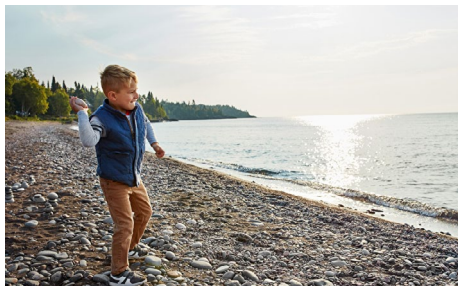




# Autismus

Ein Informationsangebot  
von [gesundheitsinformation.de](https://www.gesundheitsinformation.de)

Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit  
im Gesundheitswesen (IQWiG)



PantherMedia / Yuri Arcurs

Menschen mit Autismus nehmen die Welt auf ihre eigene Weise wahr. Es fällt ihnen schwerer, die Gefühle und Bedürfnisse anderer Menschen zu verstehen und ihre Gedanken und Gefühle auszudrücken. Dadurch ist es für sie schwieriger, mit anderen Menschen in Beziehung zu treten. Mit der richtigen Unterstützung können sie dennoch ein zufriedenes Leben führen und an der Gesellschaft teilhaben.

Autismus entsteht durch eine Entwicklungsstörung im Gehirn. Fachleute sprechen von einer Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Häufig wird der Fachbegriff auch mit „Autismus-Spektrum“ abgekürzt.

Menschen mit Autismus sind sehr unterschiedlich: Manche können gut für sich selbst sorgen und leben selbstständig – auch wenn einige in bestimmten Bereichen Unterstützung benötigen. Viele sind aber stärker beeinträchtigt und auf umfassende Hilfe angewiesen.

## Symptome

Das Autismus-Spektrum ist vielfältig. Es umfasst folgende Merkmale:

- **Schwierigkeiten im Umgang mit anderen Menschen (soziale Interaktion):** Menschen mit Autismus wirken oft abwesend, in sich gekehrt und suchen seltener Blickkontakt. Manche sind auch sehr kontaktfreudig, aber verhalten sich dabei für Außenstehende mitunter ungewöhnlich. Denn Menschen mit Autismus können sich nicht so gut in andere hineindenken. Das erschwert es ihnen, mit anderen Menschen umzugehen und Beziehungen aufzubauen. Sie deuten Kommunikation eher fehl und nehmen Mehrdeutigkeiten und Ironie nicht gut wahr. In vielen Situationen reagieren sie ungewöhnlich – zum Beispiel, indem sie auf Gefühlsäußerungen ihres Gegenübers nicht eingehen.
- **Kommunikationsprobleme:** Manche lernen später und schlechter sprechen oder sprechen gar nicht mit anderen. Sie verwenden auch weniger Gesten, um anderen etwas mitzuteilen. Ihre Sprachmelodie ist monotoner. Manche wiederholen ständig bestimmte Begriffe und Sätze oder sprechen das nach, was andere sagen. Andere wiederum sprechen sehr genau und ausgefeilt.

- **stereotypes und repetitives Verhalten:**

Menschen mit Autismus neigen dazu, einige Verhaltensweisen ständig zu wiederholen, zum Beispiel mit den Armen zu wedeln oder Dinge stets auf eine ganz bestimmte Art zu erledigen. Sie interessieren sich oft nur für wenige oder ungewöhnliche Dinge, dafür aber sehr intensiv. Flexibilität und Spontaneität fallen ihnen schwer. Routinen und verlässliche Abläufe sind für sie sehr wichtig.

Außerdem reagieren sie manchmal besonders empfindlich oder auch unempfindlich auf äußere Reize wie Geräusche, Gerüche oder Berührungen.

Diese Merkmale sind individuell verschieden ausgeprägt – bei manchen Menschen sind bestimmte Merkmale auch gar nicht vorhanden. Fachleute haben Autismus lange Zeit in verschiedene Formen eingeteilt: in frühkindlichen Autismus, Asperger-Autismus und atypischen Autismus. Da sich diese jedoch nicht immer klar voneinander abgrenzen lassen, wird zunehmend nur noch von der Autismus-Spektrum-Störung (ASS) oder dem Autismus-Spektrum gesprochen.

Viele Menschen mit Autismus haben weitere Beeinträchtigungen. Dazu gehören beispielsweise Schlafstörungen, Essstörungen, Angst- oder Zwangsstörungen, Tic-Störungen, eine Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitäts-

störung (ADHS), Epilepsie oder eine Depression. Es kann auch zu herausforderndem Verhalten wie Selbstverletzung, starken Wutanfällen und Aggressionen kommen – dies ist meist ein Zeichen dafür, dass sie überfordert sind oder sich missverstanden fühlen. Etwa die Hälfte der Menschen mit Autismus ist intellektuell beeinträchtigt. Die andere Hälfte ist normal bis sehr intelligent, hochbegabt sind aber nur wenige.

### Mehr Wissen

Was ist Autismus (eine Autismus-Spektrum-Störung)? → Seite 8

## Ursachen und Risikofaktoren

Autismus ist angeboren und die Folge einer Entwicklungsstörung des Gehirns. Die genauen Ursachen von Autismus sind noch nicht vollständig erforscht. Die genetische Veranlagung hat allerdings einen starken Einfluss. Bei Eltern mit Autismus ist die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass ihre Kinder ebenfalls Autismus haben.

Wenn Eltern bereits ein Kind mit Autismus haben, ist zudem die Wahrscheinlichkeit erhöht, dass ein zweites Kind ebenfalls Autismus hat – sie liegt dann im Durchschnitt bei 10 bis 20 %. Das individuelle Risiko hängt wiederum vom genetischen Auslöser ab. Manchmal kann dies durch Gentests beim ersten Kind und den Eltern ermittelt werden. Je nach Ergebnis ist die Wahr-

scheinlichkeit dann gering (zum Beispiel 1 %) oder hoch (50 %), dass das zweite Kind ebenfalls Autismus hat.

Mit zunehmendem Alter von Mutter und Vater steigt das Risiko, dass sie ein Kind mit Autismus bekommen. Dies liegt vor allem daran, dass genetische Veränderungen mit dem Alter häufiger werden. Auch Komplikationen während der Schwangerschaft können eine Rolle spielen – zum Beispiel eine Infektion mit Röteln oder eine Frühgeburt. Nehmen Schwangere bestimmte Antiepileptika ein (vor allem den Wirkstoff Valproinsäure), erhöht dies das Risiko ebenfalls.

Wichtig: Autismus wird weder durch Impfungen noch durch die Erziehung der Eltern ausgelöst. Dies wird gelegentlich behauptet, ist wissenschaftlich jedoch widerlegt.

### Häufigkeit

Etwa 1 von 100 Menschen in Deutschland hat eine Autismus-Spektrum-Störung. Bei Jungen und Männern wird Autismus doppelt so häufig festgestellt wie bei Mädchen und Frauen.

In den letzten Jahrzehnten ist die Zahl der Menschen mit Autismus deutlich gestiegen. Dies liegt vor allem daran, dass mehr Menschen als früher die Diagnose erhalten. Ob Autismus grundsätzlich häufiger vorkommt als früher, ist unklar.

### Verlauf

Autismus bleibt in der Regel ein Leben lang bestehen. Er kann jedoch sehr unterschiedlich verlaufen. Häufig nehmen die typischen Symptome im Laufe der Jahre ab oder verändern sich. Einzelne Merkmale können sich auch vorübergehend oder dauerhaft verstärken. Viele Kinder und Jugendliche lernen mit der Zeit aber, besser zu kommunizieren und mit anderen Menschen umzugehen.

Manchmal zeigen sich Auffälligkeiten schon sehr früh, im Alter von 1 bis 2 Jahren. Manche Menschen leben aber auch viele Jahre oder Jahrzehnte mit Autismus, ohne dass er erkannt wird. Sie spüren vielleicht schon lange, dass bei ihnen etwas anders ist, haben aber vor ihrer Diagnose keine Erklärung dafür gefunden.

Es ist möglich, dass frühe Anzeichen von Autismus bei Kindern mit der Zeit verschwinden – oder sich andere Ursachen herausstellen. Dies betrifft vor allem Kinder mit weniger auffälligen Ausprägungen. Es kann aber auch sein, dass sich Kinder in den ersten Lebensjahren normal entwickeln und erst später Autismus-typische Symptome zeigen.

Viele Menschen mit Autismus brauchen ein Leben lang intensive Unterstützung. Manche können selbstständig leben, einem Beruf nachgehen und eine Familie gründen. Aber auch sie brauchen manchmal Hilfe bei Herausforderun-

gen im Alltag. Mit der Zeit gelingt es vielen, besser mit dem Autismus umzugehen. Das hängt jedoch stark davon ab, wie gut sie unterstützt und ihren Bedürfnissen entsprechend gefördert werden. Entscheidend ist, wie gut es gelingt, die Autismus-typischen Herausforderungen zu lösen, und wie sich Begleiterkrankungen auswirken. Häufige Begleiterkrankungen sind beispielsweise Schlaf-, Ess- oder Angststörungen.

### Diagnose

Wenn das eigene Kind sich auffällig verhält, kann das Eltern sehr verunsichern. Die Kinder- und Jugendarztpraxis ist dann eine gute erste Anlaufstelle – auch im Rahmen der regelmäßigen U-Untersuchungen. Bei Bedarf wird an eine spezialisierte Einrichtung überwiesen. Erwachsene können sich zunächst an ihre Hausarztpraxis wenden. Es ist auch möglich, sich direkt an eine psychotherapeutische oder psychiatrische Praxis zu wenden.

Autismus kann nur von Fachärztinnen und Fachärzten für Psychiatrie und Psychotherapie oder von Psychotherapeutinnen oder Psychotherapeuten diagnostiziert werden. Bei Kindern und Jugendlichen sollten es Fachleute sein, die auf diese Altersgruppe spezialisiert sind. Die Diagnostik selbst ist sehr umfangreich und zeitaufwendig. Denn es ist wichtig, genau hinzuschauen und andere Ursachen auszuschließen.

Zu den Untersuchungen gehören

- Gespräche mit Kind und Eltern,
- ausführliche Befragung der Eltern mit speziellen Fragebögen,
- Verhaltensbeobachtung im Umgang mit anderen Menschen oder beim Spielen,
- Entwicklungstests, vor allem der Intelligenz und Sprache, sowie
- medizinische Untersuchungen.

