

Autismus-Spektrum-Störungen

Autismus-Spektrum-Störungen (ASS) und die dafür typischen Symptome

Der Begriff «Autismus» kommt aus dem Griechischen und bedeutet «sehr auf sich bezogen sein». Von Leo Kanner und Hans Asperger wurde der Begriff erstmals für Kinder mit einer tiefgreifenden Entwicklungsstörung verwendet. Autistische Störungen können sich ganz unterschiedlich zeigen. Heute spricht man von Autismus-Spektrum-Störungen (ASS).

Menschen mit einer Störung aus dem Autismus-Spektrum nehmen ihre Umwelt anders wahr (autistische Wahrnehmung). Sie können sich nur mit Mühe in andere Menschen einfühlen und adäquat mit ihnen kommunizieren. Sie können die Stimmung ihres Gegenübers aus dessen Gesicht schlecht erkennen. Kontakte werden eher vermieden. Gerne befassen sie sich mit einem Spezialgebiet. Sie haben Schwierigkeiten, sich auf Neues einzustellen und den Wunsch, Alltagsabläufe immer gleich zu gestalten (Rituale). Oft orientieren sie sich an Details und haben Mühe, eine Situation ganzheitlich zu erfassen. In vielen Fällen sind die Betroffenen in ihren Bewegungen eher ungeschickt.

Über- oder Unterempfindlichkeiten auf Licht, Gerüche, Geräusche oder Berührungen sind häufig. Sie zeigen sich z. B. als Faszination für Licht oder glänzende Oberflächen, als Angstreaktionen bei speziellen Geräuschen, als Vorliebe für intensive Körperkontakte oder als auffälliges Beriechen oder Ertasten von Oberflächen und Gegenständen. Diese Über- oder Unterempfindlichkeiten (die autistische Wahrnehmung) führen dazu, dass Kinder oder Erwachsene aus dem Autismus-Spektrum grosse Probleme haben, ihre Umwelt als sinnvolles Ganzes zu verstehen. Das Erreichen von Lernerfolgen wird dadurch erschwert.

Разстройства от аутистичния спектър

Разстройства от аутистичния спектър (РАС) и техните типични симптоми

Терминът "аутизъм" идва от гръцки и означава " силно вгълбен в себе си". Лео Канер и Ханс Аспергер го използват първоначално за деца с дълбоки нарушения в развитието. Аутистичните нарушения могат да бъдат много различни. Сега се говори за разстройства от аутистичния спектър (РАС).

Хората с нарушение от аутистичния спектър възприемат заобикалящата ги среда различно (аутистично възприемане). Могат само с големи усилия да изпитват съпричастност към другите хора и трудно общуват с тях адекватно. Не могат да разпознаят настроението на отсрещния човек. Контактите по-скоро се избягват. Занимават се интензивно с една определена област. Имат затруднения в адаптирането към нови неща и искат ежедневните процеси винаги да протичат по един и същ начин (ритуали). Често се концентрират върху детайлите и имат трудности да разгледат една ситуация цялостно. В много случаи засегнатите са доста несръчни в движенията си.

Висока или ниска чувствителност към светлина, миризми, звуци или допир са често срещани. Проявяват се, например като възхищение към светлина или лъскави повърхности, като страх от определени звуци, като предпочитание за интензивен телесен контакт, подушване или докосване на предмети и повърхности. Тази висока или ниска чувствителност (аутистично възприемане) е причина децата или възрастните от аутистичния спектър да имат големи проблеми във възприемането на обкръжаващата ги среда като едно смислено цяло. Това затруднява постигането на резултати от обучението.

Für Betroffene ist es schwierig, sich in eine andere Person hineinzusetzen.

Diese autistischen Merkmale können sehr ausgeprägt sein – dann behindern sie die Entwicklung eines Kindes massgeblich und treten meistens bereits in den ersten drei Lebensjahren auf. Man spricht in diesem Fall von frühkindlichem Autismus.

Sind die Merkmale weniger deutlich erkennbar, fallen sie dem Umfeld der Betroffenen oder auch der Person selbst oft erst später auf. Die dann gestellte Diagnose ist auch unter dem Namen Asperger-Syndrom bekannt. Die Symptome sind von Person zu Person sehr unterschiedlich und verändern sich in ihrer Ausprägung im Laufe der Entwicklung.

Allgemein gilt:

Die Ursachen von Autismus-Spektrum-Störungen sind bis heute nicht vollständig geklärt. Bei der Entstehung spielen mit Sicherheit mehrere Faktoren eine Rolle. Genetische Einflüsse und biologische Abläufe vor, während und nach der Geburt können die Entwicklung des Gehirns beeinträchtigen und die Autismus-Spektrum-Störung auslösen. Sie entsteht nicht durch Erziehungsfehler oder familiäre Konflikte. Mit gezielter Förderung und Unterstützung können Menschen mit Autismus ihre Fähigkeiten entwickeln und dadurch besser in die Gesellschaft integriert werden.

Bis etwa 1980 wurden nur schwer betroffene Kinder mit frühkindlichem Autismus als «autistisch» diagnostiziert. Mit dem Konzept der Autismus-Spektrum-Störungen wurde die Diagnose häufiger gestellt. Neuere Untersuchungen zeigen, dass ca. 1 % der Bevölkerung von einer Autismus-Spektrum-Störung betroffen ist (Knaben oder Männer häufiger als Mädchen und Frauen).

«Manche Geräusche schmerzen meine Ohren so, wie wenn der Bohrer beim Zahnarzt einen Nerv trifft.»

- Temple Grandin

За тях е трудно да се поставят на мястото на друг човек.

Тези аутистични черти могат да бъдат много ясно изразени – те значително пречат на развитието на детето и обикновено се появяват през първите три години от живота. В този случай става въпрос за ранен детски аутизъм.

