

# VPP aktuell



Berufsverband Deutscher  
Psychologinnen  
und Psychologen

VERBAND PSYCHOLOGISCHER PSYCHOTHERAPEUTINNEN UND PSYCHOTHERAPEUTEN IM BDP E.V.

HEFT 62

September 2023

## Autismus- Spektrum- Störung



Wie kann sie gelingen und was ist dabei zu beachten?

# Integration von Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung in Arbeit

Die erfolgreiche Teilhabe von Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung am Arbeitsleben ist eine gesellschaftliche Aufgabe. Um diese Teilhabe zu gewährleisten, sind individuelle Lösungen und Unterstützungsmaßnahmen gefragt.

Wie ist die aktuelle Beschäftigungssituation von Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung? Es gibt dazu nur wenige aktuelle Daten. Rieder et al. (2016) stellte mit seiner Studie im Rahmen einer Spezialsprechstunde für Erwachsene mit Autismus fest, dass etwa 60 Prozent der Studienteilnehmer:innen mit dem sogenannten Asperger-Syndrom nicht berufstätig waren, 10 Prozent unter ihrem Ausbildungsniveau arbeiteten und 30 Prozent einer Beschäftigung nachgingen, die ihrer Ausbildung entsprach (autismus Deutschland e. V., 2023, S. 10).

Nicht berücksichtigt werden dabei diejenigen Menschen im Spektrum, die ohne Diagnose ihren Nischenarbeitsplatz gefunden haben und dort gut zurechtkommen. Häufig ändert sich das, wenn eine Firma verkauft, eine neue Leitungshierarchie eingesetzt wird oder jemand aus anderen Gründen einen neuen Arbeitsplatz suchen muss. Dann wird eine Diagnosestellung notwendig, auch damit Unterstützungsleistungen möglich werden. Die Spätdiagnostizierten stellen in der beruflichen Reha eine wachsende Gruppe dar.

Um die Situation der Integration von Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung in die Arbeitswelt zu verbessern, gibt es auf Grundlage des SGB IX diverse Möglichkeiten der Unterstützung bei der Rehabilitation und Teilhabe am Arbeitsleben. Hier geht es um den Zugang zu Beschäftigung, Berufsqualifizierung, Berufsvorbereitung, Ausbildung und Studium. Kostenträger können beispielsweise die Bundesagentur für Arbeit, die Rentenversicherung, die Unfallversicherung, die Eingliederungshilfe oder auch das Integrations- bzw. Inklusionsamt sein. Für junge Menschen mit Autismus, die sich in der Phase des Übergangs von der Schule zum Beruf befinden, gibt es autismspezifische Berufsberatung, Berufsvorbereitung, Berufsorientierung und Berufseinstiegsbegleitung.

Es ist davon auszugehen, dass Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung schwerer in Arbeit zu integrieren sind und individuelle Unterstützung benötigen. Seit über 30 Jahren ist dies z. B. eine der Kernaufgaben von Salo+Partner ([www.salo-ag.de](http://www.salo-ag.de)), einem Träger beruflicher Rehabilitation, der unterschiedliche Angebote für Menschen mit Autismus vorhält. Die Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB), Einzelcoaching, Eignungsabklärung, Arbeitserprobung und individuelle Kleinstgruppenmaßnahmen der beruflichen

Rehabilitation für diese Personengruppe sind Inhalte der täglichen Arbeit des Spezialisten, der die Betroffenen mit Teams aus Psycholog:innen, Sozialpädagog:innen, Reha-Coaches und Ergotherapeut:innen auf ihrem Weg in den Beruf begleitet. Finanziert wird diese Unterstützung i. d. R. durch die Bundesagentur für Arbeit.

