

Menschen mit Autismus am Arbeitsplatz

Informationen für den Umgang mit Mitarbeiter/innen aus dem Autismus-Spektrum



Im heutigen Berufsleben spielen die sogenannten „soft skills“, ständiges Netzwerken und professionelles Verhalten in komplexen, sozialen Situationen eine wichtige Rolle. Dabei wird davon ausgegangen, dass solche sozialen Fähigkeiten natürlich sind und jeder darin gut sein kann. Autistische Menschen nehmen ihre Umgebung aber anders wahr als die anderen Arbeitnehmer/innen.

Autismus kurz erklärt

Autismus ist eine tiefgreifende Entwicklungsstörung:

Das heisst, dass Autismus umfassende Bereiche des Denkens, Fühlens, Wahrnehmens und Handelns eines Menschen bestimmt.

Autismus betrifft in der Diagnostik drei Bereiche:

1. Beeinträchtigung der sozialen Interaktion
2. Beeinträchtigung der Kommunikation
3. Stereotype oder rituelle Verhaltensweisen beziehungsweise spezielle oder ungewöhnliche Interessen

Autismus bedeutet meistens auch:

- Schwierigkeiten bei der Filterung und Verarbeitung von Sinneseindrücken
- Schlechte Grobmotorik
- Schwierigkeiten bei der Stressverarbeitung

Und aus der Perspektive autistischer Menschen:

- Den Eindruck, häufig missverstanden zu werden
- Aussenseiter zu sein, sich isoliert zu fühlen
- Unterschätzt oder überschätzt zu werden
- Als autistischer Mensch akzeptiert werden zu wollen

Autismus kann sehr unterschiedlich ausgeprägt sein:

Autistische Menschen unterscheiden sich sehr voneinander, auch wenn es Erfahrungen gibt, die sie miteinander teilen. Deshalb wird auch vom Autismus-Spektrum gesprochen.





Was sind typische, autistische Stärken?

Auch die Stärken autistischer Menschen sind sehr unterschiedlich:

Stärken autistischer Menschen können sich in allen Bereichen zeigen; so verschieden Menschen aus dem Autismus-Spektrum sind, so unterschiedlich sind die Bereiche ihrer Interessen und Stärken. Dennoch gibt es Stärken, die die meisten Autisten mehr oder weniger ausgeprägt vorweisen können.

Die Umgebung und das soziale Umfeld spielen eine entscheidende Rolle dabei, ob autistische Menschen ihre Stärken und Potenziale entfalten können oder nicht.

Stärken, die bei autistischen Menschen oft anzutreffen sind:

- Offenheit, Ehrlichkeit
- Zuverlässigkeit, Loyalität
- Grosses Engagement, Ausdauer und Verantwortungsbewusstsein
- Korrekt, gewissenhaft und oft perfektionistisch
- Orientierung an der Sache
- Genauigkeit, Blick für Details
- Unabhängigkeit, geringe Beeinflussbarkeit
- Neigung zum logischen Denken
- Spezialinteressen
- Fachliche Kompetenz
- Kreative Lösungen





Was sind typische Schwierigkeiten autistischer Menschen?

Typische Schwierigkeiten autistischer Menschen sind:

- Oft fehlendes Verständnis für Gefühle und Gedanken anderer
- Detail-Fokussierung; Schwierigkeiten, ein Gesamtbild zu erkennen
- Überdurchschnittlich hohe Reizempfindlichkeit
- Häufige Missverständnisse
- Geringe Flexibilität
- Manchmal Erregungszustände oder irritierende Emotionen
- Probleme mit Smalltalk und Kommunikation in der Gruppe
- Schwierigkeiten beim Multitasking

Welches Verhalten des Umfeldes fördert Menschen aus dem Autismus-Spektrum?

- Klarheit in der Kommunikation, insbesondere bei Erwartungen:
konkrete, sachliche Anweisungen
- Routinen, gleiche Abläufe und Rituale
- Tagespläne und Wochenpläne
- Deutliche, klare Rückmeldungen
- Reizarme Umgebung ermöglichen
(z.B. keine Pflanzen oder Bilder, Kopfhörer oder Sonnenbrille erlaubt)
- Konstanz der Umgebung und der Ansprechpartner
- Aufgeschlossene, offene, ehrliche und freundliche Menschen





Einige konkrete Beispiele, wie Menschen aus dem Autismus-Spektrum unterstützt werden können:

- Ausführliche Einarbeitungszeit
- Konstante Rahmenbedingungen
- Sicherheit geben durch klare Strukturierung und Planung der Arbeit (überschaubare Arbeitsschritte)
- Klare Vorgaben zu Prioritäten
- Keine plötzlichen, unvermittelten Veränderungen
- Schriftliche Kommunikation: diese kann oft besser verstanden werden, weil dabei die verwirrende, nonverbale Kommunikation wegfällt
- Klar mitteilen, ob eine Antwort erwartet wird
- Vermeiden von Störungen durch summende Neonröhren oder leise Hintergrundgeräusche
- Rückzug ermöglichen
- Soziale Stresssituationen vermeiden (z.B. keine verpflichtende Teilnahme an Pausen, Feiern oder Ausflügen)

Einem Menschen mit ASS anzustellen, bedeutet aber nicht nur eine Mehrbelastung, sondern unter Umständen auch eine grosse Bereicherung für den Arbeitgeber. Für den Betroffenen ist eine gelungene Integration in die Arbeitswelt in der Regel die beste Therapie, für die Allgemeinheit werden Kosten gespart und wertvolle Arbeiter in den Arbeitsmarkt integriert.

(Zitat aus «Umgang mit Mitarbeitern mit Autismus-Spektrum-Störungen» - Marianne Iberg, Elisabeth Anderfuhren)

