

Wenn Sie nicht sicher sind, ob einige dieser Kriterien auf ein Therapieangebot zutreffen, können Sie direkt danach fragen. Kompetente Therapeut_innen werden Ihnen antworten und Sie darin unterstützen, etwaige Unklarheiten auszuräumen.

Therapie- und Fördermethoden, die auf der „Angewandten Verhaltensanalyse“ (ABA) beruhen, erfüllen viele wesentliche Punkte dieser Kriterien nicht. Weder richten sich die Zielvereinbarungen nach den Wünschen und Interessen des autistischen Menschen, noch besteht für ihn die Möglichkeit, auf den Verlauf der Behandlung Einfluss zu nehmen oder unangenehme Maßnahmen abzulehnen, was einer Anwendung von starkem Zwang entspricht. Entsprechende Verfahren sind deshalb als **unethisch** abzulehnen.

Als positive Beispiele sind grundsätzlich die Förderung autistischer Menschen nach dem **TEACCH**-Ansatz (insbesondere bei Kindern und Jugendlichen, aber auch bei erwachsenen Menschen mit einem größeren Unterstützungsbedarf im Alltag) sowie die **kognitive Verhaltenstherapie** (insbesondere bei Jugendlichen und Erwachsenen im Rahmen einer Psychotherapie) zu nennen.

Eine vollständige Liste der vielen existierenden Therapiemethoden würde den Rahmen dieser Handreichung sprengen und den individuellen Bedürfnissen verschiedener autistischer Menschen nicht gerecht werden. Wir hoffen jedoch, dass diese Leitgedanken Ihnen bei der Entscheidung für oder auch gegen eine Therapie helfen. Grundsätzlich obliegt diese Entscheidung immer Ihnen selbst!

Herausgegeben von



Autland Nürnberg
von und für Autist_innen



*Dieses Werk ist lizenziert unter einer **Creative Commons Namensnennung - Keine Bearbeitungen 4.0 International Lizenz**.*

Prüfkriterien für Therapieangebote

für Autist_innen

Die Veranlagung für Autismus ist nach heutigen Erkenntnissen angeboren und bedeutet eine **Variante der Entwicklung des Gehirns** und als solche keine Krankheit. Unterschiede zu neurotypischen Menschen zeigen sich besonders in den Bereichen der **Wahrnehmungsverarbeitung** und der **Kommunikation**. Es gibt derzeit keinen Therapieansatz, der eine Heilung von Autismus ermöglicht.

Therapien können allerdings helfen, belastende Symptome zu lindern, die Lebensqualität zu verbessern, und somit eine große Hilfe bedeuten. Grundsätzlich ist es wichtig, dass ein_e Therapeut_in Ihnen Respekt und eine wertschätzende Haltung entgegen bringt. Diese beinhaltet vor allem, dass eine gesunde autistische Entwicklung als solche in ihrem Anderssein und mit ihren Stärken respektiert wird. Die Therapie orientiert sich also nicht nur an etwaigen Defiziten, sondern an Ihnen als Mensch mit individuellen Stärken und Schwächen.

Dabei ist jede Form von **Zwang** abzulehnen. Zwang bedeutet, dass Ihr Wille nicht berücksichtigt wird, Maßnahmen ohne Ihre Zustimmung erfolgen oder Entscheidungen über Ihre Therapie ohne Sie getroffen werden. Zwang verletzt die Würde eines Menschen und beginnt für Autist_innen oft bereits beim Einfordern von Körper- oder Blickkontakt. Was genau als Zwang empfunden wird, ist individuell verschieden. Es ist wichtig, dass Sie offen äußern können, wenn Ihnen etwas unangenehm ist, und dass Ihre Grenzen respektiert werden. Auch hat ein_e Therapeut_in nicht das Recht, Sie ohne vorherige Absprache in Ihren Stereotypen oder Ritualen zu unterbrechen. Sie sind für viele Autist_innen eine wichtige Ressource und müssen als solche respektiert werden.

In diesem Sinne können folgende Aspekte bei der Entscheidung für oder gegen eine Therapie eine Hilfestellung sein. Die Gewichtung einiger Punkte wird sicher von Person zu Person unterschiedlich ausfallen, insgesamt bieten sie jedoch eine gute Orientierung.