## Autismusspezifische Unterstützungsmaßnahmen

Autismus zählt zu den neuronalen Entwicklungsstörungen und ist laut ICD-11 gekennzeichnet durch „anhaltende Defizite in der Fähigkeit, wechselseitige soziale Interaktionen und soziale Kommunikation zu initiieren und aufrechtzuerhalten, sowie durch eine Reihe von eingeschränkten, sich wiederholenden und unflexiblen Verhaltensmustern, Interessen oder Aktivitäten, die für das Alter und den soziokulturellen Kontext der Person eindeutig untypisch oder exzessiv sind. Die Defizite sind so schwerwiegend, dass sie zu Beeinträchtigungen in persönlichen, familiären, sozialen, erzieherischen, beruflichen oder anderen wichtigen Funktionsbereichen führen, und sind in der Regel ein durchgängiges Merkmal der Funktionsweise der Person, das in allen Bereichen zu beobachten ist, auch wenn sie je nach sozialem, erzieherischem oder anderem Kontext variieren können. Personen, die dem Spektrum angehören, weisen ein breites Spektrum an intellektuellen Funktionen und Sprachfähigkeiten auf.“ (autismus Deutschland e. V., 2023, S. 9)

Um autistische Stolpersteine zu verdeutlichen, sollten drei neuropsychologische Konzepte zum Verstehen der autistischen Denkprozesse betrachtet werden (siehe Abb. 1).



Abb. 1: Konzept neuropsychologischer Auffälligkeiten bei Autismus

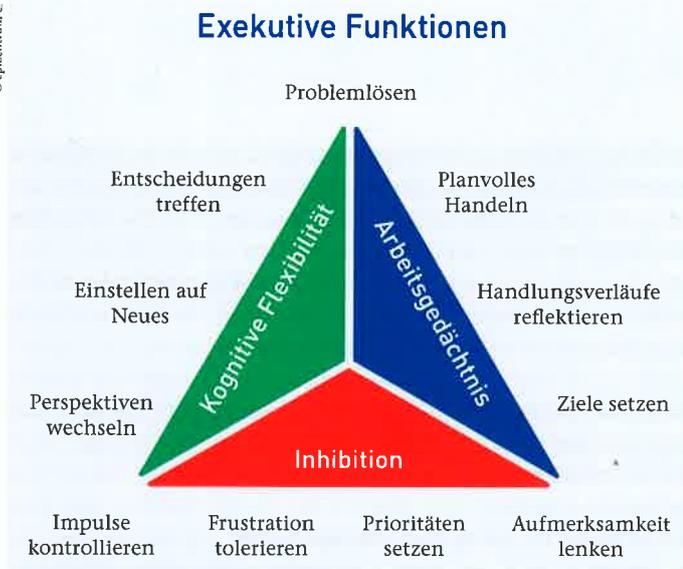


Abb. 2: Exekutive Funktionen

Gerade die Einschränkungen in den exekutiven Funktionen (siehe Abb. 2) bilden oft die größte Herausforderung bei der Integration in Arbeit. In Abbildung 2 sind verschiedene Bereiche der exekutiven Funktionen dargestellt. Auf die Förderung und Berücksichtigung der Beeinträchtigungen dieser Bereiche sind autismspezifische Reha-Maßnahmen zugeschnitten. Es kann vorkommen, dass ein:e Arbeitnehmer:in trotz kognitiver Begabung nur bedingt in der Lage ist, selbstständig Arbeitsschritte zu planen, zu strukturieren und auszuführen. Plötzliche Veränderungen können sie bzw. ihn so verunsichern, dass sie/er nicht mehr in den Arbeitsablauf zurückfindet.

Neben den neuropsychologischen Konzepten bestehen autismspezifische Stolpersteine in der besonderen Wahrnehmung und Wahrnehmungsverarbeitung. Viele Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung leiden an anhaltend starken Über- oder Unterempfindlichkeiten gegenüber sensorischen Reizen wie Geräuschen, Gerüchen, Licht, Hitze, Kälte, Texturen oder in der taktilen Wahrnehmung.

## Empfehlungen zur gelingenden Arbeitsintegration

Um eine barrierefreie Integration in Ausbildung und Arbeit zu ermöglichen, sollten folgende Empfehlungen berücksichtigt werden:

### 1. Planbarkeit

- Arbeitstag vorhersehbar gestalten
- Sich auf Absprachen verlassen können
- Vermeidung von überraschenden Planänderungen
- Strukturierung der Arbeitsaufgaben

- Anwendung von TEACCH-Plänen. TEACCH-Pläne verwenden Bilder oder Gegenstände, um Aktivitäten oder Aufgaben in der Reihenfolge abzubilden, in der sie gemacht werden sollen: Wochenpläne, Handlungspläne.

