



## **Ausgabe September bis Dezember 2022**

## Inhaltsverzeichnis

Events.....	3
Vorstand ASS SHG Regional Solothurn.....	3
Wer sind wir.....	3
Corona.....	4
Wie die Pandemie Menschen mit Autismus trifft.....	4
Besonders schwierig ist das Thema Maske.....	5
Nähe nur mit Schutz Wie die Coronapandemie die Arbeit in Kinderhospizen erschwert.....	6
Autismus und Autismustherapie in Zeiten von Corona: eine Chance?.....	7
Corona im Kontext des autistischen Symptomgeprägtes.....	7
Die krisenbedingten Veränderungen bieten Menschen mit Autismus Entlastungspotenziale.....	8
Die Autismustherapie in Coronazeiten.....	9
Der Videochat als mediale Alternative zum persönlichen Therapietreffen.....	9
Mentalisieren eigener und fremder Gefühle.....	10
Der Einsatz von Gefühlsbarometern und visualisierten Skalen ist in der Krise besonders indiziert.....	10
Nutzung des Settings zur Sensibilisierung für die unterschiedlichen Perspektiven.....	11
Videoanalyse häuslicher Situationen.....	11

## Events

Datum	Themen
07.03.2022	Abgesagt
25.04.2022	Abgesagt
20.06.2022	Themen Ernährung
19.09.2022	Videokonferenz
31.10.2022	

## Vorstand ASS SHG Regional Solothurn

Webseite: <https://ass-shg-region-solothurn.jimdofree.com>

### Wer sind wir

Unsere Selbsthilfegruppe dient im Wesentlichen dem Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen Eltern, Angehörigen, Betroffenen und Fachpersonen.

**Leitung:** Christine Hollenstein      Mail: [c.hollenstein@bluewin.ch](mailto:c.hollenstein@bluewin.ch)

## Corona

### Wie die Pandemie Menschen mit Autismus trifft



Autisten brauchen ihre Routinen und gewohnte Abläufe - gerät der Alltag durcheinander, bedeutet das Stress © EvgeniiAnd – Shutterstock

Es ist eine fatale Kombination: Eine Pandemie, die den Alltag durcheinanderwirbelt, und eine Krankheit, mit der jede Veränderung Stress pur ist. Familien mit autistischen Kindern sind am Anschlag. Doch einige Autisten wachsen gerade jetzt über sich hinaus

In der Corona-Pandemie müssen sich alle neu orientieren - manchen aber fällt das besonders schwer: Menschen mit Autismus-Spektrum-Störung (ASS). Sie haben ein starkes Bedürfnis nach Struktur und Vorhersehbarkeit, brauchen ihre Routinen und gewohnten Abläufe. Wie kommen sie mit der aktuellen Situation zurecht? Karoline Teufel, Leiterin des [Frankfurter Autismus-Therapie- und Forschungszentrums](#), berichtet von Zusammenbrüchen und Krisen - aber auch von besonderen Stärken, mit denen diese Menschen manches leichter ertragen.

Autismus ist eine tiefgreifende Entwicklungsstörung, die viele Formen annehmen kann. Die verschiedenen Ausprägungen wurden daher in einem "Spektrum" zusammengefasst. Dazu gehören der frühkindliche Autismus oder das Asperger-Syndrom. Gemeinsam sind ihnen die Schwierigkeiten im sozialen Umgang mit Mitmenschen und in der Kommunikation sowie die

Neigung zu stereotypen Verhaltensweisen. Schätzungen gehen davon aus, dass ein bis zwei Prozent der Bevölkerung betroffen sind.

In der Ambulanz des Frankfurter Zentrums finden viele Betroffene Hilfe. Dennoch wollte keine Familie ihre aktuelle Situation schildern - zu groß ist der Stress, um auch nur ein Telefonat dazwischenzuquetschen. Seit Beginn der Corona-Krise vor mehr als einem Jahr beobachten die Mitarbeiter des Zentrums eine wachsende Belastung der Familien: "Je länger der Lockdown andauert, desto mehr merken wir, dass der Wegfall von gewohnten Strukturen ein Problem darstellt", sagt Teufel. "Das führt zu Verunsicherung. Herausfordernde Verhaltensweisen nehmen zu."

## **Besonders schwierig ist das Thema Maske**

Herausfordernde Verhaltensweisen: Das können Unruhe und Anspannung sein, Zwangsverhalten, Aggression oder Selbstverletzung. Die Patienten fallen in alte Muster zurück, die sie mit Hilfe der Therapeuten bereits überwunden hatten, oder verlieren sich etwa in exzessivem Computerspielen. "Das birgt natürlich Konfliktpotenzial in den Familien", sagt Teufel. "Die Herausforderungen, die ohnehin bestehen, werden noch einmal verstärkt."