Dafür sind mehrere Termine nötig. Oft wird die Entwicklung des Kindes eine Zeit lang beobachtet, bevor eine Diagnose gestellt wird. Eine Diagnose kann ab dem zweiten Lebensjahr möglich sein. In welchem Alter eine verlässliche Diagnose möglich ist, hängt aber unter anderem davon ab, wie deutlich die Auffälligkeiten sind und wie sie sich entwickeln.

Bei Erwachsenen ist die Diagnostik ähnlich umfangreich. Die Diagnose ist meist schwieriger, da die Symptome oft nicht so eindeutig sind wie bei Kindern. Viele Erwachsene haben mit der Zeit gelernt, bestimmte Merkmale zu unterdrücken, um nicht aufzufallen – dies wird „Masking“ genannt. Außerdem können andere Erkrankungen ähnliche Symptome wie Autismus haben, zum Beispiel Persönlichkeits- oder Angststörungen. Es kann sinnvoll sein, die Diagnose im Laufe der Jahre zu überprüfen. Dies gilt insbesondere für Kinder, bei denen die Merkmale weniger deutlich sind. Zudem überprüfen Ärztinnen und Ärzte regelmäßig, wie sich das Kind insgesamt entwickelt.

### Mehr Wissen

Wie wird Autismus festgestellt?

→ Seite 14

## Behandlung

Bei Kindern wird nach der Diagnose ein individueller Behandlungsplan erstellt. Dieser kann folgende Elemente enthalten:

- Verhaltenstherapie, einschließlich sozialem Kompetenztraining
- Logopädie
- Ergotherapie
- Information und Beratung (Psychoedukation)

Für Kinder bis zum Schuleintritt wird eine verhaltenstherapeutische Frühförderung angeboten, die spezifisch auf Autismus ausgerichtet ist. Die Eltern werden in die Behandlung einbezogen und erhalten ebenfalls Unterstützung.

Erwachsene mit Autismus können ebenfalls eine Psychotherapie in Anspruch nehmen.

Bei Autismus können Medikamente gelegentlich infrage kommen, um herausforderndes oder belastendes stereotypes Verhalten zu lindern. Auch Begleiterkrankungen wie ADHS, Schlafstörungen, Angst- und Zwangsstörungen, depressive Episoden oder Epilepsie lassen sich mit Medikamenten behandeln. Autismus selbst

ist mit Medikamenten aber weder behandelbar noch heilbar.

Eine Behandlung kann die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen verbessern und die Ausprägung mildern. Sie kann auch helfen, besser mit Autismus umzugehen und die Stärken des Kindes zu fördern. Bei Jugendlichen und Erwachsenen geht es eher darum, den Autismus als Teil der eigenen Identität zu akzeptieren und das Alltagsleben daran anzupassen. Auch die Behandlung von Begleiterkrankungen kann eine wichtige Rolle spielen.

### Mehr Wissen

Wie wird Autismus behandelt?

→ Seite 18

## Leben und Alltag

Autismus kann sich sehr unterschiedlich auf das eigene Leben und das der Familie auswirken. Menschen mit Autismus fällt es schwerer, Kontakte zu knüpfen, und sie werden oft missverstanden. Sie haben häufiger Schwierigkeiten, einen Beruf auszuüben oder Beziehungen einzugehen. Manche Menschen mit Autismus sind so stark eingeschränkt, dass sie viel Hilfe im Alltag benötigen. Andere führen dagegen ein selbstständiges Leben, haben einen Beruf, gründen eine Familie und kommen gut zurecht. Für viele Eltern ist eine wichtige Frage, in wel-

che Betreuungseinrichtung und Schule ihr Kind gehen soll. Ist es in speziellen Fördereinrichtungen besser aufgehoben oder kann es einen Regelkindergarten und eine Regelschule besuchen? Dazu können sich Eltern unter anderem in Autismus-Zentren beraten lassen.

Meist ist es sinnvoll, das Umfeld (Familie, Freundeskreis, Schule, Arbeitgeber) über Autismus und den Umgang mit Menschen mit Autismus zu informieren. Andere Menschen müssen oft erst lernen, mit den typischen Eigenheiten umzugehen.

Folgende Unterstützungsleistungen gibt es:

- Nachteilsausgleich
- Kita- und Schulbegleitung
- sozialpädagogische Familienhilfe
- familienunterstützender Dienst
- Hilfsmittel
- Leistungen zur begleitenden Hilfe im Arbeitsleben
- besondere Wohnprojekte (zum Beispiel betreute Wohngemeinschaften)
- Pflegeleistungen

Die meisten Behandlungs- und Unterstützungsleistungen werden von der Eingliederungshilfe und nicht von den Krankenkassen bezahlt. Die Eingliederungshilfe wird beim Jugend- oder Sozialamt beantragt.

Ab einem Grad der Behinderung von 50 kann ein Schwerbehindertenausweis ausgestellt wer-

den. Mit diesem erhält man Anspruch darauf, dass einige Nachteile ausgeglichen werden – etwa durch günstigere Eintritte, Hilfsmittel und Steuererleichterungen. Aber auch bei einem Grad der Behinderung von mindestens 30 gibt es die Möglichkeit, eine Gleichstellung mit schwerbehinderten Menschen zu beantragen und damit Unterstützungsleistungen zu erhalten.

### Mehr Wissen

Menschen mit Autismus unterstützen  
→ Seite 26

Wo finde ich Hilfe, wenn mein Kind  
Autismus hat? → Seite 31

## Weitere Informationen

Die Kinder- oder Hausarztpraxis ist meist die erste Anlaufstelle, wenn man krank ist oder bei einem Gesundheitsproblem ärztlichen Rat braucht. Informationen zur Gesundheitsversorgung in Deutschland helfen dabei, sich im Gesundheitssystem zurechtzufinden und eine passende Arztpraxis zu finden.

[www.gesundheitsinformation.de/  
gesundheitsversorgung-in-deutschland](http://www.gesundheitsinformation.de/gesundheitsversorgung-in-deutschland)

Mit einer Frageliste kann man sich auf den Arztbesuch vorbereiten.

[www.gesundheitsinformation.de/frageliste](http://www.gesundheitsinformation.de/frageliste)

Unterstützung bieten Elterninitiativen und Selbsthilfegruppen. Kontaktadressen findet man bei Autismus Deutschland e. V. und Aspies e. V..

## Mehr Wissen

### Was ist Autismus (eine Autismus-Spektrum-Störung)?



*PantherMedia / Wavebreakmedia Ltd*

**Menschen mit Autismus fällt es schwer, mit anderen Menschen zu kommunizieren und sich in andere hineinzusetzen. Sie wiederholen oft bestimmte Verhaltensweisen und haben ein starkes Bedürfnis nach Routine und Ordnung. Oftmals brauchen sie viel Unterstützung – auch wenn einige selbstständig leben können.**

Autismus ist eine Entwicklungsstörung des Gehirns, die immer von Geburt an besteht. Es kann jedoch einige Jahre dauern, bis er bemerkt wird – manche Menschen erhalten die Diagnose erst im Erwachsenenalter.

Der Fachbegriff für Autismus lautet „Autismus-

Spektrum-Störung (ASS)“. Häufig wird auch vom „Autismus-Spektrum“ oder einfach von „Autismus“ gesprochen.

Autismus geht mit bestimmten Merkmalen und Beeinträchtigungen einher. Allerdings ist das Autismus-Spektrum sehr vielfältig: Manche Merkmale können schwach ausgeprägt sein und kaum auffallen, andere stärker ausgeprägt sein. Bei manchen Menschen sind einzelne Merkmale auch gar nicht vorhanden.

Die Merkmale können sich mit der Zeit auch verändern. Zudem lernen viele Menschen mit Autismus, sich an gesellschaftliche Erwartungen anzupassen. Dann überspielen sie bestimmte Merkmale bewusst oder unbewusst, um zu funktionieren und nicht aufzufallen. Dies wird „Masking“ genannt und kann viel Anstrengung erfordern.

### **Welche Merkmale sind typisch für Autismus?**

#### *Umgang mit anderen Menschen*

Typische Merkmale von Menschen im Autismus-Spektrum sind:

- Sie zeigen weniger Interesse an Kontakt mit anderen Menschen, insbesondere mit Gleichaltrigen.
- Sie verstehen die Signale anderer falsch oder nehmen sie nicht wahr – wie bestimmte Blicke, emotionale



- Botschaften oder Aufforderungen.
- Sie versuchen auf ungewöhnliche Art und Weise, in Kontakt mit anderen Menschen zu treten.
- Es fällt ihnen schwer, zu verstehen, dass andere Menschen andere Ansichten und Bedürfnisse haben als sie selbst.
- Sie verstehen Gefühlsäußerungen anderer oft nicht richtig und reagieren deshalb nicht angemessen darauf.
- Sie suchen seltener den Blickkontakt.
- Es fällt ihnen schwerer, Beziehungen aufzubauen.

### **Kommunikation**

Typische Merkmale von Menschen im Autismus-Spektrum sind:

- Sätze werden meist wörtlich genommen – unabhängig von Kontext und Betonung. Deshalb fällt es Menschen mit Autismus schwerer, Ironie oder übertragene Bedeutungen zu verstehen.
- Sie wiederholen Wörter oder Sätze von anderen.
- Sie verwenden Begriffe, die unpassend erscheinen und deren Bedeutung sich vor allem nahestehenden Personen erschließt.
- Ihre Sprachmelodie ist monotoner.
- Sie haben Schwierigkeiten, nonverbale Kommunikation zu verstehen.
- Sie verwenden weniger Gesten, um anderen etwas mitzuteilen.

- Ihre Gestik und Mimik passen oft nicht zu dem, was sie sagen.
- Manche sprechen wenig oder gar nicht mit anderen Menschen.

