

Infografik:

Barrierefreiheit für Autist/innen im Gesundheitssystem

Teil 3: Besonderheiten...

... in der Psychotherapie:

- Autism first!
- möglichst feste Zeiten vereinbaren: gleicher Wochentag, gleiche Zeit, gleicher Raum (zwingend notwendige Änderungen rechtzeitig besprechen)
- nicht zu nah beieinander sitzen
- sensorische Besonderheiten beachten (Licht, Geräusche, Gerüche ...)
- alternative Kommunikationsmöglichkeiten anbieten (E-Mail, Brief, Zeichnungen ...), auch zur Vor- und Nachbereitung der Therapiestunden
- Empathie, Kongruenz und bedingungslos positive Annahme nach Rogers als Grundlage der Beziehungsgestaltung
- detailliertere Erklärungen u. Informationen über die angewandten Methoden u. Verfahren geben
- unverstandene soziale Situationen erklären
- immer wieder die eigene u. die autistische Wahrnehmung miteinander abgleichen, Unterschiede auf- und erklären
- die Emotionen, Gefühle und Erinnerungen autistischer Menschen sind größer (s. "Theorie der Intensiven Welt" von Markram), größere Gefahr für Traumata, die sich in das Gedächtnis "einbrennen"
- am Ende der Sitzung eine ehrliche Rückmeldung geben u. versichern, dass alles gut ist in der therapeutischen Beziehung

... in psychiatrischen Kliniken:

- Autism first!
- möglichst ein Einzelzimmer anbieten
 - wenn dies nicht möglich ist, gut überlegen, wer zur Patientin/zum Patienten passen könnte
- Anpassung des Settings:
 - Gruppenaktivitäten oder Entspannungsverfahren können für autistische Patient/innen nicht geeignet sein
 - Gruppensitzungen oder -aktivitäten nicht erzwingen
 - individuelle, einzeltherapeutische Maßnahmen
- Rückzugsmöglichkeiten zu jeder Zeit ermöglichen und zusichern
- schnellere Erschöpfbarkeit berücksichtigen
 - größere Erholungszeiten zulassen
- Mitpatient/innen über Autismus aufklären
- Notfallpläne für Shutdowns und Meltdowns gemeinsam mit Patient/innen erarbeiten
- Stimming akzeptieren (auf gar keinen Fall verbieten!)
- die autistischen Besonderheiten nicht "wegtherapieren" wollen, sondern gemeinsam erarbeiten, wie das autistische Leben in einer nicht-autistischen Welt leichter für den Patienten/die Patientin werden kann
- den ausgeprägten Gerechtigkeitssinn beachten
- dem Bedürfnis nach Beständigkeit, Regeln, Routinen und Planbarkeit so gut wie möglich entgegenkommen

... im Krankenhaus:

- möglichst schriftliche und detaillierte Informationen über die Abläufe im Krankenhaus geben
- schriftliche Übersicht, was für den Krankenhausaufenthalt mitzubringen ist (Krankenhauskoffer)
- STRESS durch Angst, Unsicherheit, zu engem Kontakt, zu viele Patient/innen, sensorische Reizüberflutung, fehlenden Bezugspersonen, fehlendem Rückzugsort, ständig wechselndem Pflegepersonal, Durchbrechung des gewohnten Tagesablaufs (Routinen, Rituale)
- bei elektiven Eingriffen vor dem Aufenthalt
 - Austausch über die autistischen Bedürfnisse u. Möglichkeiten der Anpassung an diese reflektieren u. planen
 - das behandelnde Pflege- und Ärzteteam über Autismus und seine Besonderheiten aufklären
- alle Schritte und Maßnahmen mit dem Patienten/der Patientin vorher detailliert besprechen
- klare, eindeutige Kommunikation
- Rückzugsmöglichkeiten im Krankenhaus überlegen u. anbieten (z.B. ruhige Ecke, evtl. Klinikkapelle, ...)
- bei Untersuchungen Bezugspersonen zulassen
- Zimmer u. Untersuchungsräume möglichst reizarm gestalten
- alle Fragen geduldig beantworten (auch wenn sie wiederholt gestellt werden)
- bei untypischen Reaktionen o. unverständlichem Verhalten nachfragen
- gute Planung u. Vorbereitung der Entlassung u. Weiterbehandlung
 - schriftliche Informationen mitgeben