Schwierig ist auch das Thema Maske. Da sich autistische Kinder schwer an Neues gewöhnen, tolerieren sie bisweilen das Tragen nicht. Die Eltern müssen sich dann in der Öffentlichkeit noch mehr Vorwürfe über ihre vermeintlich schlecht erzogenen Kinder anhören als sonst. So wird der Gang nach draußen vermieden, der Rückzug verstärkt.

Auch in der Therapie ist Gesichtsbedeckung hinderlich. Das Zentrum betreibt eine Spezialambulanz für Kinder und Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störungen und ist zugleich ein Forschungszentrum. Zwölf Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter betreuen derzeit rund 80 Kinder und Jugendliche. Eines der Förderziele ist, Mimik richtig interpretieren - mit Maske vor dem Mund kaum möglich.

Was raten die Therapeuten Familien in dieser anstrengenden Zeit? Sie sollten versuchen, möglichst viel Bekanntes beizubehalten oder - wenn das nicht geht - neue Routinen einzuführen, etwa für Essen, Schlafen, Hausaufgaben oder Computerspielen. "Rituale, die das Miteinander oder auch den Tagesablauf regeln, tragen erheblich zur Stabilisierung und zur Entspannung bei", [heißt es in einem Infoblatt für Eltern](#).



### Nähe nur mit Schutz Wie die Coronapandemie die Arbeit in Kinderhospizen erschwert

Die Arbeit im Kinderhospiz bedeutet vor allem eines: Nähe und Geborgenheit für die Kinder schaffen und Angehörige entlasten. Doch das ist in Coronazeiten schwierig. Leidtragende sind Familien, die auch schon vorher an ihre Grenzen kamen - und ganz besonders die kleinen Patientinnen und Patienten

Wie stark die Pandemie Menschen mit ASS belastet ist unterschiedlich: "Menschen mit Autismus sind genauso verschieden wie Menschen ohne Autismus", sagt Teufel. Aber manche Eltern machen sich Sorgen, dass Patienten nach Ende des Lockdowns die Rückschritte nicht wieder aufholen können. "Andererseits wachsen viele gerade über sich hinaus", sagt Teufel.

"In einigen wenigen Punkten" hätten Menschen mit ASS derzeit sogar Vorteile, gibt sie zu bedenken. Soziale Kontakte sind für viele Betroffene anstrengend, daher leiden sie unter Kontaktbeschränkungen oft weniger. Und Menschen mit Asperger-Syndrom falle es leicht, sich an Regeln zu halten, "derzeit definitiv eine Stärke".

Sandra Trauner, dpa

Quelle: [www.geo.de/wissen/gesundheit/corona-trifft-autisten-besonders-hart-30456326.html](http://www.geo.de/wissen/gesundheit/corona-trifft-autisten-besonders-hart-30456326.html)

# Autismus und Autismustherapie in Zeiten von Corona: eine Chance?

Psychiatrie

psychopraxis. neuropraxis 2020 · 23:116–120

<https://doi.org/10.1007/s00739-020-00641-9>

Online publiziert: 29. April 2020

© Springer-Verlag GmbH Austria, ein Teil von

Springer Nature 2020

Anas Nashef

Autismus-Therapiezentrum, Bremerhaven, Deutschland

Spätestens seit März 2020 ist das Coronavirus auch in Deutschland angekommen – eine nicht nur hierzulande völlig neue Situation mit ungewissem Ausgang, die mit tiefgreifenden Auswirkungen auf alle staatlichen Systeme, auf die Gesellschaft und auf die Wirtschaft einhergeht. Es bleibt offen, welche langfristigen Veränderungen diese Krise auch in der Zeit nach deren Überwindung mit sich bringt. Wie lässt sich diese außergewöhnliche Situation im Kontext von Autismus und Autismustherapie beschreiben? Birgt diese neue Situation neben den nicht zu verharmlosenden Gefahren der Pandemie auch eine Chance für Menschen mit Autismus und für die therapeutischen Zugänge und Interventionen? Diese in der Autismustherapie wichtigen Fragen sollen auf den folgenden Seiten zumindest ansatzweise beantwortet werden. Einerseits soll die momentane Situation mit dem autistischen Symptomgepräge in Beziehung gesetzt werden. Andererseits stellt sich auch die Frage, wie die Autismustherapie mit der Krise zurechtkommt. Befindet sich die Autismustherapie ebenfalls in einer Krise oder entwickelt sie sich angesichts der Pandemie sogar weiter und es öffnen sich neue Wege?