### **Stereotype Verhaltensweisen und eingeschränkte Interessen**

Typische Merkmale von Menschen im Autismus-Spektrum sind:

- Sie wiederholen Verhaltensweisen immer wieder – zum Beispiel wedeln sie mit den Armen, drehen die Hände oder erledigen Dinge immer auf eine ganz bestimmte Art.
- Sie interessieren sich für wenige Dinge, für diese aber intensiv. Dann lernen sie alles über ein spezielles Thema – zum Beispiel Zugfahrpläne, Astronomie, bestimmte Tiere oder Basteltechniken.
- Sie interessieren sich oft für Systeme mit einer klaren Ordnung und für technische Details – wie Zahlen, Landkarten oder naturwissenschaftliche Phänomene.
- Sie haben ein starkes Bedürfnis nach Routine und Ordnung. Wenn Dinge in Unordnung geraten oder anders laufen als gewohnt, können sie gereizt oder überfordert reagieren. Denn die fehlende Sicherheit ängstigt sie.
- Sie können besonders empfindlich oder auch unempfindlich auf äußere Reize wie Geräusche, Gerüche oder Berührungen reagieren.
- Auf Reizüberflutung können sie mit

starker Anspannung reagieren. Das kann dazu führen, dass sie erstarren, nichts mehr sagen oder wütend werden. Dies wird als „Meltdown“ bezeichnet.

### **Verzögerte Entwicklung oder verminderte Intelligenz**

- Ein Teil der Kinder im Autismus-Spektrum zeigt eine verzögerte Entwicklung. Die Kinder lernen beispielsweise später sprechen oder haben Probleme mit der Fein- und Grobmotorik.
- Ungefähr die Hälfte der Menschen im Autismus-Spektrum hat eine verminderte Intelligenz, die ein Leben lang bleibt. Die andere Hälfte ist normal bis sehr intelligent.
- Bei einigen Kindern entwickeln sich sprachliche und alltagspraktische Fertigkeiten zurück – das kann im Vorschul- oder Grundschulalter passieren und sich anschließend wieder bessern.

### **In welche Formen wird Autismus eingeteilt?**

Autismus wurde lange Zeit in die Formen „frühkindlicher Autismus“, „Asperger-Syndrom“ und „atypischer Autismus“ eingeteilt. Heute sprechen Fachleute jedoch von einer „Autismus-Spektrum-Störung“. Denn die genannten Formen lassen sich nicht klar voneinander abgrenzen. Aber auch bei der Autismus-Spektrum-

Störung werden verschiedene Ausprägungen unterschieden. Diese richten sich vor allem danach, ob die Intelligenz beeinträchtigt ist und wie die Sprachentwicklung ist.

### **Welche Anzeichen deuten bei kleinen Kindern auf Autismus hin?**

In den ersten drei Lebensjahren können folgende Anzeichen auftreten: Das Kind

- reagiert kaum auf Lächeln oder Kontaktangebote von Eltern, anderen Erwachsenen oder Gleichaltrigen.
- hat wenig Interesse, mit anderen Kindern zu spielen, oder lehnt den Kontakt zu anderen Kindern ab.
- reagiert kaum, wenn es beim Namen gerufen wird.
- ahmt Gesten kaum oder gar nicht nach – es winkt zum Beispiel nicht zurück, wenn die Eltern zum Abschied winken.
- zeigt nicht auf Dinge, um andere darauf aufmerksam zu machen.
- wiederholt bestimmte Verhaltensweisen oder hat Schwierigkeiten, seine Aufmerksamkeit von einem Gegenstand zu lösen.
- entwickelt sich ab dem 2. oder 3. Lebensjahr in bestimmten Bereichen zurück und spricht zum Beispiel schlechter oder gar nicht mehr.

Wenn Eltern bemerken, dass ihr Kind „anders“ ist, machen sie sich manchmal große Sorgen. Es ist wichtig, sie ernst zu nehmen und Auffäl-

ligkeiten abklären zu lassen. Am besten ist es, frühzeitig mit der Kinderärztin oder dem Kinderarzt zu sprechen.

### Was kann bei Erwachsenen auf Autismus hinweisen?

Einige Menschen kommen erst als Erwachsene auf den Gedanken, dass sie Autismus haben könnten. Manchmal äußern andere den Verdacht, zum Beispiel Ärztinnen und Ärzte.

Häufig haben diese Menschen bereits psychologische und medizinische Fachkräfte aufgesucht, um herauszufinden, was sie haben und wie sie damit umgehen können – dann aber andere Diagnosen erhalten, zum Beispiel eine Depression, Zwangsstörung oder Angststörung. Solche Erkrankungen können zwar gemeinsam mit Autismus auftreten – manchmal handelt es sich aber auch um Fehldiagnosen.

Bei Erwachsenen zeigen sich meist ebenfalls die oben genannten Merkmale. Manche sind besonders ausgeprägt:

- dauerhafte Schwierigkeiten, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten, längere Gespräche zu führen und soziale Beziehungen aufrechtzuerhalten
- starker Wunsch nach festen Routinen und Ritualen
- sehr eingeschränkte, oft spezielle Interessen und Hobbies

- Probleme, einen Beruf (über längere Zeit) auszuüben, obwohl man dafür qualifiziert ist

Aber auch hier gilt: Solche Probleme können viele Ursachen haben. Zudem trifft nicht jedes Merkmal auf alle Menschen mit Autismus zu.

#### ⚠ **Wichtig ist:**

Autismus können nur Fachleute durch eine gründliche Untersuchung feststellen.

### Welche weiteren Probleme gehen mit Autismus einher?

Viele Menschen mit Autismus haben Schlafprobleme: Sie schlafen schlecht ein oder wachen nachts häufig auf. Das führt dazu, dass sie tagsüber unausgeschlafen und unkonzentriert sind. Bei Kindern sind Schlafprobleme auch für die Eltern belastend, da sie ebenfalls nicht genug Schlaf bekommen.

Zudem sind Essstörungen sehr häufig. Dann werden meist nur ganz bestimmte Nahrungsmittel gegessen, was zu einer Mangelernährung führen kann.

Auch andere Begleiterkrankungen können auftreten. Dazu gehören vor allem Epilepsie, eine Depression, eine Angst- oder Zwangsstö-



(Inselbegabung) sind aber nur wenige.

Allerdings haben viele normal intelligente Menschen mit Autismus dennoch Probleme in alltagspraktischen Dingen, wie sich selbst zu versorgen oder sich zu organisieren.

### **Welchen Herausforderungen begegnen Menschen mit Autismus?**

Menschen mit Autismus berichten von Schwierigkeiten, sich an soziale Normen anzupassen, Situationen zu „lesen“ und unausgesprochene Verhaltensregeln zu erkennen. Manche haben das Bedürfnis, Gefühle und Emotionen vor anderen zu verbergen. Andere wiederum sind sehr kommunikativ, teilen aber häufiger Dinge mit, die unpassend oder zu direkt wirken. Viele wünschen sich einen guten Freundeskreis, finden die Pflege von Freundschaften aber schwierig. Auch das Berufsleben oder Freizeitaktivitäten mit anderen werden als herausfordernd wahrgenommen. Es kommt schneller zu Missverständnissen. Dies kann dazu führen, dass sie sich einsam und isoliert fühlen. Andere wiederum sind sehr gerne allein und brauchen wenig sozialen Kontakt. Viele fühlen sich unter anderen Menschen mit Autismus wohler.

Die Autismus-typischen Verhaltensweisen werden unterschiedlich erlebt. Stereotypes Verhalten kann zum Beispiel für manche belastend sein, für viele aber auch beruhigend – vor allem dann, wenn sie sich durch Reize und Anforder-

ungen überfordert fühlen. Sehr eingeschränkte Interessen können einerseits dazu führen, dass andere wichtige Dinge vernachlässigt werden – andererseits berichten viele, dass die intensive Beschäftigung mit einer Sache für sie sehr entspannend und befriedigend ist.

Auch wenn Menschen mit Autismus weniger kommunizieren: Sie haben ein ebenso reiches Innenleben wie andere Menschen auch. Sie teilen es nur nicht so mit, wie viele es gewohnt sind.

Wie es Menschen mit Autismus geht, hängt davon ab, wie sie ihr Leben gestalten können und wie gut sie von ihrem Umfeld unterstützt werden. Sie brauchen ein Lebensmodell, das zu ihren Bedürfnissen und denen ihrer Familie passt: So sind für Menschen mit Autismus Routinen und verlässliche Abläufe besonders wichtig. Denn es gibt ihnen Sicherheit und einen Rahmen, indem sie sich wohl fühlen.

Um mit Belastungen umzugehen und eine gute Lebensqualität zu haben, ist außerdem entscheidend, die Hilfen zu bekommen, die man braucht. Dafür sind beispielsweise Frühförderstellen, spezialisierte Praxen und Kliniken oder Autismus-Zentren gute Anlaufstellen. Sie unterstützen nicht nur die Menschen mit Autismus selbst, sondern begleiten auch Eltern und andere Familienangehörige. Elterninitiativen und Selbsthilfeverbände können ebenfalls eine Unterstützungsmöglichkeit sein.

## Wie wird Autismus festgestellt?



PantherMedia / CandyBox Images

**Autismus ist eine Entwicklungsstörung, die nur Fachleute durch eine gründliche Untersuchung feststellen können. Eine Diagnose kann bei einigen Kindern bereits im zweiten Lebensjahr gestellt werden, bei anderen ist dies erst später möglich. Das hängt unter anderem davon ab, wie deutlich die Auffälligkeiten sind und wie sich das Kind entwickelt.**

Wenn sich ein Kind ungewöhnlich entwickelt, kann das für die Eltern sehr beunruhigend sein. Ob es sich um Autismus handelt, kann erst nach einer gründlichen Untersuchung gesagt werden. Zwei Dinge möchte man vermeiden:

- dass eine Diagnose gestellt wird, obwohl kein Autismus vorliegt – denn Fehldiagnosen können unnötig verunsichern und falsche Behandlungen nach sich ziehen.
- dass Autismus übersehen oder sehr spät erkannt wird – denn eine frühzeitige Unterstützung ist sehr wichtig.

Zunächst äußern Ärztinnen und Ärzte bei bestimmten Auffälligkeiten einen „Verdacht auf Autismus“. Wenn die Auffälligkeiten nach einigen Monaten weiter bestehen, wird das Kind meist umfassend untersucht. Eine Frühförderung kann jedoch schon vorher beginnen, wenn eine Entwicklungsstörung der Sprache oder der Motorik vermutet wird.

Es ist möglich, dass sich ein Verdacht auf Autismus nicht bestätigt. Umso wichtiger ist es daher, alle notwendigen Untersuchungen abzuwarten.

### **Wohin wende ich mich, wenn mein Kind sich auffällig verhält?**

Bei Auffälligkeiten sollte zunächst die Kinder- und Jugendarztpraxis oder eine Hausarztpraxis aufgesucht werden. Dort finden erste Untersuchungen statt und das weitere Vorgehen kann besprochen werden. Manchmal reichen ein Gespräch mit der Ärztin oder dem Arzt oder einige Untersuchungen aus, um eine Erklärung oder Hilfe zu bekommen.