Когато чертите са слабо изразени, се разпознават по-късно от самия човек или от неговото обкръжение. Тогава поставената диагноза е известна също под името синдром на Аспергер. Симптомите варират значително от човек на човек и се променят по сериозност в продължение на развитието.

Като цяло важи:

Причините за разстройствата от аутистичния спектър до днес не са напълно изяснени. При възникването със сигурност много фактори играят важна роля. Генетични влияния и биологични процеси преди, по време и след раждането могат да повлияят на развитието на мозъка и да предизвикат разстройство от аутистичния спектър. То не се причинява от грешки във възпитанието или семейни конфликти. Целенасочената подкрепа и насърчаване могат да допринесът хората с аутизъм да развият своите умения и чрез това по-добре да се интегрират в обществото.

До 1980 година само сериозно засегнатите деца с ранен аутизъм са бивали диагностицирани като "аутистични". С въвеждането на концепцията за т.нар. разстройства от аутистичния спектър диагнозата започна да се поставя по-често. Последните проучвания показват, че около 1% от населението е засегнато от разстройство от аутистичния спектър (тази болест се среща по-често при момчетата или мъжете, от колкото при момичетата и жените).

«От някои звуци ушите ме болят толкова много, също както когато бормашиинката на зъболекаря докосне един нерв».

- Темпл Грандин

Formen des Autismus-Spektrums

Frühkindlicher Autismus

Die vom amerikanischen Kinderpsychiater Leo Kannner 1943 beschriebenen Kinder erhielten die Diagnose frühkindlicher Autismus. Man kennt deshalb auch den Namen Kanner-Autismus. Kanners Beschreibung und Definition hat lange das Bild des kindlichen Autismus geprägt.

Bei den betroffenen Kindern sind Auffälligkeiten in drei Bereichen vorhanden:

- **In der Sprache und der Kommunikation:** z. B. verspätete oder fehlende Sprachentwicklung oder Verlust von vorhandener Sprache, häufiges Wiederholen von Wörtern oder Sätzen.
- **Auffälligkeiten der sozialen Interaktionen:** z. B. Besonderheiten im Blickkontakt, Mimik und Gestik, wenig Interesse an anderen Personen oder ungeschickte Formen der Kontaktaufnahme, fehlendes Verständnis für Abläufe innerhalb von Gruppen.
- **Eingeschränkte, repetitive und stereotype Verhaltensmuster, Interessen und Aktivitäten:** z. B. Drehen an Rädern von Spielzeugautos, Aufreihen von Gegenständen, auffällige Hand- oder Körperbewegungen, Festhalten an Gewohnheiten, Mühe mit Programmänderungen.

Erste Hinweise sind oft ab einem Alter von 12 Monaten vorhanden. Mit 2 - 2 1/2 Jahren kann in der Regel eine zuverlässige Diagnose gestellt werden. Kinder mit frühkindlichem Autismus zeigen oft einen allgemeinen Entwicklungsrückstand.

Atypischer Autismus

Sind bei Kindern mit einer autistischen Störung die Symptome nicht in allen drei genannten Bereichen vorhanden, sind sie erst später deutlich geworden oder nicht sehr ausgeprägt, spricht man von atypischem Autismus. Bei Kindern mit frühkindlichem oder atypischem Autismus ist auch der allgemeine

Форми на аутистичния спектър

Ранен детски аутизъм

През 1943 година децата, описани от американския детски психиатър Лео Канер са получили диагнозата детски аутизъм. Това нарушение е известно също като Аутизъм на Канер. Описанието и дефиницията на Канер дълго време е била водеща при ранния детски аутизъм.

При засегнатите деца се наблюдават нарушения в три области:

- **Говор и комуникация:** например, липса или късна поява на устната реч или загуба на съществуваща преди това реч, често повтаряне на думи или фрази.
- **Аномалии в социалните взаимодействия:** например, избягване на контакт с очите, неразбиране на лицеви изражения и жестове, слаб интерес към други хора или трудно откриване на подходяща форма на контакт с околните, липса на разбиране на процесите в рамките на групи.
- **Ограничени, повтарящи се и стереотипни модели на поведение, интереси и дейности:** например, въртене на колелцата на играчките, подреждане на предмети, необичайни движения на ръцете и цялото тяло, придържане към определени навици, неспособност за промяна в ежедневието.

Първите признаци често стават видими през първите 12 месеца след раждането. В периода от 2 до 2 и половина години по принцип може да се постави достоверна диагноза. Децата с ранен детски аутизъм изостават в развитието си.

Атипичен аутизъм

Когато симптомите на децата с аутистично нарушение не обхващат споменатите 3 области, често по-късно са станали ясно видими или не са силно изразени се говори за атипичен аутизъм. При ранния и при

Entwicklungsstand und ihr Funktionsniveau im Alltag von grosser Bedeutung. Man unterscheidet deshalb «high» und «low» functioning Autismus, die Grenze liegt bei einem IQ von etwa 70.

Asperger-Syndrom

Der Wiener Kinderarzt Hans Asperger hat über Kinder geschrieben, die vor allem grosse Probleme hatten, sich in Gruppen zurecht zu finden.

Kinder mit Asperger Syndrom zeigen in den ersten Lebensjahren eine normale sprachliche und kognitive Entwicklung. Ihre Probleme werden oft erst deutlich, wenn sie mehr Zeit mit anderen Kindern verbringen. Auch sie zeigen Auffälligkeiten in verschiedenen Bereichen:

- **Beeinträchtigung des sozialen**

Verhaltens: z. B. eingeschränktes Interesse an Gleichaltrigen, Schwierigkeiten, sich in Andere hinein zu versetzen, oft ungeschickter sozialer Umgang mit anderen Menschen.

- **Sprach- und Sprech auffälligkeiten:** z. B. eine altkluge, pedantische Ausdrucksweise oder eine besondere Sprachmelodie, wörtliches Verständnis und dadurch Mühe mit Ironie oder Wortspielen.

