffenen ständig volle Aufmerksamkeit = Stress!
- Dies kostet viel Kraft und Energie!
- Soziale Beziehungen sind für Autisten SEHR anstrengend!
-

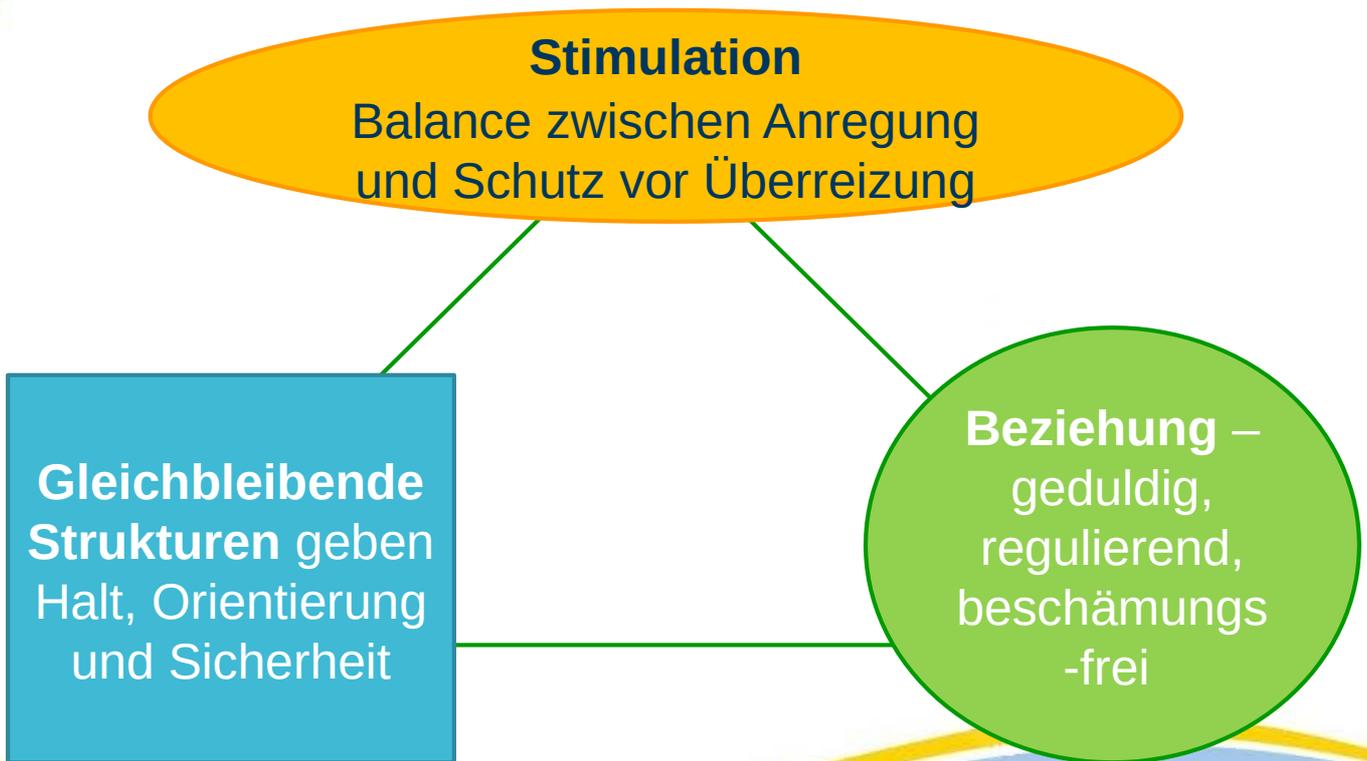
# Emotionalität

- Autistische Menschen **reagieren emotional stärker** als andere Menschen, allerdings nicht immer in sozial erwarteten Situationen.
- **Angst** ist das **dominante Grundgefühl** von autistischen Menschen = große Angst vor Veränderungen, in unsicheren Situationen, vor Neuem und fremden Menschen, vor Nähe, vor Fehlern
- Aufgrund der **Reizüberflutung durch Emotionen** sind sie in sozialen Situationen aber oft überfordert oder starr.
- Sie können ihre eigenen emotionalen Zustände häufig nur schwer identifizieren
- Sie haben **keinen universellen mimischen Ausdruck** und wirken dadurch emotionslos.