Auch bei einer der regelmäßigen U-Untersuchungen können Eltern berichten, wenn ihnen etwas Sorgen macht. Oder die Ärztin oder der Arzt stellt bei einer solchen Untersuchung Auffälligkeiten fest.

In der Kinder- oder Hausarztpraxis kann mit Fragebögen und Untersuchungen geprüft wer-

den, ob es Anzeichen für Autismus gibt. Damit kann aber noch keine Diagnose gestellt werden.

### Wer kann Autismus diagnostizieren?

Autismus diagnostizieren können nur:

- Fachärztinnen und Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie
- Fachärztinnen und Fachärzte für Psychiatrie und Psychotherapie
- Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen und -Psychotherapeuten
- psychologische Psychotherapeutinnen und -therapeuten
- speziell qualifizierte Fachärztinnen und Fachärzte für Kinder- und Jugendmedizin

Die Diagnostik ist in spezialisierten Praxen oder Kliniken sowie in Sozialpädiatrischen Zentren möglich. Wenn sie in psychotherapeutischen Einrichtungen erfolgt, müssen immer auch speziell qualifizierte Ärztinnen oder Ärzte eingebunden werden.

#### ⚠ Wichtig ist:

Auf keinen Fall sollte man eine Selbstdiagnose stellen. Selbsttests im Internet können eine Diagnose durch Fachleute nicht ersetzen, aber unnötig verunsichern.

### Wie wird Autismus bei Kindern festgestellt?

Die Diagnostik selbst ist sehr umfassend und braucht Zeit. Denn die Fachkräfte müssen genau hinschauen, um andere Ursachen für die Auffälligkeiten auszuschließen. Zu den Untersuchungen gehören:

- **Gespräche mit Kind und Eltern:** Diese dienen der ersten Einschätzung, welche Probleme bestehen und wie die Familiensituation ist.
- **Befragung anhand von Fragebögen:** Die Eltern werden ausführlich befragt, beispielsweise dazu, wie sich ihr Kind verhält, wie es kommuniziert und wie es sich entwickelt hat. Auch Betreuungspersonen aus dem Kindergarten oder der Schule können einbezogen werden. Es wird nach Risikofaktoren geschaut, zum Beispiel Komplikationen während der Schwangerschaft oder ob Verwandte Autismus haben.
- **Verhaltensbeobachtung:** Die Kinder werden beispielsweise dabei beobachtet, wie sie mit anderen Menschen umgehen und wie sie sich beim Spielen verhalten.
- **Entwicklungstests:** Dazu gehören vor allem ein Intelligenztest und die Beurteilung der Sprachentwicklung. Sind solche Tests nicht möglich – zum Beispiel, weil das Kind sehr eingeschränkt ist –, wird dies

## Mehr Wissen: Wie wird Autismus festgestellt?

durch Beobachtung eingeschätzt.

- **medizinische Untersuchung:** Dazu gehören zum Beispiel eine körperliche Untersuchung, Hör- und Sehtests sowie genetische Tests. Sie dienen dazu, andere Erkrankungen auszuschließen oder Begleiterkrankungen zu erkennen. Welche Untersuchungen sinnvoll sind, ist individuell unterschiedlich.

Bei den Untersuchungen wird vor allem darauf geachtet, wie das Kind mit anderen Menschen in Beziehung tritt, wie gut es spricht und ob es stereotype Verhaltensweisen zeigt.

Dokumente wie Kindergartenberichte, Schulzeugnisse und Arztbriefe können Hinweise darauf geben, wie sich das Kind entwickelt hat und ob andere Personen bereits Auffälligkeiten beobachtet haben.

### Wie werden Erwachsene untersucht?

Bei Erwachsenen ist die Diagnostik ähnlich umfangreich wie bei Kindern und Jugendlichen. Die Diagnose ist oft schwieriger zu stellen, da die Anzeichen meist unauffälliger sind als bei Kindern. Zudem können andere Erkrankungen ähnliche Symptome hervorrufen, wie zum Beispiel Persönlichkeits- oder Angststörungen.

Erwachsene, die bei sich Autismus vermuten, können sich für eine erste Untersuchung an ihre Hausarztpraxis wenden – oder direkt an

eine psychiatrische oder psychotherapeutische Praxis. Diese können bei Bedarf an Einrichtungen überweisen, die auf die Diagnostik von Autismus spezialisiert sind.

### Warum dauert es manchmal so lange bis zur Diagnose?

Dafür gibt es verschiedene Gründe:

- Termine in spezialisierten Einrichtungen zu bekommen, ist schwierig. Die Wartezeiten betragen teilweise mehr als ein Jahr.
- Es ist nicht immer klar, wer zuständig ist. Dann werden verschiedene Einrichtungen aufgesucht, um eine Erklärung für die Auffälligkeiten zu bekommen.
- Zunächst werden andere Diagnosen gestellt, die nicht passen – erst später stellt sich heraus, dass es eine Fehldiagnose war und Autismus dahintersteckt.
- Die gründliche Diagnose selbst braucht Zeit.
- Bei Menschen mit weniger auffälligen Merkmalen wird der Autismus oft sehr spät erkannt – manchmal erst im Erwachsenenalter. Dies betrifft Frauen häufiger.

Viele spät diagnostizierte Erwachsene spüren schon lange, dass bei ihnen etwas anders ist – haben aber noch keine Erklärung dafür gefunden. Vielleicht haben sie die Auffälligkeiten bewusst oder unbewusst überspielt, um zu



funktionieren und nicht aufzufallen. Dieses sogenannte Masking kann dazu beitragen, dass sie erst sehr spät den Schritt gehen, die Auffälligkeiten durch Fachleute abklären zu lassen. Das Masking kann auch dazu beitragen, dass die Diagnose schwieriger zu stellen ist.

### **Kann es auch Fehldiagnosen geben?**

Ja – deshalb sollten die Untersuchungen wissenschaftlichen Standards entsprechen. Bei einer sorgfältigen Diagnostik ist eine Fehldiagnose deutlich unwahrscheinlicher. Gründliche Untersuchungen finden vor allem in spezialisierten kinder- und jugendpsychiatrischen Praxen und Kliniken sowie Sozialpädiatrischen Zentren statt. Auch einige Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten sind auf die Autismus-Diagnostik spezialisiert.

Autismus-ähnliche Symptome können auch andere Ursachen haben. Viele Menschen verhalten sich manchmal auffällig, was unterschiedliche Gründe haben kann. Zudem ist herausforderndes Verhalten wie Wut manchmal eine Reaktion auf belastende Umstände – zum Beispiel eine Trennung oder Überforderung – und hat dann nichts mit einer Entwicklungsstörung zu tun. Außerdem ist es normal, dass sich Kinder gerade in der frühen Kindheit verschieden schnell entwickeln. Das kann es erschweren, zwischen ungewöhnlichem und normalem Verhalten zu unterscheiden.

Manchmal stecken hinter den auffälligen Verhaltensweisen auch andere Probleme: Zum Beispiel können umschriebene Entwicklungsstörungen dafür verantwortlich sein, dass ein Kind spät sprechen lernt. Oder traumatische Erlebnisse führen dazu, dass sich ein Kind stark zurückzieht und sehr schnell wütend reagiert. Auch übermäßiger Medienkonsum und soziale Isolation verstärken bei manchen Kindern Auffälligkeiten, die einem Autismus ähneln. Außerdem können bei psychischen Erkrankungen wie Zwangs-, Angst- oder Bindungsstörungen, Depressionen oder ADHS Autismus-ähnliche Symptome auftreten.

### **Warum werden mehr Autismus-Diagnosen gestellt als früher?**

In den letzten zwei Jahrzehnten hat die Zahl der Autismus-Diagnosen deutlich zugenommen. Vor allem bei Kindern, die nicht intellektuell beeinträchtigt sind – also am ehesten der früher verwendeten Einteilung „Asperger-Autismus“ entsprechen –, werden vermehrt Diagnosen gestellt.

Dafür gibt es verschiedene Erklärungen: So gibt es eine erhöhte Aufmerksamkeit für das Thema und mehr Menschen vermuten, dass ihr Kind oder sie selbst Autismus haben. Ärztinnen und Ärzte stellen die Diagnose inzwischen nach anderen Kriterien. Autismus wird heutzutage seltener übersehen als früher – zugleich könnte auch die Zahl der Fehldiagnosen gestiegen sein.

Ob Autismus häufiger vorkommt als früher, ist unklar.

### Was passiert nach der Diagnose?

Wenn Kinder oder Jugendliche die Diagnose „Autismus-Spektrum-Störung“ erhalten, wird geschaut, welche Form der Unterstützung sie brauchen. Das kann eine Autismus-spezifische Verhaltenstherapie sein, eine spezielle Förderung in der Kita oder Schule, Sprachförderung oder Entlastung im Familienalltag. Gemeinsam mit den Therapeutinnen und Therapeuten wird ein Behandlungsplan erstellt. Auch die Eltern werden unterstützt und beraten. Für sie ist es wichtig zu wissen, an welche Anlaufstellen sie sich wenden können.

Für Erwachsene geht es meist zunächst darum, mit der Diagnose umzugehen und zu verstehen, was sie für das eigene Leben bedeutet. Auch für sie gibt es verschiedene Unterstützungsmöglichkeiten zu Hause und am Arbeitsplatz. Außerdem lassen sich bestimmte Probleme psychotherapeutisch behandeln – zum Beispiel die Schwierigkeit, Bedürfnisse und Emotionen anderer Menschen zu verstehen.

### Wie wird Autismus behandelt?



*PantherMedia / Monkeybusiness Images*

**Eine Behandlung soll Menschen mit Autismus unter anderem dabei unterstützen, besser mit anderen zu kommunizieren und Anforderungen im Alltag zu bewältigen. Außerdem soll sie die eigenen Stärken fördern und helfen, den Autismus als Teil der Identität zu akzeptieren. Auch die Familie wird unterstützt.**

Wie Autismus behandelt wird, hängt vom Alter ab und davon, welche Schwierigkeiten im Mittelpunkt stehen. Idealerweise sollte die Förderung im Alter von 2 bis 3 Jahren beginnen, um möglichst frühzeitig zu helfen. Bis zum Schulbeginn wird eine Frühförderung angeboten. Auch für Jugendliche und Erwachsene gibt es Behandlungsmöglichkeiten.