### 2. Ansprechpartner:in

- Hilft bei der Klarheit
- Unterstützt bei Fragen zur Priorisierung von Aufgaben

### 3. Arbeitsumfeld

- Ein reizarmes Arbeitsumfeld steigert die Konzentrationsfähigkeit.
- Strukturierung und Visualisierung des Arbeitsbereiches nach TEACCH
- Helfen können Büroregeln, wie z. B. dass Kolleg:innen zum Telefonieren den Raum verlassen.
- Nutzung eines Ruheraums
- Sensorischer Überreizung vorbeugen, ggf. Einzelbüro
- Hilfsmittel wie Kopfhörer und Sonnenblenden

### 4. Arbeitszeit

- Durch versetzte Arbeitszeiten, Teilzeit oder Homeoffice können Belastungen wie die Fahrt im öffentlichen Nahverkehr zu Hauptverkehrszeiten oder die Arbeit im vollen Großraumbüro reduziert werden.

### 5. Kommunikation

- Klare eindeutige Sprache ist essenziell.
- Je präziser die Kommunikation ist, desto eher werden Missverständnisse vermieden.
- Für Menschen mit Autismus zählt oft nur, was auch ausgesprochen wurde.
- Botschaften zwischen den Zeilen werden z.T. nicht wahrgenommen.
- Erwartungen und Arbeitsaufträge klar und eindeutig formulieren und besprechen
- Smalltalk interessenbezogen führen, nicht erzwingen
- Bevorzugte Kommunikationswege abklären
- Gespräche explizit beenden
- Unangemessenes Verhalten im direkten Kontakt thematisieren
- Für lange Antwortdauern genügend Zeit geben
- Gezielte Lenkung auf den Gesamtkontext

### 6. Sozialkontakte

- Die Teilnahme an gemeinsamen Mittagspausen und Betriebsfeiern sollte freiwillig sein.
- Die Nichtteilnahme einer autistischen Person darf nicht persönlich genommen werden.

## 7. Unterstützung

- Eine Unterstützung am Arbeitsplatz kann dabei helfen:
    - Fragen zur Zusammenarbeit im Team zu klären
    - Probleme und Konflikte früh zu erkennen
  - Soziales Kompetenztraining
  - Bewerbungstraining
  - Aufklärung der Kolleg:innen
- (LVR-Integrationsamt Köln, Mai 2018)

Im Bereich der Arbeitsintegration sind im Wesentlichen zwei Zielgruppen zu unterscheiden: Menschen, die erstmalig auf dem Arbeitsmarkt Fuß fassen wollen (meist junge Leute, die frisch von der Schule kommen) und ältere Menschen, die wiedereingegliedert werden möchten, die erfolgreich eine Ausbildung oder ein Studium absolviert haben oder ohne Abschluss dem Arbeitsmarkt zur Verfügung stehen.

## Potenzielle Stärken von Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung für den Arbeitsmarkt

- **Verantwortungsbewusstsein und Zuverlässigkeit**  
Das drückt sich in seltenen Krankheitstagen und Loyalität gegenüber dem Arbeitgeber aus. Ein Arbeitsplatz wird nur ungern gewechselt, da dies Veränderungen mit sich bringt. So bleibt Know-how in der Firma und wandert nicht ab. Mehr Gehalt bei einem anderen Arbeitgeber sind kein zwingender Wechselgrund.
- **Offenheit und Ehrlichkeit**  
Lügen oder Intrigen sind kompliziert in ihrer Konstruktion. Sie bedürfen des Hineinversetzens in Überlegungen anderer Menschen, die oft schwer zu verstehen sind.
- **Perfektionismus**  
Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung haben einen Blick fürs Detail und sind sehr genau.
- **Fachlichkeit**  
Sie bringen oft ein Spezialinteresse mit außerordentlichem Wissen mit, das sich beruflich nutzen lässt.
- **Anders in ihren Denkmustern**  
Sie denken oft out-of-the-box, entwickeln neue Strategien, können manchmal in Bildern denken und geben neue Impulse in einem bekannten Arbeitsfeld.