Die Therapiemethode

- Die Methode beinhaltet weder physischen noch psychischen Zwang.
- Sie werden mit Ihren Eigenheiten wie z.B. beruhigende Stereotypen akzeptiert. Sie werden nicht gezwungen, Blick- oder Körperkontakt aufzunehmen. Sie werden nicht ohne Absprache angefasst.
- Die Therapie hat nicht das Ziel, Sie an das sogenannte *Normale* anzupassen, sondern Sie darin zu unterstützen, eigene Ziele und Wünsche zu formulieren und Wege zur Umsetzung zu finden.
- Die Therapie unterscheidet klar zwischen Autismus und möglicherweise zusätzlichen Erkrankungen und Schwierigkeiten wie z.B. Depressionen und Traumata.
- Es gibt keine Warnungen von unabhängigen Stellen vor z.B. körperlichen oder psychischen Schäden durch Einsatz der Methode.
- Der_die Therapeut_in und Sie orientieren sich gemeinsam an erreichbaren Zielen. Vor Methoden mit starren Zielvorgaben ist zu warnen. Die Therapie verspricht keine Heilung von Autismus.

Der_die Therapeut_in:

- hat eine fundierte Berufsausbildung im Bereich Autismus oder die Bereitschaft, sich entsprechend fortzubilden.
- arbeitet entweder im Team mit qualifizierten Mitarbeiter_innen zusammen oder ist zum Austausch mit anderen Therapeut_innen bereit. Es findet regelmäßig Supervision statt.
- respektiert Ihre individuellen Kommunikationsmöglichkeiten. So ist z.B. eine alternative Kommunikation per E-Mail mit der Praxis möglich.
- ist offen für andere Therapieformen. Es wird nicht auf die alleinige Berechtigung der Methode gepocht und bei Bedarf werden geeignete Kolleg_innen empfohlen.
- hat Erfahrung mit Krisensituationen und lässt Sie in solchen nicht allein.

Die Praxis

- In der Praxis gibt es einen Rückzugsort, der jederzeit für Sie zugänglich ist.
- In der Praxis werden unterschiedliche Methoden nach individuellem Bedarf eingesetzt.
- Das Angebot der Praxis wird über Informationsmaterial, Internetauftritt, Veranstaltungen usw. öffentlich zugänglich.
- Die Praxis ist gut erreichbar. Die Anfahrt birgt kein unverhältnismäßig hohes Stresspotential.
- Auf Wunsch sind ggf. Hausbesuche möglich.
- Der zeitliche Aufwand bedeutet für Sie keine übermäßige Belastung.

Während der Therapie

- Sie werden als selbstbestimmte_r und gleichberechtigte_r Partner_in gesehen. Die Zusammenarbeit basiert auf Respekt und Vertrauen.
- Die Therapie orientiert sich an Ihrem individuellen Entwicklungsstand und Ihrer Motivation. Sie können Ihre Ziele und Wünsche im Verlauf der Therapie verändern.
- Die Inhalte der Therapie, Fort- und auch Rückschritte, können jederzeit offen besprochen werden.
- Die Therapie wird bei Bedarf im Verlauf angepasst.
- Therapeut_in und Team akzeptieren Sie mit Ihren Stärken und Schwächen. Es werden nicht nur Ihre Defizite hervorgehoben, sondern Ihre Stärken gefördert und zum Erreichen Ihrer Ziele genutzt.
- Therapeut_in und Team wollen Sie nicht heilen, sondern Sie darin unterstützen, Bewältigungsstrategien zu entwickeln und Ihre Lebensqualität zu verbessern.
- Auf Ihren Wunsch besteht für Angehörige die Möglichkeit, an einer Therapiestunde teilzunehmen.
- Das soziale Umfeld wie z.B. Arbeitskolleg_innen und Freund_innen werden auf Ihren Wunsch in die Therapie einbezogen.
- Sie fühlen sich in den Räumlichkeiten und mit den anwesenden Personen wohl. Auf Ihre sensorischen Bedürfnisse wird eingegangen (z.B. durch Anpassen der Lichtverhältnisse, geräuscharme Umgebung, Vermeiden von starken Gerüchen,...)