Verschiedene Fachkräfte sind an der Behandlung beteiligt, unter anderem aus der Medizin, Psychotherapie, Pädagogik, Logopädie und Ergotherapie.

## Mehr Wissen: Wie wird behandelt?

Welche Behandlungsmethoden infrage kommen, hängt von der individuellen Situation ab. Am häufigsten sind Verhaltenstherapie, Elterntraining, Logopädie, alltagspraktische Anleitung und die medikamentöse Behandlung.

### Was soll die Behandlung erreichen?

Allgemein soll eine Behandlung

- die Lebensqualität verbessern,
- die gesellschaftliche Teilhabe fördern sowie
- die Selbstständigkeit und Unabhängigkeit von Menschen mit Autismus fördern.

Die konkreten Ziele sind individuell und hängen unter anderem vom Alter, der Ausprägung des Autismus und den Lebensumständen ab. Eine wichtige Rolle spielt auch, in welchen Bereichen ein Leidensdruck besteht. Zu den Zielen können beispielsweise gehören:

- die Aufmerksamkeit zu verbessern und geteilte Aufmerksamkeit zu lernen – also die Fähigkeit, gemeinsam mit anderen Menschen die Aufmerksamkeit auf bestimmte Dinge zu lenken
- soziale Kompetenzen zu steigern
- Emotionen und Bedürfnisse anderer Menschen besser zu verstehen
- sprachliche Fähigkeiten zu verbessern
- stereotypes Verhalten abzubauen
- besser mit anderen Menschen um-

gehen zu können – zum Beispiel zu lernen, auf andere zuzugehen und mit ihnen zu reden oder zu spielen

- die Einbindung in Schule und Beruf zu stärken
- Interessen zu erweitern
- herausforderndes Verhalten wie Aggressionen zu reduzieren
- Überforderungen und sogenannte Meltdowns zu vermeiden
- Reize besser zu bewältigen
- alltagspraktische Fertigkeiten zu verbessern – wie Körperpflege, Anziehen, Kochen und Einkaufen
- Bewegung und Koordination zu verbessern
- Fein- und Grobmotorik zu verbessern
- Ängste zu verringern
- Begleiterkrankungen zu lindern

Wichtig ist, gemeinsam mit den Behandelnden realistische sowie bedürfnisgerechte Therapieziele zu vereinbaren – und regelmäßig zu überprüfen, ob diese erreicht werden. Die jeweiligen Therapieziele beeinflussen auch, welche Behandlungen sinnvoll sind.

### Gut zu wissen:

Ein weiteres Ziel ist, Eltern und andere Angehörige zu unterstützen, damit sie ihr Kind selbst fördern und mit Schwierigkeiten im Alltag umgehen können.

### Wie wird die Therapie ausgewählt?

Entscheidend sind

- das Alter,
- welche Einschränkungen bestehen und am meisten belasten,
- wie sie sich auf die Familie auswirken,
- wo im Alltag Unterstützung gebraucht wird,
- welche Bedürfnisse und Interessen die Person mit Autismus hat und
- ob Begleiterkrankungen vorliegen.

Je nach Entwicklungsstand und Intelligenz kommen unterschiedliche Behandlungen infrage.

Bei der Entscheidung für eine Therapie kommt es darauf an, wie die Person mit Autismus oder die Angehörigen ihre Situation bewerten und was erreicht werden soll. Denn für Menschen mit Autismus spielt nicht nur eine Rolle, dass sich die typischen Merkmale verbessern. Für manche ist es zum Beispiel wichtiger, sich sozial integriert zu fühlen, ihr „Anderssein“ akzeptieren zu lernen und nicht als Stigma zu empfinden. Oder dass sie einen Beruf ausüben können, der ihnen Spaß macht. Welche Themen im Vordergrund stehen, hängt zudem stark vom Alter ab.

Autismus-typische Merkmale sind nicht grundsätzlich mit einem Leidensdruck verbunden und behandlungsbedürftig. Ein Beispiel: Sehr einseitige Interessen können manchen Men-

schen mit Autismus Probleme bereiten, etwa weil sie deshalb andere Fähigkeiten nicht weiterentwickeln. Für andere hingegen können spezielle Interessen und damit verbundene Rituale Sicherheit und Routine bedeuten.

### Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?

Zu den empfohlenen Behandlungen gehören:

- **Autismus-spezifische Verhaltenstherapie:** Dies ist ein psychotherapeutisches Verfahren. Durch verschiedene Übungen und Techniken lassen sich bestimmte Fähigkeiten aufbauen – zum Beispiel, die Signale anderer Menschen besser zu deuten und darauf zu reagieren. Diese Therapie ist ein wesentlicher Bestandteil der Behandlung.
- **soziales Kompetenztraining:** Diese Gruppentherapie soll die Fähigkeiten im Umgang mit anderen Menschen stärken. Sie ist eine Unterform der Verhaltenstherapie.
- **Eltertraining:** Es gibt verschiedene Formen des Eltertrainings. Die Eltern bekommen beispielsweise allgemeine Informationen zu Autismus und lernen, wie sie ihr Kind fördern können. Gängig sind auch Trainings, die Eltern dabei anleiten, mit ihrem Kind zu interagieren und mit schwierigen Situationen umzugehen.
- **Logopädie:** Sie kommt infrage, wenn die Sprachentwicklung beeinträchtigt ist.

- **Ergotherapie:** Sie kann alltagspraktische Fähigkeiten stärken und helfen, selbstständiger zu werden.
- **Psychoedukation:** Hier geht es darum, über Autismus aufzuklären und dabei zu helfen, gut damit umzugehen. Dies ist besonders für Jugendliche und junge Erwachsene wichtig. Psychoedukation wird auch im Rahmen von Elterntrainings angeboten.
- **Medikamente:** Sie kommen nur bei bestimmten Beschwerden wie aggressivem und sehr stereotypem Verhalten in Frage – und bei Begleiterkrankungen wie ADHS und Angststörungen.

### Was ist Frühförderung?

Die Autismus-spezifische Frühförderung richtet sich an Kinder bis zum Schuleintritt im Alter zwischen 0 und 6 Jahren. Eine gezielte Frühförderung kann die Entwicklung des Kindes positiv beeinflussen. Sie kann direkt in speziellen Frühförderstellen (Frühförderzentren), Autismuszentren oder Praxen stattfinden, aber auch zu Hause oder in der Kita. Sowohl die Eltern als auch das Kitapersonal werden eng in die Frühförderung einbezogen.

Ein wichtiges Element ist die Autismus-spezifische Verhaltenstherapie. Unter anderem wird dabei gefördert:

- mit anderen Personen zu spielen
- mit den Eltern und anderen Menschen zu interagieren
- die geteilte Aufmerksamkeit
- die Sprachentwicklung (Imitation, Symbolverständnis, Sprachfertigkeiten)
- die alltagspraktischen Fähigkeiten

Die konkreten Maßnahmen werden dem Entwicklungsniveau des Kindes angepasst. Kinder ab etwa vier Jahren können auch in einer Kleingruppe gefördert werden.

### Was beinhaltet eine Verhaltenstherapie?

In der Autismus-spezifischen Verhaltenstherapie geht es darum, bestimmte Fähigkeiten zu erlernen oder zu fördern. Dazu gehört bei Menschen mit Autismus zum Beispiel, sie zu unterstützen, mit anderen Menschen zu interagieren. Die Verhaltenstherapie kann auch helfen, mit Herausforderungen und Belastungen sowie Ängsten und Stress umzugehen. Zusätzlich können Begleiterkrankungen behandelt werden, wie Angststörungen oder Depressionen.

Kindern und Jugendlichen werden die Inhalte häufig in spielerischen und alltagsnahen Übungen vermittelt, damit sie das Gelernte auch umsetzen können. Vieles muss über einen längeren Zeitraum sehr intensiv und in kleinen Schritten geübt werden – auch weil es ihnen schwerfällt, das Gelernte auf andere

Situationen zu übertragen. Es ist außerdem wichtig, dass die Übungen häufig wiederholt werden.

Zur Verhaltenstherapie gehört es auch, Eltern beim Umgang mit ihrem Kind anzuleiten und zu unterstützen. Die Verhaltenstherapie kann als Einzel- oder Gruppentherapie stattfinden. Dies hängt unter anderem vom Alter des Kindes ab.

### Welche Begleitbeschwerden werden behandelt?

Autismus kann mit anderen Erkrankungen und Beschwerden einhergehen, die sehr belastend sein können. Manchmal wiegen sie schwerer als die Merkmale des Autismus, sowohl für die Menschen selbst als auch für das Umfeld.

Behandeln lassen sich:

- **Schlafstörungen:** Mit den Therapeutinnen und Therapeuten lässt sich besprechen, welche Techniken der Schlafhygiene sinnvoll sind. Das können beispielsweise feste Zeiten zum Schlafengehen und Einschlafrituale, körperliche Aktivitäten tagsüber oder eine Anpassung der Schlafumgebung sein. Reicht dies nicht aus, können Ärztinnen und Ärzte Medikamente mit dem Wirkstoff Melatonin verschreiben. Melatonin ist ein Hormon, das den Schlaf-Wach-Rhythmus reguliert.
- **Esstörungen:** Unter verhaltenstherapeutischer Anleitung kann geübt werden, Nahrungsmittel zu essen, die bislang verweigert wurden. Entscheidend ist, bei Kindern die Eltern einzubinden.
- **Ausscheidungsstörungen:** Viele Kinder mit Autismus nässen ein und haben Schwierigkeiten, alleine zur Toilette zu gehen. Ein Toilettentraining etwa ab dem Alter von fünf Jahren kann helfen. Es findet am besten im Rahmen der Autismus-spezifischen Frühförderung statt.
- **Angst- und Zwangsstörungen:** Hier kann im Rahmen einer Verhaltenstherapie geübt werden, sich belastenden Situationen Schritt für Schritt zu stellen und mit ihnen umzugehen. Zusätzlich können Medikamente infrage kommen.
- **Depressionen:** Elemente wie Bewegung, positive Aktivitäten, Umgang mit Stress und die Förderung von Sozialkontakten sind wichtig. Bei Bedarf kommen auch eine Psychotherapie oder Medikamente infrage.
- **Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung (ADHS):** Sie kann vor allem mit Medikamenten behandelt werden.
- **(auto-)aggressives Verhalten:** Hier können Elterntrainings, verhaltenstherapeutische Maßnahmen, Routinen im Alltag und klare Regeln helfen. Zusätzlich kommen bestimmte Antipsychotika infrage.