## Psychotherapie als Unterstützung und Begleitung im beruflichen Prozess

Lipinskis et al. (2019) haben in einer deutschlandweiten Studie bei Menschen mit hochfunktionaler ASS Gründe für, Erwartungen an und Erfahrungen mit ambulante(r) Psychotherapie sowie Faktoren, die zur Zufriedenheit mit einer

ambulanten Psychotherapie beitragen, erhoben. Insgesamt wurden 262 Erwachsene mit ASS ohne Intelligenzminderung (mittleres Alter 37 Jahre; 62 Prozent weiblich) und eine Vergleichsgruppe von 304 Erwachsenen ohne ASS und ohne Intelligenzminderung mit Depression (major depressive disorder = MDD; mittleres Alter 42 Jahre; 78 Prozent weiblich) anhand eines Onlinefragebogens befragt.

Folgende Anliegen wurden für den Wunsch nach psychotherapeutischer Behandlung angegeben:

- Interaktions- und Kommunikationsprobleme
- Soziale Ängste
- Probleme im Alltag zurechtzukommen
- Ängste
- Schwierigkeiten bei der Stressregulation
- Probleme bezüglich des Arbeitsplatzes oder Arbeitslosigkeit
- Niedriger Selbstwert
- Soziale Ausgrenzung/Mobbing
- Schwierigkeiten, Freunde zu finden

Der größte benannte Faktor, der Einfluss auf die Zufriedenheit mit einer erhaltenen Psychotherapie hatte, war eine gute Patient:in-Therapeut:in-Beziehung. Bezüglich des Zugangs zu ambulanter Psychotherapie wurden von Teilnehmer:innen mit Autismus-Spektrum-Störung E-Mails als das bevorzugte Mittel zur Kontaktaufnahme genannt. Persönlicher oder telefonischer Erstkontakt wurden hingegen deutlich seltener als in der Kontrollgruppe gewünscht.

Als Gründe für ein nicht Zustandekommen einer gewünschten psychotherapeutischen Behandlung wurden mangelnde Erfahrung mit der Diagnose/dem Syndrom seitens der Therapeut:innen sowie die Unmöglichkeit, Erstkontakt auf die bevorzugte Art und Weise herstellen zu können, genannt.

Auf einer Skala von 1 (nicht wichtig) bis 7 (sehr wichtig) wurden von Teilnehmer:innen folgende Anpassungen an die Rahmenbedingungen als wichtig eingestuft:

- Eine reizarme Umgebung während der Sitzungen
- Eine klare Struktur der Sitzungen
- Klares Licht, keine starken Gerüche
- Sitzungen immer am selben Wochentag und zur selben Zeit
- Kein Wechsel des Behandlungsraums
- Möglichkeit, zwischen den Sitzungen schriftlich zu kommunizieren (s. auch S3-Leitlinie Autismus-Spektrum-Störungen im Kindes-, Jugend- und Erwachsenenalter, AWMF 2020).

Psychotherapie sollte diese wichtigen Themen zu den autisspezifischen Barrieren junger Menschen und Erwachse-

ner mit Autismus beim Übergang in einen beruflichen Kontext aufgreifen, bearbeiten und die autismusfreundlichen Rahmenbedingungen unbedingt berücksichtigen.

## Erste Anlaufstellen

Wenn Patient:innen den Wunsch äußern, im Rahmen von bezahlter Arbeit tätig werden zu wollen, ist die Reha-Abteilung der Bundesagentur für Arbeit die richtige Anlaufstelle. Falls möglich, könnten Therapeut:innen die richtige Adresse zur Hand haben. Dadurch klären sich die Zuständigkeit und der weitere Verlauf oft schnell auf. Nach einem erfolgten Besuch bei der Arbeitsagentur bringen die Patient:innen möglicherweise viele Fragen zur nächsten Sitzung mit. Dabei sind keine Fachfragen rund um Arbeit gemeint, sondern es entsteht oftmals Gesprächsbedarf in Bezug auf soziale Kompetenzen und sensorische Überforderung: der Weg zur Bundesagentur, das Wartezimmer, die „anderen“ Gerüche, Geräusche, Beleuchtung, der Händedruck, der Smalltalk, die Formulare, die Angebote. Hilfreich kann bei solchen Besuchen die Begleitung durch eine andere Person sein. Häufig ist die Energie autistischer Menschen schon an der Eingangstür der Behörde aufgebraucht, und in der Folge sind von allen weiteren Ereignissen später nur noch bruchstückhafte Erinnerungen verfügbar.