- **Auffälligkeiten in der nonverbalen Kommunikation:** z. B. im Blickkontakt oder im Einsatz von Mimik und Gestik.

- **Ausgeprägte Interessen,** die viel Zeit beanspruchen, repetitiv ausgeübt werden und oft einen eher technischen Charakter haben, z. B. Vorliebe für Formeln, Fahrpläne, technische Details, historische Daten oder Ähnliches; Mädchen und Frauen interessieren sich oft auch für Leute mit speziellen Begabungen oder für einzelne Tierarten.

Daneben gibt es häufig Schwierigkeiten, sich auf Neues einzustellen und den Wunsch, Alltagsabläufe immer gleich zu gestalten (Rituale). In vielen Fällen sind die Betroffenen in ihren Bewegungen ungeschickt. Sie reagieren oft überempfindlich auf grelles Licht, spezielle Geräusche, Gerüche oder Berührungen.

Im Gegensatz zu den anderen autistischen

атипичния аутизъм общото ниво на развитие и ниво на функциониране на детето в ежедневието е от голямо значение. За това се разграничава между "високо" и "ниско" функциониращ аутизъм, IQ 70 е границата за определяне.

Синдром на Аспергер

Виенският педиатър Ханс Аспергер е писал за деца, които имали проблеми преди всичко да се справят в групи.

Деца със синдром на Аспергер показват през първите години след раждането нормално езиково и умствено развитие. Техните проблеми стават често видими, когато децата започнат да прекарват повече време с други деца. Те също показват отклонения в няколко области:

- **Аномалии в социалното поведение:** например, ограничен интерес към връстниците, неспособност да се постави на мястото на другите, често неадекватно социално взаимодействие с други хора.

- **Гласови и говорни нарушения:** например, педантичен маниер на говорене, говор изпреварващ възрастта си, неподходяща интонация, буквално приемане на ироничното и преносното.

- **Нарушена невербална комуникация:** например, избягване на директния поглед, погрешна интерпретация на мимики и жестове.

- **Ясно изразени интереси,** които се повтарят, отнемат много време и често са в областта на техниката, например интерес към формули, пътни карти, технически детайли, исторически данни и други подобни; момичетата и жените често се интересуват за хора със специални таланти или за отделни животински видове.

Освен това обикновено се наблюдават трудности при адаптиране към нови неща и желание за ежедневно повтарящи се действия (ритуали). В много случаи засегнатите са несръчни в движенията си. Те често са свръхчувствителни към ярка светлина,

Formen werden die Probleme der betroffenen Kinder oder Jugendlichen oft erst im Kindergarten oder in der Schule deutlich – manchmal sogar erst im Erwachsenenalter.

Die Wahrnehmung und das Denken von Menschen mit Asperger- Syndrom unterscheidet sich stark von dem der anderen «neurotypischen» Menschen. Diese sind in der Lage, sich in einer neuen Situation schnell einen Überblick zu verschaffen, während «Aspies» (so nennen sich Menschen mit Asperger Syndrom selber) oft viele Details wahrnehmen und dann versuchen, ein System dahinter zu erkennen. Sie haben oft auch ein sehr gutes Gedächtnis für diese Details.

Neue Einteilung der Autismus- Spektrum- Störungen

Viele Untersuchungen haben gezeigt, dass sich Fachleute in der Regel einig sind, wann eine Autismus-Diagnose gestellt wird. Die amerikanischen Autismus- Spezialisten haben entschieden, in ihrem Diagnose-System DSM-5 nur noch die Diagnose «Autismus-Spektrum- Störung» (ASS) zu verwenden. Um die betroffenen Personen noch genauer zu beschreiben, wird festgehalten, ob eine ASS mit oder ohne Sprachstörung, geistiger Behinderung oder zum Beispiel Epilepsie vorliegt. Der Schweregrad der autistischen Störung wird über den Unterstützungsbedarf des Betroffenen beschrieben (tief, mittel oder hoch). Das von der WHO und in der Schweiz verwendete Diagnose-System ICD-10 wird zurzeit überarbeitet. Es ist noch nicht klar, ob in ICD-11 alle Neuerungen in Bezug auf ASS von DSM-5 übernommen werden.

Die andere Seite des Autismus

Bisher war die Rede mehrheitlich von Schwierigkeiten und Problemen, mit denen autistische Menschen im Alltag zu kämpfen haben. Sie haben aber auch **viele Stärken.**

Menschen aus dem autistischen Spektrum sind in der Regel ehrlich und in ihrer Kommunikation offen und direkt. Hintergedanken und Lügen sind ihnen fremd. Wenn sie sich für ein Thema oder eine Tätigkeit

bestimmen, sind sie sehr konzentriert und engagiert. Sie haben oft spezifische Interessen und Hobbys, die sie sehr gut kennen und verstehen. Sie können sehr kreativ und innovativ sein. Sie haben oft eine sehr gute Erinnerung für Details und Fakten. Sie können sehr logisch und analytisch denken. Sie haben oft eine sehr gute Fähigkeit, sich auf andere zu konzentrieren. Sie haben oft eine sehr gute Fähigkeit, sich auf andere einzulassen. Sie haben oft eine sehr gute Fähigkeit, sich auf andere einzulassen.

Za разлика от другите видове аутизъм, проблемите на засегнатите деца често се забелязват едва в детската градина или в училище, понякога дори в зряла възраст.

Възприемането и мисленето на хората със синдром на Аспергер е много различно от това на другите "невротични" хора, които могат бързо да получат общ поглед върху една нова ситуация. "Аспитата" (така наричат хората със синдром на Аспергер себе си) обикновено възприемат много детайли и след това се опитват от тях да разпознаят една система. Те често имат добра памет за тези детайли.