**pathologischer Medienkonsum:** Das bedeutet, dass jemand beispielsweise exzessiv Computer spielt und dafür Schule und Sozialkontakte vernachlässigt. Dann sollte der Zugang zu Medien klar geregelt und beschränkt werden. Bei Bedarf ist eine verhaltenstherapeutische Unterstützung der ganzen Familie möglich.

- **Epilepsie:** Viele Menschen mit Epilepsie nehmen dauerhaft Medikamente ein – sogenannte Antiepileptika –, um Anfällen vorzubeugen.

### Wie werden Eltern und andere Bezugspersonen einbezogen?

Bei Kindern und Jugendlichen werden die Eltern über jede Behandlung informiert und müssen ihr Einverständnis geben. Fachpersonal und Eltern besprechen regelmäßig, wie sich das Kind entwickelt, und überlegen gemeinsam, welche Behandlung nun sinnvoll ist.

Die Eltern werden außerdem angeleitet, ihr Kind selbst zu fördern. Dafür lernen sie von den Fachkräften oder in speziellen Schulungen (Psychoedukation) Übungen und verhaltenstherapeutische Techniken, die sie im Alltag anwenden können. Die Eltern erhalten dazu regelmäßige Feedback und können Probleme jederzeit ansprechen. Entscheidend ist, dass Kinder das Gelernte immer wieder in möglichst vielen Alltagssituationen üben – auch in der Kita oder Schule. Auch Geschwister können eingebunden werden.

Die Eltern lernen, nicht nur auf die Probleme ihres Kindes zu reagieren, sondern auch auf seine Stärken und positiven Eigenschaften. So gelingt es mit der Zeit, die Bedürfnisse des Kindes besser wahrzunehmen und es zu fördern. Die Eltern erleben, dass sie selbst etwas bewirken und die Entwicklung des Kindes positiv beeinflussen können.

Aber auch das Personal in Kindergarten und Schule sollte mit dem Thema Autismus vertraut sein und das Kind entsprechend den Therapiezielen unterstützen. Bei Bedarf können Gespräche mit den Therapeutinnen und Therapeuten sinnvoll sein.

### Was beinhaltet Psychoedukation?

Sie ist besonders wichtig für Jugendliche und Erwachsene. Psychoedukation ist, vereinfacht gesagt, eine Schulung über Autismus. Sie beinhaltet:

- **Informationen über Autismus:** Was ist Autismus? Welche Formen gibt es? Welche Auswirkungen hat er auf das Leben?
- **Autismus verstehen lernen:** Was bedeutet Autismus für mich? Warum habe ich bestimmte Verhaltensweisen, Gefühle und Bedürfnisse? Welche meiner Eigenschaften haben nichts oder nur wenig mit meinem Autismus zu tun?
- **mit Autismus umgehen lernen:** Wie kann ich mit meinen Besonderheiten umgehen?

Was sind meine Stärken? Wo bin ich beeinträchtigt? Wie kann ich mein Leben organisieren? Wie gehe ich mit Problemen in der Schule oder am Arbeitsplatz um?

Es gibt auch Elterntrainings zur Psychoedukation. Sie sind vor allem für Eltern sinnvoll, deren Kind kürzlich eine Diagnose erhalten hat.

### Wo findet die Behandlung statt?

Sie kann in spezialisierten Einrichtungen wie Autismus-Zentren oder Sozialpädiatrischen Zentren stattfinden – bei kleinen Kindern auch in Frühförderzentren. Ab dem Schulalter wird die Therapie häufig auch in spezialisierten Praxen und Ambulanzen für Psychiatrie und Psychotherapie durchgeführt. Logopädie oder Ergotherapie werden auch in spezialisierten Praxen angeboten. Manchmal kann die Therapie auch zu Hause stattfinden.

Bei großen Problemen ist eine Behandlung auch in einer Tagesklinik oder stationär möglich. Kliniken für (Kinder- und Jugend-)Psychiatrie und Psychotherapie helfen besonders dann, wenn Begleiterkrankungen sehr ausgeprägt sind.

Das Therapieangebot kann sich von Region zu Region stark unterscheiden. Es gibt zum Teil unterschiedliche Anbieter und nicht überall ausreichend Therapiemöglichkeiten. Deshalb ist es wichtig, sich vor Ort zu informieren, welche Anlaufstellen es gibt – zum Beispiel in einer

Kinder- oder Hausarztpraxis, beim Sozialamt oder bei Frühförderstellen.

### Ist Einzel- oder Gruppentherapie sinnvoller?

Bei jüngeren Kindern findet die Behandlung normalerweise in Einzelsitzungen statt. Auch die Eltern werden stark miteinbezogen. Wenn sich die Fähigkeiten des Kindes verbessern, können an den Sitzungen aber auch 1 oder 2 weitere Kinder mit Autismus teilnehmen. So lässt sich der Umgang miteinander fördern.

Bei älteren Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit normaler Intelligenz kommt auch eine mehrmonatige Gruppentherapie infrage (soziales Kompetenztraining). Sie soll das soziale Miteinander, die Selbstständigkeit und den Umgang mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen verbessern. Außerdem sollen die Jugendlichen bei der Identitätsfindung unterstützt werden. Dazu kann gehören, sich mit der Diagnose „Autismus“ und ihrer Bedeutung für das eigene Leben auseinanderzusetzen. Viele erleben diese Gruppentreffen als sehr positiv und machen zum ersten Mal die Erfahrung, sich in einer Gruppe wohl zu fühlen. Gerade in der Pubertät wächst auch bei Jugendlichen mit Autismus das Bedürfnis, dazuzugehören und sich mit Gleichaltrigen – mit oder ohne Autismus – auszutauschen.



### Von welchen Behandlungen wird abgeraten?

Von einigen Verfahren raten Fachleute ab. Der Grund: Sie werden bei Autismus als nutzlos oder sogar schädlich beurteilt. Dazu zählen:

- Ausleitetherapie / Chelat-Therapie
- Darmreinigungstherapie
- Chlorbleiche (Chlordioxid-Lösung) / Miracle Mineral Supplement (MMS)
- Diäten und Nahrungsergänzungsmittel (außer es gibt einen medizinischen Grund)
- Hormontherapie
- Eigenbluttherapie
- Elektrokrampftherapie
- Stammzellentherapie
- Stuhltransplantation
- Festhaltetherapie
- Packing / Ice-Packing
- Irlen-Gläser
- Doman-Delacato-Therapie

Auch von der gestützten Kommunikation wird abgeraten. Dabei wird das Kind an der Hand oder dem Arm gestützt, während es beispielsweise eine Tastatur bedient oder auf Buchstaben zeigt. Dies ist etwas anderes als die unterstützte Kommunikation, die bei Autismus hilfreich sein kann. Bei der unterstützten Kommunikation wird die Kommunikation gefördert, indem das Kind lernt, Hilfsmittel (wie Computer) zu nutzen, oder Gesten und Gebärden einübt.

### **i** Gut zu wissen:

Besonders vorsichtig sollte man bei Behandlungen sein, die viel Geld kosten und eine Heilung versprechen – solche Angebote sind unseriös.

### Welche Rolle spielen Medikamente?

Autismus selbst kann nicht mit Medikamenten behandelt werden.

Einige Symptome lassen sich jedoch medikamentös lindern. Zum Beispiel kommen Antipsychotika (Neuroleptika) infrage, wenn stereotype Verhaltensweisen sehr belasten und eine Psychotherapie oder andere Maßnahmen nicht ausreichend helfen. Antipsychotika hemmen die Aktivität bestimmter Nervenzellen im Gehirn und wirken beruhigend, weshalb sie auch Selbst- und Fremdaggressionen lindern können. Allerdings können sie auch unerwünschte Wirkungen haben, wie Müdigkeit, Bewegungsstörungen und eine Gewichtszunahme. Deshalb sollte regelmäßig überprüft werden, ob die Medikamente wie gewünscht wirken und welche Nebenwirkungen sie haben.

Auch bei manchen Begleiterkrankungen kommen Medikamente infrage – zum Beispiel bei Depressionen, ADHS oder Epilepsie.

## Menschen mit Autismus unterstützen



PantherMedia / SeventyFour

**Menschen im Autismus-Spektrum haben besondere Bedürfnisse: Sie kommunizieren zum Beispiel anders oder brauchen vielleicht mehr Rückzugsmöglichkeiten. Die Menschen in ihrem Umfeld können sich darauf einstellen und sie so im Alltag unterstützen.**

Für Menschen mit Autismus ist besonders wichtig, dass

- andere auf ihre Art zu kommunizieren Rücksicht nehmen und ihnen helfen, sich auszudrücken,
- ihnen eine strukturierte Umgebung Routine und Sicherheit gibt,
- ihre Wünsche nach Rückzug und Distanz respektiert und erfüllt werden,
- überfordernde Reize vermieden werden,
- ihre Stärken und Interessen erkannt und gefördert werden und
- andere ihnen helfen, wenn sie Unterstützung brauchen – sie aber so selbstständig wie möglich sein können.

Je nach Alter und Entwicklungsstand stellen sich andere Fragen im Umgang mit Autismus. Auch das Umfeld bietet unterschiedliche Herausforderungen – wie das Elternhaus, die Kita, die Schule, Freizeitaktivitäten oder das Berufsleben.

Besonders wichtig ist die Begleitung in Übergangsphasen – zum Beispiel in die Schule, von der Grundschule in die weiterführende Schule und dann weiter ins Berufsleben. Hier benötigen Menschen mit Autismus oft viel Unterstützung.

### Was hilft in der Kita?

Erzieherinnen und Erzieher können die Frühförderung eines Kindes mit Autismus unterstützen und sich auf seine Besonderheiten einstellen. Dazu gehört zum Beispiel:

- Situationen zu erkennen und zu vermeiden, die das Kind überfordern oder zu sehr reizen.
- klar und einfach zu formulieren, was das Kind tun soll – zum Beispiel beim Spielen und Basteln kleinschrittige und genaue Handlungsanweisungen zu geben.
- Kommunikation durch visuelle Hilfen zu unterstützen (zum Beispiel Bilder und Tafeln).
- Rückzugsmöglichkeiten in eine reizarme Umgebung zu schaffen.

