

Tabellenverzeichnis.....	5
Abbildungsverzeichnis	6
Abkürzungsverzeichnis	7
1. Einleitung.....	10
1.1 Schlafstörungen.....	10
1.1.1 Überblick	10
1.1.2 Insomnien	11
1.2 Autismus-Spektrum-Störungen.....	16
1.2.1 Begriff und Geschichte.....	16
1.2.2 Epidemiologie.....	17
1.2.3 Ätiologie	19
1.2.4 Klassifikation/Symptomatik	21
1.2.5 Diagnostik.....	25
1.2.6 Komorbiditäten.....	27
1.2.7 Therapie.....	27
1.2.8 Outcome.....	28
1.3 Schlaf und Autismus-Spektrum-Störungen.....	29
1.3.1 Schlaf bei Kindern mit Autismus-Spektrum-Störungen.....	29
1.3.2 Schlaf bei Erwachsenen mit Autismus-Spektrum-Störungen.....	32
1.3.3 Ursachen von Schlafstörungen bei Personen mit Autismus-Spektrum-Störungen.....	33
1.3.4 Therapie von Schlafstörungen bei Personen mit Autismus-Spektrum-Störungen.....	36
1.4 Zielsetzung und Hypothesen der vorliegenden Arbeit	37
2. Methoden.....	39
2.1 Stichprobenbeschreibung	39
2.2 Fragebögen.....	40
2.2.1 Insomnia Severity Index	40
2.2.2 Pittsburgh Sleep Quality Index	42
2.2.3 Epworth Sleepiness Scale.....	44
2.2.4 Dysfunctional Beliefs and Attitudes About Sleep Scale	45
2.2.5 Pre-Sleep Arousal Scale	47
2.2.6 Glasgow Sleep Effort Scale.....	48
2.2.7 Multidimensional Fatigue Inventory	49
2.2.8 Morningness-Eveningness Questionnaire	50

2.2.9	Beck Depression Inventory.....	51
2.2.10	State-Trait Anxiety Inventory.....	52
2.2.11	Abend-/Morgenprotokoll (Schlafstagebuch).....	54
2.3	Statistische Analyse.....	55
3.	Ergebnisse.....	56
3.1	Schweregrad einer Insomnie – <i>Insomnia Severity Index</i> (ISI)	56
3.2	Subjektive Schlafqualität - <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	58
3.3	Tagesschläfrigkeit – <i>Epworth Sleepiness Scale</i> (ESS).....	59
3.4	Dysfunktionale Überzeugungen und Einstellungen zum Thema Schlaf - <i>Dysfunctional Beliefs and Attitudes About Sleep Scale</i> (DBAS).....	59
3.5	Bewusste Anstrengung zu schlafen - <i>Glasgow Sleep Effort Scale</i> (GSES)	60
3.6	Somatisches und kognitives Arousal vor dem Schlafen - <i>Pre-Sleep Arousal Scale</i> (PSAS) ...	61
3.7	Schweregrad depressiver Symptomatik - <i>Beck Depression Inventory</i> (BDI)	63
3.8	Ängstlichkeit - <i>State-Trait Anxiety Inventory</i> (STAI).....	65
3.9	Schlafstagebuch - <i>Abend-/Morgenprotokoll</i>	66
3.10	Chronotyp - D-MEQ	76
3.11	Fatigue – <i>Multidimensional Fatigue Inventory</i> (MFI)	76
4.	Diskussion	78
4.1	Zusammenfassung der Ergebnisse/Besprechung der Ausgangshypothesen.....	78
4.2	Erläuterung der Ergebnisse	79
4.2.1	Insomniesymptome.....	79
4.2.2	Subjektive Schlafqualität.....	80
4.2.3	Tagesschläfrigkeit.....	80
4.2.4	Kognitionen und Arousal.....	81
4.2.5	Schlaf-Wach-Rhythmus / Schlafdauer	81
4.2.6	Fatigue	82
4.2.7	Komorbiditäten.....	82
4.3	Stärken und Einschränkungen der Arbeit.....	83
4.4	Bedeutung der erzielten Ergebnisse und Ausblick.....	86
	Zusammenfassung.....	88
	Literaturverzeichnis.....	89
	Anhang	105