Нова класификация на разстройства от аутистичния спектър

Много изследвания са показали, че специалистите по принцип са единодушни относно това кога да се постави диагноза аутизъм. Американските специалисти по аутизъм са решили в техния Диагностичен и статистически наръчник на психичните разстройства (DSM-5) да използват само диагнозата "разстройство от аутистичния спектър" (РАС). За да може засегнатия човек да се опише по-точно, се наблюдава дали разстройството от аутистичния спектър протича със или без нарушение на говора, умствена изостаналост или например епилепсия. Степента на тежест на аутизъм се определя от нуждата от подкрепа на засегнатия (ниска, средна или висока). Диагностичната система ICD-10, която се използва от Световната здравна организация (WHO) и в Швейцария понастоящем се преразглежда. Все още не е ясно дали в ICD-11 всички нововъведения относно разстройство от аутистичния спектър ще бъдат взети от DSM-5.

Другата страна на аутизъм

До тук се спряхме най-вече на трудностите и проблемите, с които аутистите се сблъскват в ежедневието. Но те имат също така и много **силни страни.**

Хората от аутистичния спектър са обикновено честни и отворени и директни в

interessieren, können sie sich mit grosser Begeisterung und Ausdauer darin vertiefen und sich viel Wissen und Fertigkeiten aneignen. Damit verbundene Tätigkeiten führen sie gewissenhaft und konzentriert durch. Bei Arbeiten, bei denen Genauigkeit und Sinn für Details gefragt sind, haben Menschen aus dem Autismus-Spektrum gute Chancen, sich weiter zu entwickeln. Erfolgsversprechend ist die Verknüpfung des Spezialinteressens mit Ausbildung und Beruf.

комуникацията си. Задните мисли и лъжи са чужди за тях. Ако те се интересуват от определена тема или дейност, могат да се задълбочат с голям ентузиазъм и постоянство в нея и да придобият много знания и умения. Тези дейности те извършват съвестно и концентрирано. При работи, които изискват точност и задълбочено познаване на детайлите, хората от аутистичния спектър имат добър шанс да се развият по-нататък. Многообещаваща е комбинацията от специалните интереси с образованието и работата.

Autismus-Spektrum-Störungen erkennen

Die Diagnose

Meist sind es die Eltern, die sich wegen der Entwicklung ihres Kindes oder Jugendlichen Sorgen machen und den Eindruck haben, dass «etwas nicht stimmt». Es kommt aber auch vor, dass Fachpersonen, die das Kind in einer Gruppe sehen, als erste einen Verdacht äussern. Jugendliche und Erwachsene vermuten manchmal zuerst selbst, dass eine autistische Störung vorhanden sein könnte, z. B. wenn sie entsprechende Informationen oder Fragebögen im Internet gefunden haben. Wenn ein Kind mit dem Verdacht auf Autismus untersucht wird, entdecken Eltern manchmal bei sich oder dem Partner/der Partnerin Ähnlichkeiten.

Es gibt keinen spezifischen Test, mit dem die Diagnose einer Autismus- Spektrum-Störung gestellt werden kann. Die Diagnose beruht auf genauen Angaben zur bisherigen Entwicklung und dem aktuellen Befinden und Verhalten der Person. Bei Kindern werden dazu in erster Linie die Eltern befragt, oft aber auch Fachpersonen, die das Kind aus Krippe, Schule oder aus Therapien kennen. Auch bei erwachsenen Personen sollten die Eltern wenn möglich zur Entwicklung befragt werden. Die betroffene Person muss selbst ausführlich über ihr früheres und aktuelles Leben Auskunft geben. Falls vorhanden können enge Freunde oder Lebenspartner/innen einbezogen werden.

Auch bei einer Verdachtsdiagnose sollte nicht unnötig Zeit verstreichen und gezielte Fördermassnahmen für die Betroffenen so früh wie möglich beginnen.

Bei Kindern ergänzen strukturierte Spielbeobachtungen die Untersuchung. Es ist oft hilfreich, das Kind in einer Gruppensituation zu erleben. Bei Jugendlichen und Erwachsenen werden neben den inhaltlichen Aussagen vor allem Aspekte der nonverbalen Kommunikation, der Gegenseitigkeit im Gespräch und des sozialen Verständnisses beurteilt. Um eine zuverlässige Diagnose stellen zu können, müssen sich Fachpersonen spezifisch

Разпознаване на разстройствата от аутистичния спектър

Диагноза

В повечето случаи родителите са тези, които се притесняват за развитието на детето си и имат чувството, че "нещо не е наред". Но също така се случва и специалистите, които наблюдават детето в една група, първи да изразят съмнение. Понякога самите юноши и възрастни първи подозират, че може би имат аутистично разстройство, когато например намерят съответните информации или въпросници за диагностициране в интернет. Когато едно дете се изследва със съмнение за аутизъм, понякога откриват родителите при себе си същите прилики.

Няма специфичен тест за диагностициране на разстройство от аутистичния спектър. Диагнозата се базира на точна информация относно по-ранното развитие и настоящото състояние и поведение на човека. При децата се запитват главно родителите, но често също и специалистите, които познават детето от детската градина, училище или от терапиите. Също при възрастните пациенти е необходимо при възможност да се попитат родителите за развитието. Засегнатия човек трябва сам да даде подробна информация за целия си живот. Ако е възможно могат да се попитат близки приятели или партньори.

Дори и при съмнение за разстройство от аутистичния спектър не бива да се губи време и за подпомагането на засегнатия трябва възможно най-рано да се вземат целенасочени мерки.