## Corona im Kontext des autistischen Symptomprägés

Die Pandemie löst gewiss bei allen Menschen, ob mit oder ohne Autismus, eine große Verunsicherung aus. Die damit einhergehenden Sorgen sind vielfältig und betreffen etwa die direkte Bedrohung der persönlichen Unversehrtheit, die wirtschaftliche Sicherheit und das tägliche Leben insgesamt. Ein besonderes Bedrohungspotenzial birgt die Unvorhersehbarkeit dieses real gewordenen und in der Regel nur durch Katastrophenfilme bekannten

Szenarios. Ungeachtet der besonderen Herausforderung für Menschen mit Autismus durch diese Unvorhersehbarkeit und ebenfalls durch die gewaltige Störung von Routinen und Sicherheiten scheint diese Situation für diese Menschen ebenfalls eine Chance zu sein. Bereits ein Blick auf klassifikatorische Autismuskriterien macht ein positives Outcome plausibel. Auch im klinischen Alltag und im Gespräch mit Betroffenen wird dieser Eindruck bestätigt.

## **Die krisenbedingten Veränderungen bieten Menschen mit Autismus Entlastungspotenziale**

Betrachten wir die autistische Dyade des DSM-V, so zeigen sich deutlich die Entlastungspotenziale für Menschen mit Autismus durch die mit der Krise einhergehenden gesellschaftlichen Veränderungen. So entschärft das sogenannte „social distancing“ die alltäglichen Herausforderungen dieser Menschen hinsichtlich ihrer Einschränkungen in der sozialen Interaktion und in der Kommunikation, wobei der Begriff des „social distancing“ insofern inadäquat verwendet wird, als die eingeführten präventiven Maßnahmen in Wirklichkeit ein „physical distancing“ verkörpern, denn es wird über das physische Abstandhalten verfügt, während Soziales und Zwischenmenschliches keineswegsnegiert werden. Folglich geht es bei den weltweiten Einschränkungen um neue Wege des Miteinanders und nicht um ein Nichtmiteinander. Die im zweiten Cluster der autistischen Dyade enthaltenen sensorischen Besonderheiten, die mitunter taktile Hypersensibilitäten einschließen, verlieren somit während der Krise ihre Relevanz. Gezwungen durch die Krise, hat sich die Welt gewissermaßen für den autistischen Weg entschieden, für einen autistischen Way of Life. Es verwundert daher nicht, wenn Betroffene uns schmunzelnd mitteilen, dass Händeschütteln sowieso immer überflüssig gewesen sei und dass eine verbale Begrüßung die angestrebte Botschaftausreichend übermitteln könne. Auch werden weitere positive Aspekte zum Ausdruck gebracht: Mediale Alternativen zu Vis-à-vis-Begegnungen: Vor allem die Videotelefonie wird von vielen als Alternative begrüßt. Neben der vorliegenden Sicherheit mit diesem Medium bei vielen Menschen mit Autismus-Spektrum-Störungen (ASS) heißt dies ebenfalls, aus einem sicheren Ort hinaus in Kontakt zu treten (aus der eigenen Wohnung, dem eigenen Zimmer). Reizreduzierung: Durch das Zuhause bleiben, aber genauso durch die geringere Anzahl von Menschen im öffentlichen Raum, fühlen sich viele sicherer und erleben eine eher reduzierte Reizüberflutung. 4 Das Gebot des „physical distancing“: Das Abstandhalten und die Vermeidung von Körperkontakt wie etwa Händeschütteln, Umarmungen, auf die Schulter klopfen etc. kommen den taktilen Aversionen von Menschen mit ASS entgegen. Die Schließung von besonders herausfordernden Systemen im öffentlichen Raum wie Schulen, Universitäten etc. und das Umschwenken auf mediale Alternativen (Homeoffice, Homeschooling usw.) wird als entlastend erlebt. Die mediale wissenschaftlich-sachliche Auseinandersetzung mit dem Coronavirus und eine gewisse Akzentverschiebung hin zu einem Wissensdiskurs (z. B. Podcast mit Prof. Drosten) kommen Menschen mit Autismus durch die Rationalität der Debatte zugute. Trotzdem bleibt es für Menschen mit Autismus herausfordernd, mit dieser neuen Situation zurechtzukommen, die raschen Veränderungen und die Unvorherseh-

barkeit der Situation zu tolerieren und eigene sowie fremde Gefühle und deren wechselseitiges Bezogensein zu mentalisieren. Es erscheint somit als sinnvoll, zwischen der Situation/der Krise an sich und den getroffenen Maßnahmen zu differenzieren. Erstere stellt Menschen mit ASS vor große Herausforderungen und Letztere scheinen in ganz besonderem Maße autismusfreundlich zu sein.