## Begabungen autistischer Menschen

- Sachorientierung, logisches Denken
- Genauigkeit, kaum Fehler, Details erkennen
- Unbestechlicher Blick auf Probleme
- Spezialwissen
- Beruf als Berufung, Begeisterung für ein Thema  
--> weit überdurchschnittliche Motivation
- Traditionelle Arbeitstugenden: Pünktlichkeit, Zuverlässigkeit, Gewissenhaftigkeit, Ehrlichkeit
- Loyalität, Treue, Engagement
- Geringe Intriganz
- Monotonie-Resistenz, längere Zeit dasselbe tun
- wenig Freude an Pausen

# 3 Strategien zur gelingenden Unterstützung von autistischen Menschen



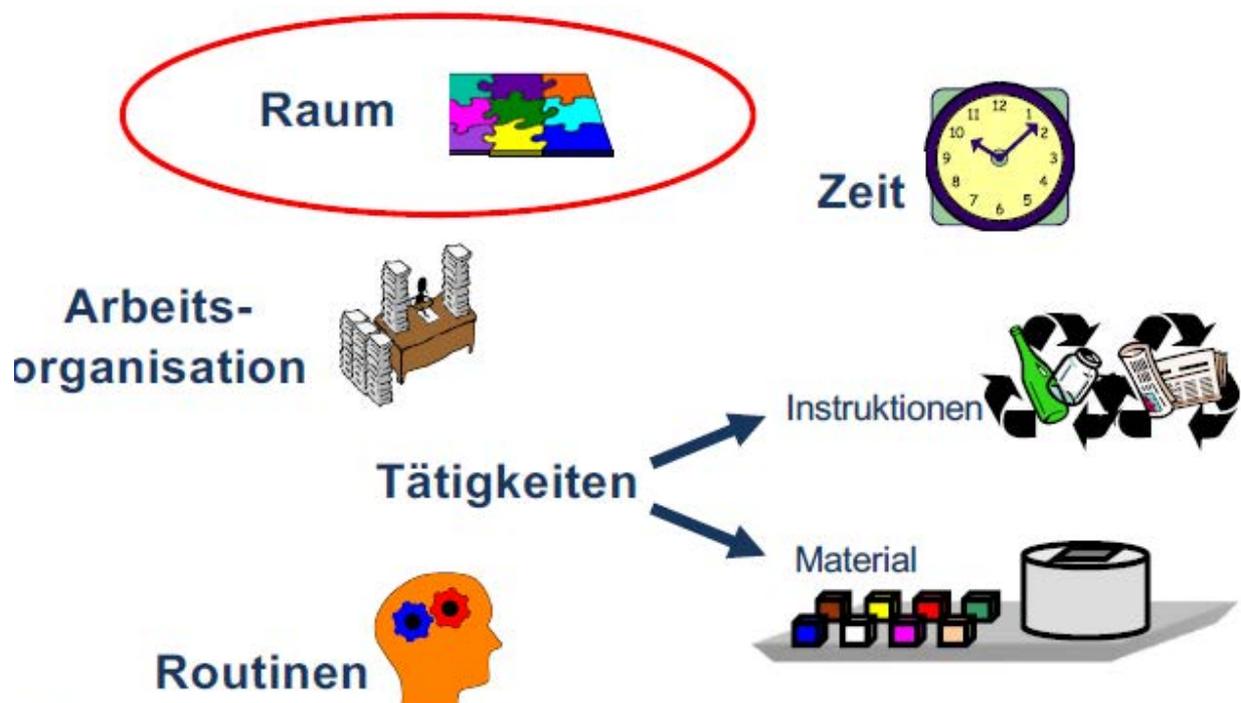
## Alltagsstruktur

- Strukturierung ist ein **Grundbedürfnis** des Menschen.
- Jeder Mensch braucht einen Alltagsrhythmus – Schlaf-/Wachphasen, Körperpflegezeiten, Essenszeiten, Arbeitszeit, Freizeit, Pausen...
- Strukturen und Routinen machen das Leben **planbar** und geben dadurch **Sicherheit**.
- Das Gehirn kann seine Aufmerksamkeit und damit seine Energie anderen Dingen zuwenden.