При децата се провеждат и структурирани наблюдения по време на игра. Често е полезно, да се види поведението на детето в група с други деца. При юношите и възрастните се оценяват особено и аспектите на невербалната комуникация, на социалната реципрочност и на социалното разбиране. За да се осигури надеждна диагноза, специалистите трябва да бъдат специално

weitergebildet haben und solche Untersuchungen regelmässig durchführen. Bei Kindern mit frühkindlichem Autismus kann die Diagnose in der Regel im Alter von 2 – 2 1/2 Jahren gestellt werden. Bei Kindern mit Asperger Syndrom werden die Probleme meist erst im Kindergarten oder Schulalter deutlich. Bei Erwachsenen sind die autistischen Symptome manchmal durch Depressionen, Ängste oder Zwänge überlagert, was die Diagnose erschwert.

Die richtige Diagnose ist Voraussetzung für eine Autismusspezifische Unterstützung und Förderung. Jugendlichen und Erwachsenen kann sie helfen, ihre Probleme im Alltag besser zu verstehen und nach neuen Wegen zu suchen. Eltern, Freunde und Lebenspartner, aber auch Lehrpersonen oder Arbeitgeber können sich Informationen zu ASS beschaffen und dadurch besser auf Menschen mit Autismus eingehen.

Autismus-Spektrum-Störungen zeigen sich ganz unterschiedlich

Personen mit autistischer Wahrnehmung haben gewisse Gemeinsamkeiten. Trotzdem ist jeder Mensch (ob Kind, Jugendlicher oder Erwachsener) anders und auch die typischen Symptome können sich, wie in den folgenden Beispielen, ganz unterschiedlich äussern.

Kommunizieren und sprechen

Timo kann gar nicht sprechen. Clara redet ohne Unterbruch über ihr Lieblingsthema und wiederholt sich oft – sie merkt nicht, dass sie ihre Mitmenschen damit langweilt. Eric redet gerne über die Themen, von denen er viel weiss – er wirkt altklug und andere finden ihn oft belehrend. Simone braucht immer sehr lange, bis sie eine Frage beantworten kann.

Soziale Interaktionen

Céline will immer und überall dabei sein, damit sie nichts verpasst. Sandro versteht die Regeln der Gruppenspiele nicht und kann sich nicht aktiv beteiligen. Marie weiss nicht, wie sie jemanden ansprechen oder ein Gespräch mit jemand Fremdem beginnen soll. Fynn scheint oft abwesend oder unaufmerksam zu sein.

обучени и да извършват такива изследвания редовно. При децата с ранен детски аутизъм диагнозата по принцип може да се постави на възраст от 2 до 2 и половина години. При децата със синдром на Аспергер проблемите стават видими в повечето случаи едва в детската градина или в училищна възраст. При възрастните аутистичните симптоми понякога са съпроводени от депресии, страхове или ограничения, което затруднява диагнозата.

Правилната диагноза е предпоставка за специфичната подкрепа и насърчаване на аутистите. На юношите и на възрастните, тя може да помогне да се разберат по-добре техните проблеми в ежедневието и да се търсят нови решения. Родители, приятели, партньори, учители или работодатели могат да се информират за аутизъм и по този начин по-добре да се справят със засегнатите.

Разстройствата от аутистичния спектър са много разнообразни

Хората с аутистично възприемане имат някои сходства. Въпреки това, всеки човек (независимо дали дете, юноша или възрастен) е различен и също така типичните симптоми, както се вижда и от следните примери, могат да бъдат изключително разнообразни.

Общуване и говорене

Тимо не може изобщо да говори. Клара говори без прекъсване на любимата си тема и често повтаря едно и също- тя не осъзнава, че така отегчава другите. Ерик обича да говори на темите, по които много знае- той има изумителни познания и говор изпреварващ възрастта му. Симон винаги се нуждае от много дълго време за да отговори на един въпрос.

Социални взаимодействия

Селин иска винаги и навсякъде да присъства, за да не пропусне нещо. Сандро не разбира правилата на игрите и не може да взима активно участие в тях. Мари не знае как да заговори друг човек или да започне разговор с някого. Фин често изглежда разсеян или невнимателен.

Kontakt aufnehmen

Mia fällt es schwer, jemandem in die Augen zu sehen – sie beobachtet lieber aus dem Augenwinkel. Jonas hat keine Hemmungen, stellt indiskrete Fragen, geht auch auf fremde Menschen zu und merkt nicht, dass man sie nicht einfach anfassen darf. Sonja weiss nicht, wie sie mit jemanden in Kontakt treten soll, Smalltalk ist für sie nicht möglich.

Probleme, mit Veränderungen umzugehen

Jeden Morgen etwas Neues anzuziehen, ist für Joël eine Überforderung. Dass Schulstunden spontan umgestellt werden, ist für Anna sehr schwierig; sie reagiert stark und unerwartet für ihr Umfeld. Luis möchte am liebsten immer das Gleiche essen. Peter nimmt immer wieder genau den gleichen Weg, um an sein Ziel zu gelangen – Baustellen oder Umleitungen sind ein grosser Stress.

Überempfindlichkeiten

Sarah ist sehr geräuschempfindlich – das Brummen eines Staubsaugers versetzt sie in Panik. Bestimmte Gerüche irritieren Leon sehr, sie sind für ihn unangenehm. Einkaufen zu gehen ist für Peter sehr anstrengend, er kann die vielen Eindrücke im Supermarkt nicht verarbeiten. Viele Berührungen, vor allem unerwartete, sind für Martin sehr unangenehm und stressen ihn.

Ausgeprägte Interessen

Felix hat beim Spielen wenig Phantasie und dreht lieber an den Rädern seines Spielzeugautos. Sandra hat eine Vorliebe für komplizierte Puzzles und Geduldspiele. Luca interessiert sich für alles, was mit Zügen zu tun hat, er beschäftigt sich stundenlang damit. Hat ein Schulfach mit seinem Spezialthema zu tun, kann Dominique sehr gute Leistungen erbringen. Tim sitzt am liebsten stundenlang vor dem Computer, spielt Games oder findet Informationen zu seinem Spezialgebiet. Paul kennt alle Arten von Standuhren.