## **Die Autismustherapie in Coronazeiten**

Katastrophen kündigen sich bekanntlich nicht an. Ergo fand sich die Autismustherapie unvorbereitet in einer nie dagewesenen Situation: Menschen mit ASS blieben der Therapie fern; Therapien, in deren Rahmen entsprechender Abstand nicht einzuhalten war, konnten nicht stattfinden; Gruppentherapien mussten abgesagt werden. Therapeutische Kontakte schienen im Begriff zu sein, vor dem Abbruch zu stehen. Nach einer anfänglichen Schockstarre mussten Lösungen her. Vor allem sollte der Kontakt zu den Betroffenen keinen Stillstand erfahren; er musste wieder aufgenommen und die therapeutische Arbeit fortgesetzt werden. Aber wie? Wie lässt sich diese Arbeit in Zeiten von Distanzgeboten bewerkstelligen? Wie lässt sich in einer Zeit reduzierter sozialer Normalität eine Arbeit fortführen, deren Ziel die Förderung des Sozialen, des Kommunikativen, des Emotionalen ist? Diese Fragen legen zunächst nahe, dass ein neues Therapiesetting installiert werden muss.

## **Der Videochat als mediale Alternative zum persönlichen Therapietreffen**

Der Videochat wurde als mediale Alternative zum persönlichen Therapietreffen eingeführt, die anfänglich skeptische Haltung ihm gegenüber änderte sich rasch. Nicht im Sinne des bloßen Reframing einer Methode ließen sich mehr und mehr positive Erfahrungen und Rückmeldungen gewinnen. Die Klienten zeigten sich – vermutlich angesichts des sicheren Orts und Mediums – besonders entspannt, bisweilen schienen sie gar kommunikativer zu sein. Ihnen stand erstmalig die Möglichkeit zur Verfügung, von ihrer Umgebung zu berichten und für sie wichtige Objekte vorzustellen. Die gewohnten Strapazen des alltäglichen Lebens blieben ihnen durch Institutionsschließungen erspart, ebenso der Weg zur Therapie. Zusammenfassend lässt sich sagen: Es war eine durch die Außensituation erzwungene Geburt einer neuen Plattform therapeutischer Interventionen, eine neue sichere Grundlage, ein Übergangsobjekt vielversprechender therapeutischer Arbeit. Nebendem Setting sind freilich die darin operationalisierbaren Interventionen zentral. Deshalb werden im Folgenden mögliche Themen, Essenzen und Interventionen vorgestellt. Visualisierte Psychoedukation zur Coronasituation. Die vorherrschende Verunsicherung angesichts der Coronapandemie gibt Anlass für psychoedukative Interventionen auch bei Klienten mit ASS, die sowohl Wissensvermittlung als auch

Verhaltensregeln umfassen. Inzwischen existieren Informationen in verschiedenen Formaten, mitunter kindgerechte Materialien, die beispielsweise über den Internetauftritt der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zugänglich sind. Mitunter sind visualisierte Materialien wie etwa als filmische Darstellung oder in Comicform vorzufinden. Für eine individualisierte Aufklärung bietet sich zudem die Methode der „social stories“ an. Aktuelle und coronarelevante „social stories“ sowie eine von Gray selbst verfasste „social story“ können von ihrem Internetportal bezogen werden. Utilisieren vorgestellter Objekte Die Möglichkeit der direkten Vorstellung von für die Klienten wichtigen Objekten in ihrer gewohnten Umgebung öffnet die Tür und bildet eine Grundlage zur utilisierenden therapeutischen Arbeit in Form der Ausweitung der Bedeutung dieser Objekte und deren In-Beziehung-Setzen zu sozialen interaktiven Bereichen: Wer könnte ähnliche Objekte/Interessen besitzen? Wie lässt sich ein – physisch distanzierter – Kontakt zu Menschen mit ähnlichen Interessen herstellen? Welche Erfahrungen hat die Therapeutin mit diesen Objekten, in welcher Perspektive sieht sie diese? Welche Altersgruppen fühlen sich ggf. von diesen Themen angesprochen? Und so weiter.