Wichtig sind der Austausch mit der Einrichtung, die eine Autismus-Frühförderung anbietet, sowie regelmäßige Gespräche mit den Eltern.

### Was ist in der Schule zu beachten?

Kinder mit starken Einschränkungen können spezielle Schulformen besuchen, wie integrative Schulen und Förderschulen. Viele Kinder mit Autismus gehen auf Regelschulen. Dort benötigen sie bestimmte Rahmenbedingungen und Strukturen. Wie gut diese vor Ort sind, ist sehr unterschiedlich.

Diese Hilfen gibt es:

- **Unterstützung durch eine Schulbegleitung:** Eine Person hilft der Schülerin oder dem Schüler zum Beispiel im Unterricht, beim Lernen, in den Pausen oder auf dem Schulweg. Eine Schulbegleitung wird beim Jugend- oder Sozialamt beantragt, das dann auch die Kosten übernimmt.
- **Nachteilsausgleich:** Hier wird schriftlich festgehalten, welche Unterstützung die Schülerin oder der Schüler im Schulalltag braucht. Der Nachteilsausgleich wird bei der Schule beantragt. Was genau er beinhaltet, stimmt die Schule mit den Eltern und dem Kind ab.

Der Nachteilsausgleich kann unter anderem umfassen:

- reizarme Lernumgebung (zum Beispiel durch Gehörschutz)
- Rückzugsmöglichkeiten (zum Beispiel die Pause im Klassenraum oder in der Bibliothek verbringen zu dürfen)
- längere Bearbeitungszeit für Hausaufgaben und Prüfungen
- verständliche Arbeitsanweisungen und Arbeitsaufträge
- klare Absprachen und vorhersehbare Abläufe
- feste Ansprechpersonen
- spezielle Unterrichtsinhalte (zum Beispiel Kommunikation, Umgang mit Veränderungen)

Bei Bedarf können zur Festlegung des Nachteilsausgleichs auch Fachleute für Autismus hinzugezogen werden – am besten diejenigen, die das Kind behandeln. Zudem gibt es in den Schulämtern vieler Bundesländer spezielle Beratungslehrerinnen und -lehrer, die die Schule anfordern kann. Diese kommen dann direkt in den Unterricht, um die Lehrerinnen und Lehrer zu einem Kind zu beraten.

### Wer hilft bei der Berufswahl und im Berufsleben?

Etwa die Hälfte der Erwachsenen mit Autismus ist berufstätig – teils in regulären Berufen,

teils in speziellen Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen. Einige studieren und üben hochqualifizierte Berufe aus.

Es gibt folgende Hilfsangebote, um in der Arbeitswelt zurechtzukommen:

- **Berufsberatung:** Diese gibt es kostenlos bei der Agentur für Arbeit. Darüber hinaus bieten verschiedene Personen und Institutionen Berufsberatung und Coaching an – dann aber meist kostenpflichtig.
- **Berufsbildungswerk:** Hier können Menschen mit einer Beeinträchtigung eine Ausbildung machen, die sie für den regulären Arbeitsmarkt qualifiziert.
- **Berufsförderungswerk:** Hier können Menschen mit einer Beeinträchtigung eine Fortbildung oder Umschulung machen.
- **Integrationsfachdienste:** Das sind Beratungsstellen, die Menschen mit einer Beeinträchtigung helfen, einen Beruf zu erlernen und zu finden. Sie unterstützen auch Menschen, die bereits im Berufsleben stehen – zum Beispiel dabei, am Arbeitsplatz ihre Tätigkeiten zu organisieren und Kolleginnen und Kollegen über Autismus zu informieren. Integrationsfachdienste unterstützen zudem in Krisen und leisten psychosoziale Unterstützung.
- **Nachteilsausgleiche (Gleichstellungsantrag):** Menschen mit einer an-

erkannten Schwerbehinderung haben Anspruch auf bestimmte Hilfen bei der Arbeit. Dazu gehören zum Beispiel die Freistellung von Überstunden, Zusatzurlaub, das Recht auf Teilzeitarbeit oder steuerliche Vergünstigungen.

- **Jobcoaching:** Eine Fachkraft begleitet Menschen mit Autismus über einige Wochen oder Monate bei der Arbeit und unterstützt sie. Sie gibt beispielsweise Tipps, wie berufliche Anforderungen bewältigt werden können, und hilft dabei, Probleme mit dem Job zu lösen. Ein Jobcoaching wird meist von den Integrationsämtern bezahlt.

Die Schwerbehindertenvertretung ist eine weitere Anlaufstelle in vielen Unternehmen. Sie vertritt die Rechte von Menschen mit einer Schwerbehinderung im Arbeitsleben.

Unterstützung und Beratung bietet zudem die Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB). Auch Selbsthilfegruppen und Regionalverbände können unterstützen.

Hilfsmittel zur Teilhabe am Arbeitsleben (zum Beispiel Kommunikationshilfen) bezahlen unter anderem die gesetzliche Rentenversicherung und die Agentur für Arbeit. Integrationsämter fördern begleitende Hilfen wie Jobcoachings und beraten zu verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten.

### Wie kann ich Menschen mit Autismus im Beruf unterstützen?

Wie gut Menschen mit Autismus im Arbeitsleben zurecht kommen, hängt auch davon ab, wie gut ihr Arbeitgeber und ihre Kolleginnen und Kollegen sie unterstützen. Diese Maßnahmen werden empfohlen:

- ein übersichtlicher, gut strukturierter Arbeitsplatz
- Arbeitsabläufe gemeinsam planen und umsetzen
- Routinen etablieren und Arbeitsabläufe wiederholen
- Abweichungen von Routinen rechtzeitig ankündigen
- feste Ansprechpersonen und Betreuung durch erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter
- klare, möglichst eindeutige Kommunikation
- Kommunikationshilfen bereitstellen (wie Tafeln, Bildkarten oder Computeranwendungen)
- flexible Arbeitszeitmodelle
- Telearbeit ermöglichen
- eine Umgebung ohne belastende Reize schaffen, wie störende Geräusche oder viele Menschen auf engem Raum
- Hilfsmittel zur Reizreduktion bereitstellen (wie Kopfhörer, Sichtschutz, Schallschutz)
- Rückzugsmöglichkeiten erlauben (wie ein ruhiger Raum oder ein Einzelbüro)

Neben der alltäglichen Arbeit können auch soziale Veranstaltungen wie Betriebsausflüge oder Feiern herausfordernd für Menschen mit Autismus sein. Manche nehmen gerne daran teil, andere nicht. Die Teilnahme sollte daher immer freiwillig sein.

Ob es sinnvoll ist, am Arbeitsplatz über den Autismus zu sprechen, muss jeder Mensch mit Autismus für sich entscheiden. Die Erfahrung zeigt aber, dass es meist den Arbeitsalltag erleichtert, offen damit umzugehen. Die meisten Menschen haben Verständnis und sind bereit, sich darauf einzustellen.

### Welche Berufe kommen für Menschen mit Autismus infrage?

Das ist sehr unterschiedlich. Manche Menschen sind durch den Autismus und Begleiterkrankungen so eingeschränkt, dass sie keinen Beruf ausüben können. Andere arbeiten bei speziellen Arbeitgebern für Menschen mit Behinderung, wie Inklusionsfirmen und Werkstätten für behinderte Menschen (WfbM). Wieder andere arbeiten in regulären Berufen.

Menschen mit Autismus bevorzugen oft eher technische und naturwissenschaftliche Berufe, aber längst nicht immer. Einige arbeiten auch in helfenden oder kommunikativen Berufen. Welche Jobs Menschen mit Autismus ergreifen können, hängt letzten Endes von ihren persönlichen Fähigkeiten, Stärken und Interesse ab –

wie bei allen anderen Menschen auch.

### Wie gehe ich im Alltag mit Menschen mit Autismus um?

Es gibt einige Regeln, die dabei helfen. Natürlich kommt es auch darauf an, in welcher Beziehung man zueinander steht. Wichtig ist,

- freundlich und klar zu kommunizieren – möglichst frei von Mehrdeutigkeiten und Ironie.
- verbindliche Absprachen zu treffen, die Sicherheit und Struktur geben.
- Rückzugswünsche zu respektieren und Möglichkeiten dafür zu schaffen.
- Stärken, Wünsche und Bedürfnisse zu erfragen oder herauszufinden.
- offen zu sein und das Gegenüber sozial einzubinden – aber ohne Zwang. Denn manche Menschen mit Autismus sind sehr gesellig, andere lieber allein.
- Körperkontakt vorher anzukündigen oder zu fragen, ob dieser gewünscht ist. Denn überraschender Körperkontakt ist vielen unangenehm.
- zu schauen, was die Person stresst, und dies zu vermeiden.

Menschen mit Autismus zeigen oft nicht nach außen, wenn sie überfordert sind. Unwohlsein ist bei ihnen daher weniger offensichtlich, kann aber sehr plötzlich und umso heftiger auftreten.

Um ihren Alltag zu bewältigen, müssen Menschen im Autismus-Spektrum viel kognitive Leistung aufbringen: Was anderen intuitiv klar ist, müssen sie oft logisch entschlüsseln. Das ist geistig anstrengend. Deshalb brauchen sie mehr Erholung von sozialen Situationen als Menschen ohne Autismus.

#### ⓘ Wichtig ist,

Menschen nicht auf ihren Autismus zu reduzieren, sondern offen dafür zu sein, ihre Persönlichkeit in allen Facetten kennenzulernen.

## Wo finde ich Hilfe, wenn mein Kind Autismus hat?



PantherMedia / didesign

**Wenn bei einem Kind Autismus festgestellt wird, haben die Eltern oft viele Fragen. Zum Beispiel: Welche Behandlungen und Hilfen im Alltag gibt es? An wen kann man sich wenden? Und wer trägt die Kosten?**

Bei den verschiedenen Anlaufstellen und Hilfen den Überblick zu behalten, ist nicht immer leicht. Das Versorgungsangebot kann sich je nach Region unterscheiden. Ähnliche Anlaufstellen heißen zum Teil auch unterschiedlich. Welche Stelle die richtige ist, hängt unter anderem davon ab,

- wie alt das Kind ist,
- welche Einschränkungen und weiteren Erkrankungen es hat und
- in welchen Bereichen das Kind und seine Familie Unterstützung benötigen.