## Praktische Hinweise für Psychotherapeut:innen

Die Therapien sollten dafür genutzt werden, um spezielle Bedürfnisse der Patient:innen herauszuarbeiten. Es ist wichtig, mögliche Reizempfindlichkeiten zu erkennen. Das Erarbeiten und Entwickeln von Berufsbildern, das Entdecken individueller Vorlieben oder die Aufklärung realitätsferner Vorstellungen in Bezug auf Arbeitssituationen und Berufswelt ist zielführend. Dabei müssen behandelnde Therapeut:innen nicht sämtliche 324 Ausbildungsberufe in Deutschland kennen, aber vielleicht herausfinden, ob die Arbeit mit wenigen Menschen, mit seltenem Telefonieren und z. B. in Teilzeit eine gangbare Perspektive wäre.

Für die Durchführung von psychotherapeutischen Sitzungen gibt es von der Autismus-Forschungs-Kooperation (AFK) ein hervorragendes Faltblatt, das in wenigen, klaren Sätzen hilfreiche Hinweise an die Hand gibt ([www.tinyurl.com/2s4a8py7](http://www.tinyurl.com/2s4a8py7)).

Auch hier gilt der bekannte Satz: „Kennst Du einen Autisten, kennst Du einen Autisten“. Was so viel heißen soll wie „Jeder Mensch ist anders“. Manchmal sind rauchende Therapeut:innen ein klares No-Go, manchmal rauchen die Betroffenen

selbst. Die Benutzung von Parfüm oder Rasierwasser wird oft thematisiert, ein gleichbleibender Raum ist fast zwingend. Die persönliche Einstellung auf die Besprechungsumgebung kann viel Zeit in Anspruch nehmen und sollte daher nicht wiederholt werden müssen.

Darüber hinaus wäre es für sämtliche Beteiligten von Vorteil, wenn Psychotherapeut:innen sich untereinander gut vernetzen und bei Bedarf einen Kontakt z. B. zu regionalen Selbsthilfegruppen herstellen könnten. **Tipp:** Hierbei ist die Datenbank von Aspies e.V. ([www.tinyurl.com/4r9nd8bd](http://www.tinyurl.com/4r9nd8bd)) hilfreich. Für behandelnde Therapeut:innen gibt es auch die Möglichkeit, sich in eine Datenbank eintragen lassen, um auf das jeweilige Angebot aufmerksam zu machen ([www.tinyurl.com/3trtc96f](http://www.tinyurl.com/3trtc96f)).

## Fazit

Die erfolgreiche Integration von Menschen im Spektrum in Arbeit ist durchaus möglich. Es gibt zahlreiche Unterstützungsangebote, die auf diesem Weg beachtet werden sollten. Nehmen Sie bei Bedarf gerne Kontakt mit Fachleuten wie beispielsweise von Salo+Partner auf. Psychotherapie stellt einen wichtigen Baustein bei der Behandlung von Erwachsenen mit ASS und psychischen Erkrankungen dar. Das übergeordnete Ziel ist es, die Lebensqualität und die Teilhabemöglichkeiten, z. B. in Ausbildung und Arbeit, von Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung und deren Familien, nachhaltig zu verbessern.



*Sylva Schlenker, Dipl.-Sozialpädagogin, Dipl.-Psychologin, Fachliche Leitung Autismus bundesweit für Salo+Partner*



*Michael Schmitz, Dipl. Sozialpädagoge, Dipl. Sozialarbeiter, Master of social management. Niederlassungsleiter mehrerer Einrichtungen von Salo+Partner in Niedersachsen*

Die Literaturliste ist unter [www.vpp-aktuell.de/leseproben](http://www.vpp-aktuell.de/leseproben) als Download verfügbar.