# Alltagsstruktur – für Autisten lebensnotwendig

- Das autistische Gehirn ist durch die **Reizfilterschwäche** ständig am Rande seiner Verarbeitungskapazität.
- **Vorhersehbarkeit** durch gleichbleibende Strukturen und Routinen schützt das autistische Gehirn vor Überreizung!
- Autistische Menschen brauchen die **Gewissheit**, dass Abläufe immer nach dem gleichen Prinzip funktionieren.
- Je strukturierter der Tag ist, desto **ausgeglichener** ist der autistische Mensch!
- **Kleinste Veränderungen** können großen Stress erzeugen, wenn sie nicht angekündigt waren.

## Was strukturieren?



# Wie Struktur einüben?

- Auflisten, was der autistische Mensch schon gut kann?  
Was kann er/sie schon etwas?
- Mit dem Gekonnten beginnen = Erfolgserlebnis, Verbesserung der Arbeitsbeziehung und Motivation
- Immer nur eine Veränderung gleichzeitig und diese so lange üben, bis sie zur Routine geworden ist
- Jeden kleinen Schritt loben und anfangs auch materiell verstärken
- Pläne und Routinen einhalten – Veränderungen lange vorher und wiederholt ankündigen

Einüben von Strukturen dauert lang!!!

Haben Sie Geduld mit sich und dem Autisten.

# Beziehungshaltung

- Vorgefasste Einstellungen und Erwartungen führen zu Frustration  
– **Offenheit für Neues und Respekt helfen**
- Manchmal kein geteiltes Verständnis von Signalen und Bedeutungen – **gemeinsame „Sprache“ muss erarbeitet werden**
- Ggf. müssen Sie „übersetzen“ lernen und feinfühlig überprüfen, ob Ihre Kommunikation verstanden wird.
- **Erkunden Sie gemeinsam** mit dem Autisten seine Fähigkeiten und seinen Unterstützungsbedarf.

# Kreis der Sicherheit

## Sicherer Hafen sein (Bindung fördern):

- Steuerung übernehmen
- Emotionale Sicherheit geben, annehmen
- Gefühle und Gedanken ordnen
- Trösten



## Sichere Basis sein (Engagement fordern):

- Anregen, etwas zutrauen, ausprobieren
- Bei Schwierigkeiten helfen
- Sich über Leistungen freuen
- Vor Gefahren schützen

# Wie kann Schule gelingen?

# Warum „normale“ Pädagogik bei autistischen Schülern an ihre Grenzen stößt

- Verarbeitung sprachlicher Informationen ist oft schwierig
- Sprachliche Anweisungen werden leicht vergessen
- Eingeschränkte Fähigkeit zur Imitation
- Verzögerte Reaktionen
- Probleme mit der Generalisierung
- Nicht aus Erfahrung lernen können
- Lob und soziale Anerkennung bedeuten oftmals keinen Leistungsanreiz
- Fehlende Neugier, mangelnde Eigeninitiative
- „Unebenes“ Entwicklungs- und Fähigkeitsprofil
- Schnell den zeitlichen oder logischen Überblick verlieren
- Hohe Ablenkbarkeit

## Konsequenzen für die pädagogische Förderung

- An den speziellen Interessen ansetzen
- Zuerst die Arbeitshaltung trainieren, dann die Fachinhalte
- Weniger Reden, stattdessen visuelle Unterstützung anbieten
- Sprache: klar, konkret, eindeutig
- Übertragung von Gelerntem gezielt begleiten
- Von vorneherein mehr Zeit einplanen
- Reizüberflutung vermeiden
- Methode: Strukturierung und Visualisierung

# Autistische Schüler brauchen Hilfe bei....

- Der Entwicklung einer Arbeitshaltung
- Umgang mit Stress
- Der sozialen Interaktion (Mitschüler, Freundschaft, Beziehungen, Eltern etc.)
- Umgang mit Emotionen (mit eigenen Gefühlen, wie auch den Gefühlen anderer Menschen)
- Der Bewältigung der psychischen Begleiterscheinungen (Ängste, Depressionen)
- Den Anforderungen des Alltags
- Der Entwicklung der eigenen Identität
- Verständnis für ihre Andersartigkeit
- Zeit und einen Raum, wo sie ihre innere Anspannung abreagieren können (Stereotypien)
- Klare, wiederkehrende Strukturen zur Orientierung
- Angemessene Forderungen und Erfolgserlebnisse