## **Mentalisieren eigener und fremder Gefühle**

Dass Gefühle in Krisensituationen besonders in Erscheinung treten und bei einigen Personen psychische Krisen auslösen können, ist nicht ungewöhnlich. Da Menschen mit ASS syndrombedingte Schwierigkeiten in der Gefühlsdifferenzierung aufweisen können, scheint es besonders wichtig zu sein, diese Menschen dabei zu unterstützen, nicht initial genannte Gefühlszustände in eine Gefühlssprache mittels sogenannter „contrary moves“ zu übersetzen und eine gemeinsame Differenzierung vorzunehmen. Ferner ist der Einsatz von sogenannten Gefühlsbarometern und anderen visualisierten Skalen besonders indiziert während dieser Krise; diese bieten sich als Einstieg in die jeweilige Videositzung an.

## **Der Einsatz von Gefühlsbarometern und visualisierten Skalen ist in der Krise besonders indiziert**

Ebenso könnten die Gefühlsregungen anderer Menschen unsere Klienten vor besondere Herausforderungen stellen. Gerade in Krisensituationen können die Gefühle „verrücktspielen“ und verrückt werden, sodass deren Erfassen für Menschen mit ASS noch schwieriger ist. Daher erachten wir die Auseinandersetzung mit und die Hypothesenbildung zu den Gefühlen anderer in dieser Situation im Allgemeinen sowie derer im Umfeld des Klienten als sinnvoll.

## **Nutzung des Settings zur Sensibilisierung für die unterschiedlichen Perspektiven**

Autismus-Spektrum-Störungen werden bekanntlich mit einer Schwäche der Theory-of-Mind-Fähigkeit assoziiert, wobei die Übernahme und die Internalisierung anderer Perspektiven erschwert sind. Das Videosetting, in dem sich der Patient in seinem häuslichen Umfeld und der Therapeut in der Therapieinstitution befindet, bietet einen Rahmen, in dem eine Sensibilisierung für diese unterschiedlichen Perspektiven leichter zu operationalisieren ist. So differieren die sensorischen Gegebenheiten in den beiden unterschiedlichen Aufenthaltsorten. Diese Differenz kann als Grundlage eines therapeutischen Gesprächs dienen, indem diese Differenzen gemeinsam – jeder an seinem Aufenthaltsort – erforscht und verglichen werden. Ferner lassen sich weitere allgemeine sowie raumbezogene Übungen im Videochat spielerisch durchführen. Neben der Bezugnahme etwa auf sich im Raum befindliche Objekte („ich sehe was, was du nicht siehst“) können weitere, nicht notwendigerweise kontextbezogene Übungen herangezogen werden. Geeignet können zum Beispiel die Übung „Lügendetektor“ [6], „eingefrorene Gefühlsstatuen“ oder „Familienkoffer“ ggf. modifiziert hinsichtlich der Coronasituation: Welche fünf Dinge sind dem Therapeuten/dem Patienten während einer etwaigen Quarantäne wichtig? sein.

Einführung von Strukturen Angesichts der veränderten Situation kann der Tag-Nacht-Rhythmus schnell aus den Fugen geraten. Die Einführung von Strukturen trägt zu einem erhöhten Sicherheitsgefühl bei und kann besonders bei Menschen mit ASS indiziert sein. Das Videosetting per se macht es leichter, dass die Therapiesitzungen selbst einen Beitrag zu einer erhöhten Struktur leisten, indem sie beispielsweise gesplittet und zu bestimmten und strukturfördernden Zeiten stattfinden. Für die Klientengruppe der Vor- und Grundschul Kinder mit ASS, die in der Regel für das Videochatsetting kaum geeignet ist, lassen sich Strukturen bei einer Videoberatung der Eltern anbahnen. Der Umstand, dass mindestens ein Elternteil während der Krise die häusliche Betreuung der Kinder übernimmt, stellt eine Chance dar, dass in dieser Zeit Tagespläne und -strukturen mit therapeutischer Unterstützung erstellt und eingeführt werden. Kleine – in der Regel als frühkindliche Autisten einzuordnende – Kinder profitieren in hohem Maße von der Einführung täglicher Routinen. Hierfür lässt sich das TEACCH-Modell nutzen, das einen visualisierten zeitlichen, inhaltlichen und räumlichen Rahmen bietet.

## **Videoanalyse häuslicher Situationen**

Der angesichts der Corona-Gefahren von der Politik angeratene Verbleib im häuslichen Umfeld legt es nahe, nach der Situation dieser Kinder und ihrer Familien während

dieses häuslichen Rückzugs Ausschau zu halten. Der bisweilen alternativlose Ausfall der direkten Arbeit mit Vorschul- und Kleinkindern vor allem mit sog. frühkindlichem Autismus, während eine therapeutische Arbeit mit Jugendlichen mit dem Asperger-Syndrom etwa mittels Videochat durchaus realisierbar ist, verstärkt die Frage nach deren

Quelle: [link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00739-020-00641-9.pdf](https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00739-020-00641-9.pdf)