Осъществяване на контакт

Миа не може да гледа дугите хора в очите-наблюдава ги по-скоро с крайчицата на окото си. Йонас няма никакви задръжки, задава недискретни въпроси, отива при непознати хора и не осъзнава, че не бива да ги докосва. Соня не влиза в контакт с другите, бърбенето не е възможно за нея.

Неспособност за промяна в ежедневието

Джоел иска да облича всяка сутрин нещо ново, но това я пренатоварва. Спонтанната промяна в училищната програма е много трудно за Анна; тя реагира силно и по неочакван начин. Луис иска винаги да яде една и съща храна. Петер винаги минава по един и същ път- пътните ремонти или пътните отбивки са голям стрес за него.

Свърхчувствителност

Сара е много чувствителна към шум- при бученето на прахосмукачка, тя изпадна в паника. Определени миризми много дразнят Леон, те са неприятни за него. Пазаруването е много стресиращо за Петер, той не е в състояние да обработва всички впечатления в супермаркета. Много докосвания, особено неочакваните, са много неприятни за Мартин и го стресират.

Ясно изразени интереси

Феликс има слабо въображение и върти колелцата на играчките си, вместо да играе с тях. Сандра предпочита сложните пъзели и игрите, изискващи търпение. Лука се интересува от всичко, което е свързано с влаковете и се занимава часове наред с това. Доминик има висок успех по учебните предмети, които са свързани с неговите специални интереси. Тим прекарва часове пред компютъра като играе игри или търси информация относно любимите му теми. Паул познава всички видове старинни часовници.

Der Umgang mit Autismus-Spektrum-Störungen

Mögliche Hilfe und Behandlungsansätze

«Wie kann meinem Kind optimal geholfen werden?» ist für Eltern die wichtigste und gleichzeitig die schwierigste Frage.

Die Wahl der richtigen Fördermassnahmen ist immer vom Alter und Entwicklungsstand des Kindes und der Schwere der autistischen Symptome abhängig. Bei jungen Kindern mit frühkindlichem Autismus sind intensive verhaltenstherapeutische Programme am besten untersucht. Andere intensive Frühförderungen sind eher spieltherapeutisch orientiert. Alle Programme haben eine klare Struktur, es wird täglich mehrere Stunden mit dem Kind in einer 1:1 Situation gearbeitet. Damit soll die Entwicklung des Kindes möglichst breit gefördert werden.

Da die Finanzierung solcher Programme in der Schweiz bisher nicht gesichert ist, wird leider nur ein Teil der betroffenen Familien unterstützt. Bei vielen Kindern steht deshalb die heilpädagogische Früherziehung im Vordergrund. Hinzu kommen, je nach Problemen des Kindes, Logopädie, Ergotherapie oder Psychomotoriktherapie.

Ältere Kinder, Jugendliche und Erwachsene wollen in erster Linie ihre sozialen Kompetenzen verbessern. Das soll ihnen helfen, das Denken und Fühlen ihrer Mitmenschen besser zu verstehen und sich in Gruppen besser zurecht zu finden. Ausserdem können sie lernen, Strategien zur Bewältigung schwieriger Alltagssituationen zu entwickeln. Viele dieser Ziele können am besten in Gruppen erlernt werden. Dort erleben Betroffene auch, dass sie mit ihren Problemen nicht allein sind.

Es kann aber nicht nur darum gehen, betroffene Kinder, Jugendliche oder Erwachsene «fit für ihre Umwelt» zu machen. Die Menschen in

Справяне с разстройства от аутистичния спектър

Възможна помощ и методи за лечение

«Как оптимално може да се помогне на моето дете?» е най-важният и същевременно най-трудният въпрос за родителите.

Изборът на подходящи мерки за подпомагане зависи винаги от възрастта и нивото на развитие на детето и от сериозността на аутистичните симптоми. Интензивните поведенчески терапии при малките деца с ранен аутизъм са най-добре проучени. Други интензивни методи за подпомагане се основават на игрова терапия. Всички програми имат ясна структура, с всяко дете се работи поотделно няколко часа на ден. Така възможно най-широко се насърчава развитието на детето.

Тъй като финансирането на такива програми в Швейцария не е осигурено, за съжаление само част от засегнатите семейства получават подкрепа. За това при много деца ранното лечебно възпитание стои на преден план. Към това според проблемите на детето се провеждат още логопедична терапия, трудова терапия или психомоторна терапия.

По-големите деца, юноши и възрастни искат преди всичко да подобрят своите социални умения. Това ще им помогне да разберат по-добре мислите и чувствата на хората около тях и по-добре да намерят своето място в група. Освен това те ще могат да се научат да разработват стратегии за справяне с трудни житейски ситуации. Много от тези цели могат най-добре да се научат в групи. Така засегнатите разбират, че не са сами.

Не е достатъчно засегнатите деца, юноши или възрастни да се направят «готови за тяхната среда». Освен това хората в тази среда също трябва да придобият знания за

ihrem Umfeld müssen sich Autismus-Wissen aneignen, um die Welt der Betroffenen zu Hause, in der Schule oder am Arbeitsplatz Autismus-freundlicher zu gestalten. So können die Menschen mit ASS ihre Stärken besser einsetzen und werden durch ihre Schwächen weniger beeinträchtigt.

Während der Schulzeit haben autistische Kinder in Form eines Nachteilsausgleichs Anspruch auf Anpassungen. In der Berufsausbildung oder am Arbeitsplatz bietet die IV berufliche Eingliederung und Unterstützungsmassnahmen an, so zum Beispiel in Form von Coaches, die Betroffene unterstützen und Arbeitgeber beraten.