## Mitschüler brauchen ....

- Unterstützung zum Verstehen des Störungsbildes
- Hilfe beim Umgang mit den Verhaltensauffälligkeiten des autistischen Mitschülers
- Hilfe bei der sozialen Interaktion mit dem autistischen Mitschüler
- Klare Ansagen und Grenzen gegen Hänselei und Mobbing
- Ein offenes Ohr, wo sie ihren Ärger über das Verhalten des autistischen Mitschülers bei einem Erwachsenen ansprechen können

# Lehrer brauchen ....

- Wissen und Unterstützung zum Verstehen des Störungsbildes sowie der genauen Einschränkungen dieses autistischen Schülers
- Hilfe beim Umgang mit den Verhaltensauffälligkeiten, z.B. Klarheit + Erlaubnis, was förderlich und was nötig ist
- Hilfe bei der sozialen Interaktion mit dem Autisten
- Vorgaben, was bei diesem Schüler anders zu machen ist (Aufschriebe, Unterrichtsbefreiung, Nachteilsausgleich, Pausen etc.)
- Ein offenes Ohr, wo sie ihren Ärger über das Verhalten des autistischen Schülers offen ansprechen können

## Hilfestellungen zur Teilhabe am Arbeitsleben

### Berufsvorbereitung

Experte für den eigenen Autismus werden

Bewusstsein für eigene Kompetenzen und Defizite entwickeln

Soziale Situationen und Interaktionen verstehen lernen

Berufliche Handlungsfähigkeit stärken

Berufsorientierung

### Ausbildungsbegleitung

Fachkompetenzen erwerben

Meine Rolle in der Organisation finden und verstehen

Soziale Interaktionen weiter verbessern

Sich angemessen als Autist outen lernen

Coaching für Ausbildungsbetrieb

### Vermittlung/ Matching

Welche Firma, welcher Arbeitsplatz passt genau zu diesem Menschen?

Bewerbungsbegleitung:

Bewerbungsstrategie entwickeln

Bewerbungsgespräch begleiten

Kontakt zu Arbeitgeber

### Jobcoaching

Coaching für Arbeitnehmer + Arbeitgeber

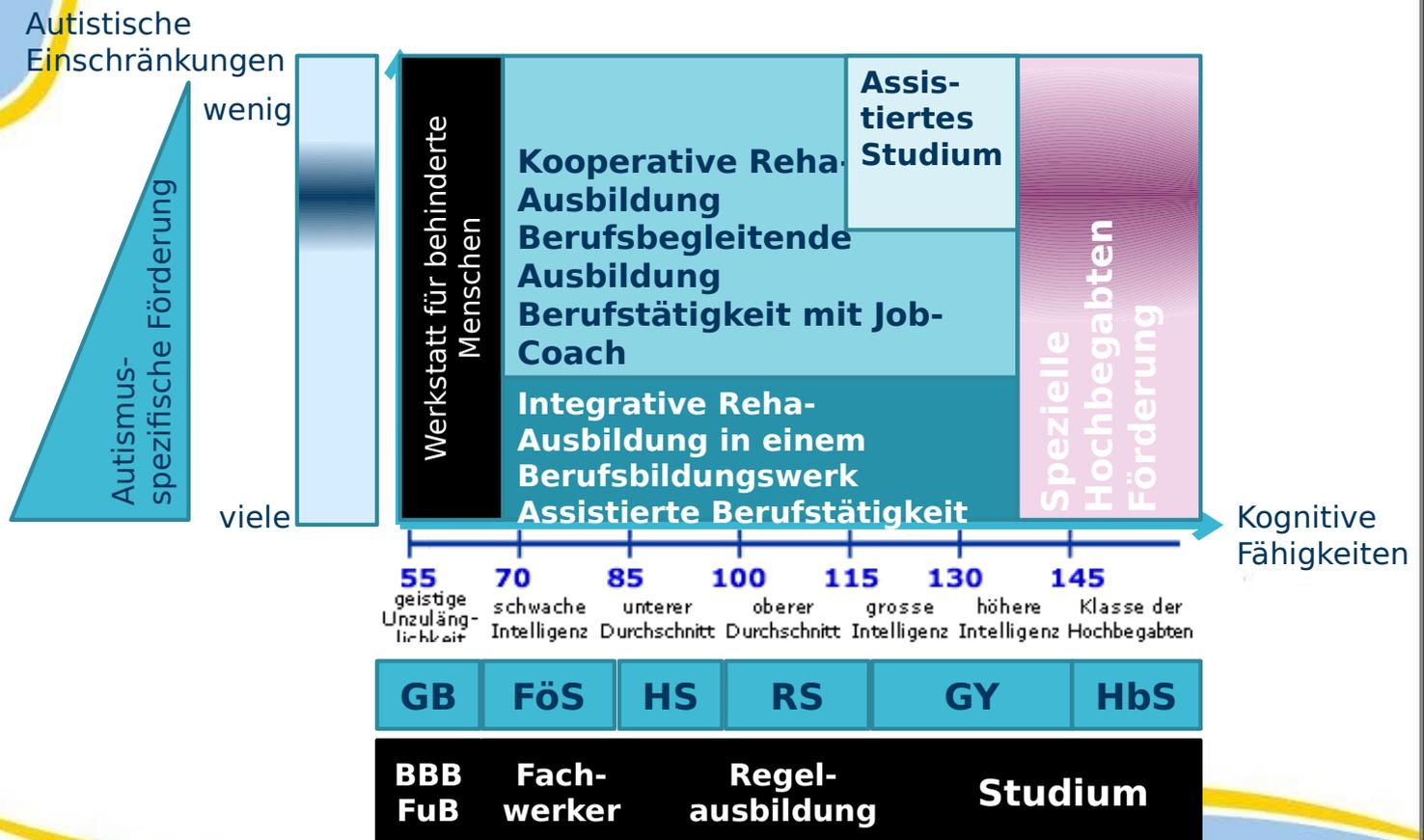
Information des Teams + Buddy

Feedback einholen + Coaching

Konfliktmoderation

Übergänge + Veränderungen coachen

# Geeignete Förderstrukturen



## Individuelle Stolpersteine ins/ im Arbeitsleben

- Bewerbungsgespräch („Der wirkt so komisch“)
- Einfügen in Hierarchien („Warum soll ich mit dem Chef anders reden als mit dem Azubi?“)
- Akzeptieren von Ungerechtigkeiten
- Priorisieren von Aufgaben; Zeitmanagement
- Teamwork: Schwierigkeiten beim Interpretieren non-verbaler Signale, wortwörtliches Verstehen, wenig Blick- und Körperkontakt, kein Smalltalk, mangelndes Verständnis sozialer Situationen
- Multitasking (nur sequentielles Arbeiten)
- Mentale Erschöpfung durch soziale Kompensationsstrategien (bewusste Steuerung von Mimik, Gestik, Organisation des Sprecherwechsels)
- Reizempfindlichkeit und

# Gesellschaftliche Stolpersteine

- Hoher Konformitätsdruck in der Gesellschaft
- Sogenannte „Schlüsselkompetenzen“ werden oft höher bewertet als Sachkompetenz
  - Vernetzungsfähigkeit
  - Kommunikationsfähigkeit
  - Führungsfähigkeit
  - Flexibilität
  - Selbstvermarktung
- Quantitative Leistungen werden oft höher bewertet als qualitative
- Überbewertung hierarchischen Aufstiegs
- Fehlende Möglichkeiten zu Teilzeitarbeit
- Fehlende Möglichkeiten für Home-Office-Tätigkeiten

## Welche institutionellen Strukturen sind nötig?

- Ein ruhiger, beaufsichtigbarer Rückzugs- und Pausenraum spez. für autistische Mitarbeiter
- Eine Fachperson, die Fachwissen hat und Kollegen ggf. beraten kann
- Bei schwerer betroffenen Autisten ein Schulbegleiter bzw. eine Arbeitsassistentz
- Unterrichtseinheiten zu Autismus und ggf. soziale Gruppenarbeit in betroffenen Gruppen
- Regelmäßige Fortbildung und Supervisionsmöglichkeit für Mitarbeiter