Bei der Suche nach den passenden Stellen in der eigenen Region kann man sich beispielsweise

in der Kinderarztpraxis, einer Frühförderstelle oder beim Sozialamt beraten lassen. Beim Sozialamt oder Jugendamt wird außerdem die sogenannte Eingliederungshilfe beantragt. Diese Sozialleistung bezahlt die meisten Behandlungen und Unterstützungsangebote.

Dieser Text gibt einen Überblick über verschiedene Anlaufstellen. In der Broschüre „Wer hilft bei Autismus?“ sind diese ausführlicher beschrieben.

[www.gesundheitsinformation.de/broschuere-wer-hilft-bei-autismus](http://www.gesundheitsinformation.de/broschuere-wer-hilft-bei-autismus)

### Was sind erste Anlaufstellen?

**Die Kinder- und Jugendarztpraxis** ist meist die erste Anlaufstelle für Eltern und ihre Kinder. Die Ärztin oder der Arzt untersucht regelmäßig, wie sich das Kind entwickelt und ob es noch andere gesundheitliche Probleme hat. Sie oder er kann auch an weitere Fachleute überweisen, etwa wenn ein Kind eine besondere Untersuchung braucht.

**Die Hausarztpraxis** ist meist die erste Anlaufstelle für Erwachsene – in einigen Regionen und je nach Alter aber auch für Kinder und Jugendliche. Wenn nötig, überweist die Hausärztin oder der Hausarzt zu anderen Fachleuten.

Es ist auch möglich, sich direkt an **psychotherapeutische oder psychiatrische Einrichtungen** für Kinder und Jugendliche zu wenden.

## Wer ist an der Behandlung beteiligt?

**Fachärztinnen und -ärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie** können Autismus bei Kindern und Jugendlichen diagnostizieren und behandeln. Sie haben entweder eine eigene Praxis oder arbeiten in Kliniken, psychiatrischen Institutsambulanzen oder Sozialpädiatrischen Zentren. Sie können psychotherapeutisch behandeln und Medikamente verschreiben.

**Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten** diagnostizieren und behandeln vor allem Begleiterkrankungen, die Kinder und Jugendliche mit Autismus haben. Das können etwa Essstörungen, Angststörungen oder eine Depression sein. Manche Praxen für Psychotherapie bieten auch die Behandlung von Autismus an.

**Frühförderstellen (Frühförderzentren)** unterstützen Kinder mit Autismus und ihre Eltern bis zum Schuleintritt. Hier arbeiten Fachkräfte aus der Ergotherapie, Logopädie, Physiotherapie, Bewegungstherapie, Psychologie und Heilpädagogik zusammen. Sie fördern die Entwicklung des Kindes und helfen den Eltern, mit den Herausforderungen umzugehen.

In **Autismus-Zentren** werden Menschen mit Autismus behandelt, unterstützt und begleitet. Dort arbeiten beispielsweise Fachleute aus Psychotherapie, Heilpädagogik und Ergotherapie.

Je nach Ort heißen sie auch Autismus-Therapiezentrum oder Autismus-Ambulanz.

In **Sozialpädiatrischen Zentren (SPZ)** wird Kindern und Jugendlichen geholfen, mit ihrer Erkrankung oder Behinderung zurechtzukommen. Hier kann auch Autismus diagnostiziert werden. Im SPZ arbeiten zum Beispiel Fachleute für Kinder- und Jugendmedizin, Psychotherapie, Ergotherapie und Physiotherapie. Manche SPZ bieten eine Autismus-Behandlung an, andere nicht.

Die **Logopädie** behandelt Sprachprobleme. Das Ziel kann zum Beispiel sein, sprechen zu lernen oder deutlicher zu sprechen. Das Kind kann auch üben, andere im Gespräch anzuschauen und zu erkennen, was bestimmte Gesichtsausdrücke bedeuten.

Die **Ergotherapie** soll helfen, Reize besser zu verarbeiten, Aufgaben zu erledigen und selbstständiger zu werden. Dazu gehört zum Beispiel, Alltagstätigkeiten zu üben – wie Anziehen oder Essen zubereiten. Auch die Wahrnehmung, Konzentration und das Gedächtnis werden trainiert.

## Wo beantrage ich Leistungen?

Beim **Jugend- oder Sozialamt** wird die sogenannte Eingliederungshilfe beantragt. Sie soll dazu beitragen, dass Menschen mit Autismus am Leben teilnehmen können. Deshalb bezahlt die Eingliederungshilfe etwa die Autismus-



Therapie, die Frühförderung, Schulbegleitung sowie Entlastung für Familien – wie den Familienunterstützenden Dienst oder einen Erziehungsbeistand.

Welches Amt zuständig ist, hängt von der Art der Behinderung ab. Bei seelischer Behinderung (meist bei normaler Intelligenz) ist es das Jugendamt. Bei geistiger und körperlicher Behinderung (meist bei beeinträchtigter Intelligenz) ist in der Regel das Sozialamt zuständig. Jugend- und Sozialämter müssen darüber informieren, welches Amt das richtige ist.

Beim **Versorgungsamt** (manchmal auch beim **Sozialamt / Amt für Soziales**) kann ein Schwerbehindertenausweis beantragt werden. Das Amt legt dafür den Grad der Behinderung fest. Ab einem Grad der Behinderung von 50 bekommt man den Schwerbehindertenausweis. Mit diesem erhält man Anspruch darauf, dass bestimmte Nachteile ausgeglichen werden – etwa durch günstigere Eintritte, Hilfsmittel und Steuererleichterungen. Aber auch bei einem Grad der Behinderung von mindestens 30 gibt es die Möglichkeit, eine Gleichstellung mit schwerbehinderten Menschen zu beantragen und damit Unterstützungsleistungen zu erhalten.

Die gesetzlichen und privaten **Krankenkassen** übernehmen die Kosten für medizinische Leistungen. Die meisten gesetzlichen Leistungen werden automatisch über die Versichertenkar-

te abgerechnet. Bestimmte Leistungen müssen aber bei der Kasse beantragt werden, zum Beispiel Hilfsmittel. **Pflegekassen** sind Teil der Krankenkassen und übernehmen die Kosten für Pflegeleistungen. Sie sind die richtige Anlaufstelle, falls das Kind pflegerische Unterstützung benötigt.

### Wo gibt es weitere Unterstützung?

Die **Sozialpädagogische Familienhilfe** unterstützt Familien im Alltag, indem sie etwa bei alltäglichen Problemen oder Fragen zur Erziehung berät. Eine Sozialpädagogin oder ein Sozialpädagoge kommt dafür nach Hause. Gemeinsam werden dann zum Beispiel ein Tag oder eine Woche geplant und Regeln dafür festgelegt. Ziel ist, dass Familien gut allein zurechtkommen.

Der **Familienunterstützende Dienst** hilft Menschen mit Behinderung und ihren Familien im Alltag. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kommen nach Hause und begleiten bei Freizeitaktivitäten, unterstützen bei der Versorgung oder fahren das Kind zur Schule.

Der **Erziehungsbeistand** ist ein Angebot für ältere Kinder und Jugendliche, die einen größeren Unterstützungsbedarf im Alltag haben. Sie werden von einer pädagogischen Fachkraft begleitet, die vor allem dabei hilft, Entwicklungsprobleme zu bewältigen und selbstständiger zu werden.

**Eltern- und Selbsthilfegruppen** unterstützen Menschen mit Autismus und ihre Familien. In Eltern-Initiativen für Autismus treffen sich vor allem Eltern, erzählen von sich und den Kindern und tauschen sich aus. Das Angebot gibt es in vielen Städten und Gemeinden, viele Initiativen sind auch bundesweit vernetzt. Einige Gruppen beraten bei rechtlichen Fragen wie der Beantragung eines Schwerbehindertenausweises oder setzen sich politisch für Betroffene ein. Es gibt auch Selbsthilfegruppen, die von Menschen mit Autismus organisiert werden.

Selbsthilfegruppen findet man folgendermaßen:

- Über den Autismus-Bundesverband lassen sich Gruppen in der Region finden: [www.autismus.de](http://www.autismus.de).
- Über den Verein Aspies e. V. lassen sich Selbsthilfegruppen finden.
- Bei der Kinder- oder Hausarztpraxis oder bei einem Autismus-Zentrum können Sie nachfragen, welche Selbsthilfegruppen es in der Nähe gibt.
- Sie können im Internet suchen und in die Suchmaschine eingeben: „Selbsthilfe Autismus“ sowie den Namen der eigenen Stadt oder des Bundeslandes.

**Stand:** 19. Juni 2024

**Herausgeber:** Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG)

**Quellen und weitere Informationen auf Gesundheitsinformation.de:**

[www.gesundheitsinformation.de/autismus.html](http://www.gesundheitsinformation.de/autismus.html)



[gesundheitsinformation.de](http://gesundheitsinformation.de) ist ein Angebot des Instituts für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG). Die Website stellt Bürgerinnen und Bürgern kostenlos aktuelle, wissenschaftlich geprüfte Informationen zu Fragen von Gesundheit und Krankheit zur Verfügung. Dies ist eine gesetzliche Aufgabe des Instituts. Eine andere ist die Bewertung des medizinischen Nutzens, der Qualität und der Wirtschaftlichkeit von Behandlungsmethoden. Die Arbeit des Ende 2004 gegründeten Instituts wird von einer unabhängigen Stiftung finanziert und durch ein Netzwerk deutscher und internationaler Expertinnen und Experten unterstützt.

Gesundheit und Krankheit sind eine sehr persönliche Angelegenheit. Wir geben deshalb keine Empfehlungen. In Fragen der medizinischen Behandlung gibt es ohnehin eher selten „die“ einzig richtige Entscheidung. Oft kann man zwischen ähnlich wirksamen Alternativen wählen. Wir beschreiben Argumente, die bei der Abwägung und Entscheidung helfen können. Wir wollen aber das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt nicht ersetzen, sondern möchten es unterstützen.



**Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit  
im Gesundheitswesen (IQWiG)**

Tel.: +49 (0) 221 - 35685 - 0

Fax: +49 (0) 221 - 35685 - 1

E-Mail: [gi-kontakt@iqwig.de](mailto:gi-kontakt@iqwig.de)

[www.gesundheitsinformation.de](http://www.gesundheitsinformation.de)

[www.iqwig.de](http://www.iqwig.de)