Wichtig ist

Für betroffene Kinder, Jugendliche und Erwachsene müssen autismusspezifische und auf ihre individuellen Bedürfnisse abgestimmte Fördermassnahmen durchgeführt werden. Von gezielten Programmen profitieren nicht nur Kinder mit Autismus; auch Jugendliche und erwachsene Menschen mit Autismus können grossen Nutzen aus Sozialtrainings oder Belastbarkeitstrainings ziehen.

«Das Leben im Autismus ist eine miserable Vorbereitung auf das Leben in einer Welt ohne Autismus. Die Höflichkeit hat viele Näpfchen aufgestellt, in die man treten kann. Autisten sind Meister darin, keines auszulassen.»
- Axel Brauns

Was können Angehörige oder das Umfeld tun?

sich bei Fachpersonen Rat und Unterstützung holen

- Kontakt zu anderen betroffenen Familien suchen
- die Stärken der Betroffenen erkennen, wertschätzen und fördern
- Therapien, Sozialtrainings und Unterstützungsmassnahmen suchen, die auf die Bedürfnisse der Betroffenen zugeschnitten sind
- ruhige «Zonen» schaffen, in die sich die Betroffenen zurückziehen können
- Geduld haben, weil die Betroffenen mehr

аутизъм, за да може атмосферата в къщи, в училище и на работното място да се направи по-приятелска за аутистите. По този начин, хората с разстройства от аутистичния спетър могат да използват своите силни страни по-добре и да бъдат по-малко засегнати от техните слабости.

В училище аутистичните деца имат право да искат под формата на мярка за компенсация право на адаптиране. В професионално обучение или на работното място, IV предлага професионална интеграция и мерки за подкрепа, като например под формата на треньори, подкрепа на засегнатите и съветване на работодателите.

Важно е

За засегнатите деца, юноши и възрастни трябва да се предприемат мерки за подкрепа, които са аутизъм специфични и съобразени с техните индивидуални нужди. От целевите програми профитират не само децата с аутизъм; също така юношите и възрастните хора с аутизъм имат голяма полза от социалното обучение и от обучение за издръжливост.

"Животът в аутизъм е мизерна подготовка за живот в свят без аутизъм. Учивостта има много клопки, в които човек може да влезе. Аутистите са майстори в това да не пропуснат нито една."
- Аксел Браунс

Какво могат да направят роднините и обкръжаващите хора?

- да вземат съвет и подкрепа от експертите
- да търсят връзка с други засегнати семейства
- да разпознаят, оценят и насърчават силните страни на засегнатите
- да търсят терапии, социални обучения и мерки за подкрепа, които са съобразени с нуждите на засегнатите
- да създадат спокойни «зони», в които засегнатите могат да се оттеглят
- да проявят търпение, защото засегнатите имат нужда от повече време за да се изразяват

Zeit benötigen, um sich auszudrücken

- versuchen, die eigenwilligen Denkvorgänge und Reaktionen zu verstehen und einfühlsam damit umzugehen
- die Betroffenen zum Mitmachen und Mitkommen bewegen, auch wenn diese vielleicht lieber zuhause bleiben würden
- da Übergänge für die Betroffenen eine grosse Herausforderung sind, muss das Umfeld sich lange vorher damit auseinandersetzen und die nötigen Massnahmen rechtzeitig planen
- eine Schule und später einen Ausbildungsplatz finden, wo die Betroffenen gezielt unterstützt werden
- dafür sorgen, dass Betreuungspersonen, Lehrkräfte, Fachleute, Behörden und andere Beteiligte möglichst gut informiert sind und zusammenarbeiten
- Berufsberater/innen suchen, die über Autismus Bescheid wissen
- dabei helfen, eine den speziellen Interessen und Begabungen angepasste Arbeit zu finden
- für den Arbeitsplatz eine Bezugsperson suchen, welche die Eigenheiten der Person mit ASS kennt und ihn/sie bei Entscheidungen und Schwierigkeiten unterstützt
- eine Wohnform finden, die Selbstständigkeit ermöglicht und in der Hilfestellung angeboten wird
- dabei helfen, Freizeitbeschäftigungen zu finden, die den Spezialbegabungen der Selbstbetroffenen entsprechen und die sie regelmässig mit anderen Menschen zusammenbringen

Als Betroffene/r brauche ich ...

10 Dinge, die sich Menschen mit einer Autismus-Spektrum-Störung wünschen

Ich bin auch ein Mensch wie jeder andere
Autismus ist zwar ein Teil von mir, es ist aber nicht alles, was ich bin. Wenn ich spüre, dass man mir etwas nicht zutraut, kann ich es auch nicht versuchen.

Unterscheidet zwischen «ich will nicht» und «ich kann nicht»

- да се опитат да проявят разбиране и съчувствие към своенравните мисловни процеси и реакции
- да насърчават засегнатите да излизат от в къщи и дори когато предпочитат да останат в къщи
- понеже преходите за засегнатите са едно голямо предизвикателство, околните хора трябва предварително да се занимават с това и навременно да планират необходимите мерки
- да се намери училище, в което засегнатите целево се подпомагат
- придружителите, учителите, специалистите и институциите трябва възможно най-добре да се информират и да работят заедно
- да се търсят кариерни консултанти, които са запознати с аутизъм
- да се помогне при намирането на работа, която отговаря на интересите и талантите
- на работното място трябва да има човек, който познава особеностите на хората с аутизъм и им помага при взимането на решения и при трудностите
- в къщи да се осигури самостоятелност и да се помага при нужда
- да се помогне при намирането на хобита, които отговарят на специалните таланти на засегнатите и ги срещат редовно с други хора.

Като болен от аутизъм имам нужда от ...

10 неща, които хората с аутизъм биха искали да знаете

Аз съм човек като всеки друг

Аутизма е една част от мен, но не е всичко, от това което съм аз. Когато усетя, че някой ми няма доверие за нещо, аз не мога да го направя.

