

Vorwort

»Mit Autismus unter anderen Menschen zu leben ist, wie mit einem großen Talent zum Einsiedler-Dasein ausgestattet auf die Welt zu kommen, dort aber von Kindertagen an in den Beruf des Schauspielers gezwungen zu werden. Dabei sind alle anderen immer schon Profis, alle haben ein Skript, nur selbst ist man Laie und hat nie eines. Man tritt nicht gerne auf, denn jeder »Auftritt« ist harte Arbeit, der von körperlicher und geistiger Erschöpfung begleitet wird und trotzdem selten wirklich gelingt.«
(Person mit ASS, 40 Jahre)

Vielfältige Erfahrungen und Einsichten der letzten 20 Jahre durch die Arbeit mit Erwachsenen mit Autismus und Asperger-Syndrom ohne Intelligenzminderung, die sog. hochfunktionalen Autismus-Spektrum-Störungen (ASS), bilden den Ausgangspunkt und die Motivation für dieses Manual. Vor allem durch die klinische und wissenschaftliche Tätigkeit im Rahmen der Sprechstunde für Erwachsene mit ASS an der Hochschulambulanz für Psychotherapie und Psychodiagnostik der Humboldt-Universität zu Berlin und der Hochschulambulanz der Freien Universität erfuhren wir von Betroffenen, dass sie psychotherapeutische Behandlung wünschen, insbesondere für Schwierigkeiten in sozialer Interaktion und den Umgang mit hohem Stresserleben. Gerade das Vorliegen von normaler bis überdurchschnittlicher Intelligenz führt bei Betroffenen dazu, dass sie sich Ziele setzen und mit Anforderungen durch die Umwelt konfrontiert sind, die sie aufgrund mangelnder sozialer Fähigkeiten oft nicht erreichen können. Folgen ihrer Andersartigkeit sind soziale Ausgrenzung und chronische Überforderung, die häufig den Ausgangspunkt für Depressionen und Angststörungen darstellen. Die kognitiv-verhaltenstherapeutische Arbeit mit Betroffenen hat uns weiter in der Idee bestärkt, ein Manual zu erarbeiten, das auf die besonderen Probleme und Wünsche von Menschen mit ASS ohne Intelligenzminderung zugeschnitten ist.

Entgegen internationaler Forschungsergebnisse ist die vorherrschende Meinung unter psychotherapeutisch tätigen Kolleginnen und Kollegen leider immer noch, dass Autismus auf das Kinder- und Jugendalter begrenzt ist und mit Intelligenzminderung einhergeht, und somit die gesprächsorientierte Psychotherapie ein ungeeigneter Behandlungsansatz ist. In der Tat liegt die Prävalenz von ASS jedoch bei ca. 1–2 % und etwa die Hälfte aller Betroffenen liegt im normalen Intelligenzbereich. Obwohl die Diagnosen Autismus und Asperger-Syndrom im Erwachsenenalter ohne Intelligenzminderung – nicht zuletzt durch die Einrichtung von Spezialambulanzen – zwar vermehrt vergeben worden ist in den vergangenen Jahren, sind therapeutische Behandlungskonzepte und -angebote in Deutschland nur vereinzelt zu finden.

Das Manual soll diese Lücke füllen und richtet sich speziell an psychotherapeutisch tätige Kolleginnen und Kollegen für die Arbeit mit Erwachsenen mit einer Diagnose aus dem Bereich hochfunktionale ASS. Es soll zum einen das Interesse wecken an der Arbeit mit dieser Patient*innengruppe, aber auch ggf. existierende Bedenken abbauen, über kein ausreichendes Wissen für die Behandlung zu verfügen. Die in dem Buch enthaltenden Informationen und Interventionen werden die in kognitiver Verhaltenstherapie vorgebildeten Therapeut*innen befähigen, die entsprechenden Patient*innen zu identifizieren, zu verstehen und zu behandeln.

Dies ist das erste Manual im deutschsprachigen Raum, das auf die einzelpsychotherapeutische Behandlung von Menschen mit ASS ohne Intelligenzminderung fokussiert. Die zentralen Verhaltens- und Erlebensbereiche, die durch das Buch adressiert werden, umfassen Selbstwerterleben und Identitätsfindung, Stressmanagement, sozio-emotionale Kompetenzen sowie berufliche Integration und Partnerschaft und Sexualität. Für die Besonderheiten im Verhalten, für die Patient*innen keine Veränderung wünschen oder für die keine entscheidenden Veränderungen zu erreichen sind, geht es in der Therapie um die Entwicklung von Akzeptanz für die eigenen Grenzen und um das Herstellen von günstigen Umweltbedingungen.

Die kognitive Verhaltenstherapie (KVT) als Rahmenmodell kann die vielfältigen Beeinträchtigungen von hochfunktionalen Menschen mit ASS treffend charakterisieren und bietet

effektive Werkzeuge für deren Behandlung. Mittels KVT können die Patient*innen insbesondere lernen, ihre dysfunktionalen Wahrnehmungen und Interpretationen zu überprüfen und zu bearbeiten, mit dem Ziel, sozio-emotionale- und Selbstmanagement-Kompetenzen zu entwickeln.

Autismus und das Asperger-Syndrom ohne Intelligenzminderung stellen in der klinischen Psychologie und Psychotherapie ein Nischenthema dar. Es wird im Curriculum der Universitäten, von Ausbildungsinstituten oder Weiterbildungsangeboten nur vereinzelt berücksichtigt. Um Therapeut*innen ein menschnahes Wissen über das Störungsbild zu ermöglichen, haben wir versucht, der Erlebens- und Erfahrungswelt von Betroffenen einen besonderen Raum zu geben, u. a. durch Zitate und exemplarische Dialoge zwischen Therapeut*innen und Patient*innen. Des Weiteren macht Silke Lipinski, eine Frau mit ASS und Therapieerfahrung, in diesem Buch Vorschläge, wie Besonderheiten im Erleben und Verhalten im Rahmen der Therapie und Beziehungsgestaltung am besten zu adressieren sind.

Wir verbinden mit diesem Manual den Wunsch, dass Psychotherapeut*innen ermutigt und befähigt werden, sich der Behandlung von Erwachsenen mit Asperger-Syndrom und hochfunktionalem Autismus zuzuwenden und damit dazu beizutragen, die Versorgungssituation von Betroffenen im deutschsprachigen Raum zu verbessern.

Isabel Dziobek und Sandra Stoll
Berlin, Winter 2023