# Unterstützungsbedarfe/ -möglichkeiten für Angehörige

- Unterstützung durch das **soziale Umfeld** (Oma, Freundin, Nachbarn) von Anfang an
- Unterstützung durch **Fachleute** (je früher Diagnostik und Förderung beginnt je besser): Facharzt, Autismus-Therapie-Zentrum, Frühförder-stelle, Ergotherapeut, Schule, Ämter, Arbeitsagentur
- **Verständnis** für Belastung und Scham
- Persönliche **Beratung**, Erziehungsberatung
- **Selbsthilfegruppe** für Eltern autistischer Kinder
- Information + Psychoedukation – **Experte werden**

## Wie kann ich Betroffenen helfen?

- Einfach da sein dürfen (ohne reden zu müssen)
- Gute Beziehung ist nicht an gute Leistung oder Wohlverhalten geknüpft
- Äußere Sicherheit herstellen helfen
- Rituale geben Sicherheit
- Beruhigung, Entschleunigung, Bewegung
- Übungen zur Achtsamkeit
- Nähe und Berührung anbieten, nicht aufdrängen
- Visualisierung, Struktur, Merkhilfen
- Gefühle erkennen, benennen, normalisieren

# Was hilft nicht / ist schädlich?

- Überraschungen, Unvorhergesehenes
- Vorwürfe, Drohungen, Besserwisserei
- Von oben herab behandeln, kritisieren, fordern, beschämen, ausfragen
- Belohnung, Bestrafung, Schuldzuweisung
- Nur das Positive betonen
- Plötzlicher Bezugspersonenwechsel
- Versuch, das Verhalten des Betroffenen zu kontrollieren, z.B. bei Selbstverletzung
- Zusätzlicher Stress (Psychiatrie, Ärzte,...)
- Eigene Überreaktionen (starke Gefühle zeigen/ausagieren)

## Fragen?



BIGG  
Bildungsinstitut  
Iggingen



# DSM-V Diagnose

Neues Diagnose-System:

## 299.00 Autismus-Spektrum-Störung

- **A:** andauernde Defizite der sozialen Kommunikation und Interaktion
- **B:** stereotype, repetitive Verhaltensweisen, Interessen und Aktivitäten
- **C:** Beginn in früher Kindheit
- **D:** klinisch bedeutsame Beeinträchtigung in sozialen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen
- **E:** Ausschluss anderer Verursachung (globale Entwicklungsstörung, intellektuelle Behinderung)

Graduelle Beurteilung der Schwere der Ausprägung: Grad 1-3

**Vorteil:** eindeutige Zuordnung zu den „Neuronalen Entwicklungsstörungen“

**Nachteile:** unübersichtlich + engere Fassung der Kriterien (= schwerer eine Diagnose und damit Hilfe zu erhalten)

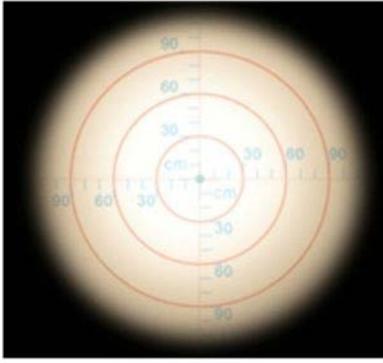
## Besonderheiten autistischer Kinder

- Störungen in Sensorik und Motorik
- Schwierigkeiten bei der sozialen Interaktion
- Ungewöhnliche Beziehungsgestaltung



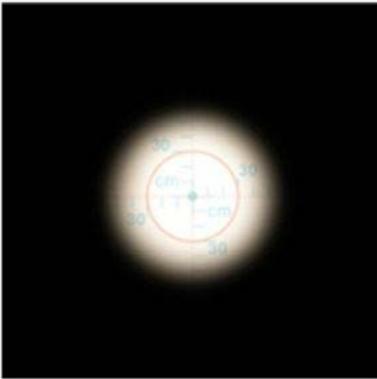
# „Taschenlampen-Prinzip“ des Thalamus

Der Thalamus funktioniert ähnlich wie eine Taschenlampe:



In neuen, unübersichtlichen Situationen stellt er auf einen weiten Fokus, um möglichst viel mitzubekommen.

Nachteil: Viele Reize = Speicher schnell voll, Reizüberflutung des Gehirns



Bei Konzentration stellt er auf engen Fokus.

Vorteil: wenig Ablenkung

Nachteil: wenig mitbekommen

**Lenkung durch Aufmerksamkeit**