

Inhalt

Stimmen zum Buch.....	5
Danksagung	12
Vorwort	13
1 Grundlagen	15
1.1 Diagnose/Symptomatik	15
1.1.1 Geschichte	15
1.1.2 Diagnosekriterien	15
1.2 Klinisches und neuropsychologisches Erscheinungsbild	18
1.2.1 Sozio-emotionale Beeinträchtigungen	19
1.2.2 Repetitives und restriktives Verhalten und Routinen	24
1.2.3 Besonderheiten in der sensorischen Wahrnehmung und Verarbeitung	26
1.3 Autistische Stärken	27
1.4 Störungsmodell	29
1.5 Komorbidität und Differenzialdiagnose	31
1.5.1 Depressionen	32
1.5.2 Angststörungen	32
1.5.3 Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätssyndrome (ADHS)	34
1.5.4 Zwangsstörungen	34
1.5.5 Persönlichkeitsstörungen	35
1.6 Diagnostischer Prozess und Verfahren	36
1.6.1 Empfohlenes diagnostisches Vorgehen	38
1.7 Prävalenz und Geschlechterverteilung	41
1.8 Ätiologie und Pathophysiologie	42
1.9 Verlauf und psychosoziales Funktionsniveau	43
1.9.1 Ausbildung und Berufstätigkeit	44
1.9.2 Wohnen und Versorgung	44
1.9.3 Partnerschaften	45
1.10 Fachgesellschaften, Selbsthilfegruppen und Initiativen	46
1.11 Behandlungsoptionen für hochfunktionale Erwachsene mit ASS	47
1.11.1 Therapiebedarf und -wünsche von Personen mit ASS	47
1.11.2 Interventionen für Beeinträchtigungen in Sozial- und Kommunikationsverhalten	48
1.11.3 Kognitive Verhaltenstherapie (KVT) für Kernsymptome und Komorbiditäten bei Erwachsenen mit ASS	50
1.11.4 Hochfunktionaler Autismus bei Erwachsenen: Ein KVT-Manual für die Einzelpsychotherapie	51
2 Therapeutischer Leitfaden	53
2.1 Besonderheiten in der Arbeit mit Menschen mit ASS	53
2.1.1 Rahmenbedingungen	54
2.1.2 Kommunikation	55
2.1.3 Beziehungsgestaltung	57
2.1.4 Der Umgang mit Komorbidität	60

2.1.5	Positive Aspekte und Herausforderungen der therapeutischen Arbeit mit Menschen mit ASS	60
2.2	Das Arbeiten mit diesem Manual	62
2.2.1	Besonderheiten des Manuals	62
2.2.2	Handhabung	63
2.2.3	Arbeitsmaterialien	64
3	Psychoedukation	65
3.1	Symptome von Autismus-Spektrum-Störungen und Störungsmodell ...	65
3.2	Stärken und Schwächen bei Menschen mit ASS	68
3.3	Therapieziele	71
4	Selbstwerterleben/Identitätsfindung	74
4.1	Identifikation negativer (Grund-)Annahmen	75
4.2	Veränderung negativer (Grund-)Annahmen	77
4.3	Etablierung eines wohlwollenden Begleiters	82
4.4	Aufbau von Selbstakzeptanz und Selbstfürsorge	84
4.5	Selbsthilfeliteratur und Erfahrungsberichte	88
4.6	Wie erkläre ich es den Anderen?	92
5	Stressmanagement	95
5.1	Psychoedukation	98
5.2	Identifikation von Stressoren	100
5.2.1	Typische Belastungssituationen	103
5.2.2	Erkennung von Frühwarnzeichen	103
5.2.3	Achtsamkeit	107
5.3	Umgang mit Stressoren	108
5.3.1	Ausgleichende Aktivitäten/Skills	108
5.3.2	Hilfsmittel und externe Hilfe	112
5.3.3	Radikale Akzeptanz	112
5.4	Hilfreiche Selbstmanagement-Strategien	116
5.5	Wie erkläre ich es den Anderen?	118
5.6	Umgang mit Suizidalität	119
6	Sozio-emotionale Kompetenzen	122
6.1	Einführung ins Thema und Commitment	124
6.2	Eigene Gefühle	127
6.2.1	Eigene Gefühle verstehen	127
6.2.2	Psychoedukation	128
6.2.3	Gefühlstagebuch	128
6.2.4	Gefühle als Kompass für Bedürfnisse	130
6.2.5	Eigene Emotionen ausdrücken und soziale Signale senden	131
6.2.6	Empathie und Anteilnahme empfinden	134
6.3	Soziale Wahrnehmung und das Verstehen der Gefühle, Gedanken und Absichten Anderer	136
6.3.1	Informationsquellen zur Einschätzung der mentalen Zustände Anderer	136
6.3.2	Nonverbale Kommunikation	138
6.3.3	Verbale Kommunikation	149
6.4	Soziales Wissen und Regeln	151
6.4.1	Psychoedukation	152
6.4.2	Gespräche führen	153
6.4.3	Herausfordernde soziale Situationen meistern	156
6.5	Wertschätzende Umfeldler aufsuchen	158

7	Partnerschaft und Sexualität	161
7.1	ASS und Partnerschaft	161
7.2	ASS und Sexualität	169
8	Berufliche Orientierung und Integration	175
8.1	Exploration des beruflichen Selbstkonzepts	176
8.2	Navigation im sozialen Gefüge am Arbeitsplatz	183
8.3	Weiterführende Angebote für die berufliche Inklusion von Menschen mit ASS	185
	Literatur	187
	Stichwortverzeichnis	195