Правете разлика между «аз не искам» и «аз не мога»

Es ist nicht so, dass ich nicht auf Anweisungen hören will – ich kann sie oft nicht verstehen. Kommt zu mir und sagt klar, was ihr wollt. Nur so kann ich euch verstehen.

Ich interpretiere Aussagen wörtlich

Smalltalk, Sprichwörter, Wortspiele, Anspielungen oder Ironie verstehe ich nicht.

Hört mir zu, ich versuche zu kommunizieren

Es ist schwierig für mich zu sagen, was ich brauche, wenn ich meine Gefühle nicht beschreiben kann. Ich bin hungrig, traurig oder verängstigt und kann die richtigen Worte dafür nicht finden. Achtet auf meine Körpersprache – die Zeichen, was mit mir los ist, sind oft sichtbar, versucht sie zu erkennen und zu verstehen.

Verwendet Zeichnungen, zeigt mir Beispiele – ich bin ein visueller Mensch

Zeigt mir, wie ich etwas machen soll, anstatt es zu beschreiben. Visuelle Unterstützung hilft mir weiter.

Konzentriert euch auf das, was ich kann – und nicht auf das, was ich nicht kann

Wenn ich ständig das Gefühl habe, dass ich nicht gut genug bin, vermeide ich es, etwas Neues zu lernen. Sucht meine Stärken und denkt daran: Es gibt mehr als einen Weg, etwas zu machen.

Helft mir bei sozialen Interaktionen

Erklärt mir, wie ich mit anderen Kindern spielen kann oder wie man als Jugendlicher oder Erwachsener ein Gespräch beginnt. Ermutigt mich, auf Andere zuzugehen.

Bitte habt Geduld

Begleitet mich durch mein Leben und entdeckt mit mir zusammen, wie weit ich kommen kann.

Findet heraus, was mein

Wenn die Belastungen für mich zu gross werden, habe ich einen Zusammenbruch oder kann ausrasten. Findet mit mir zusammen heraus, was die Ursachen sind und wie man solche Situationen vermeiden kann. Weil ich mich nicht ausdrücken kann, reagiere ich einfach. Lebensmittelallergien oder Magen-Darm-Probleme, bestimmte Geräusche oder

Ne е вярно, че аз не слушам наставленията ви- аз често не мога да ги разбера. Елате до мен и ми кажете ясно, какво искате. Само така мога да ви разбера.

Аз интерпретирам изказванията буквално

Поговорките, игрите на думи, намеците и иронията са непонятни за мен.

Вслушайте се в мен, аз се опитвам да общувам

За мен е трудно да кажа от какво се нуждая, когато не зная как да опиша чувства ми. Когато съм гладен, тъжен или уплашен не мога да намеря точните думи да го изразя. Следете езка на тялото ми- сигналите, че нещо не е наред с мен са често видими. Опитайте се да ги разпознаете и да ги разберете.

Изпозвайте картинки, покажете ми с примери- аз се ориентирам визуално

Покажете ми как да направя нещо, вместо да ми го обяснявате. Визуалното обяснение ми помага.

Концентрирайте се върху това което мога, а не върху това което не мога

Когато непрекъснато имам чувството, че не съм достатъчно способен, то аз избягвам да научавам нещо ново. Търсете силните ми страни и запомнете: Има повече от един начин да се направи нещо.

Помагайте ми със социалните взаимоотношения

Обяснете ми как мога да играя с другите деца или как да започна разговор. Насърчавайте ме да достигна до другите.

Моля имайте търпение

Подкрепете ме в живота ми и заедно ще видим колко далече мога да стигна.

Открийте какво причинява моите изблици

Когато сетивата ми се претоварват получавам кризи или изблици. Да се опитаме заедно да установим причините и как такива ситуации могат да се предотвратят. Тъй като не мога да изразя с думи, аз реагирам просто така. Мога да съм свръхчувствителен, например като резултат от хранителни алергии или

Gerüche oder auch Berührungen können mich zum Beispiel überempfindlich machen.

Akzeptiert und mögt mich so, wie ich bin

Denkt daran, dass ich nicht gewählt habe, Autismus zu haben. Es ist mir passiert und nicht euch. Ohne eure Unterstützung sind meine Chancen auf ein erfolgreiches Leben kleiner. Mit eurer Hilfe sind meine Chancen auf ein unabhängiges, erfolgreiches Leben viel grösser, als ihr vielleicht jemals gedacht habt.

übernommen von Ellen Notbohm, 10 things a child with autism wishes you knew, 2012

Beratung und Unterstützung:

Telefonisch: 044 341 13 13

per E-Mail: info@autismus.ch

храносмилателни проблеми, определени звуци или миризми или докосвания.

Приемете ме и ме обичайте такъв какъвто съм

Помнете, че аз не съм избирал да имам аутизъм. Това се случва на мен, не на вас. Без вашата подкрепа шансовете ми за успешен живот са слаби. С вашата помощ шансовете ми за самостоятелен и успешен живот са по-големи, от колкото може би някога сте предполагали.

Елън Нотбом, 10 неща, които всяко дете с аутизъм би искло да знаете, 2012

Консултация и подкрепа :

Телефон: 044 341 13 13

E-Mail: info@autismus.ch

Autismus verstehen, mit Autismus leben können

Menschen mit Autismus brauchen Unterstützung und Engagement

Obwohl in der Schweiz rund 80'000 Menschen betroffen sind, ist das Verständnis für die Bedürfnisse von Menschen mit Autismus in Politik und Gesellschaft nicht ausreichend.

«Eltern sind häufig auf sich selbst gestellt, Betroffenen mangelt es an Betreuung und Akzeptanz.»

Autismus deutsche schweiz: vereint Eltern, Betroffene und Fachleute, damit alle besser mit Autismus umgehen können. Werden auch Sie Mitglied!

Verein autismus deutsche schweiz

Reto Odermatt
Präsident

Als Elternvereinigung gegründet, ist autismus deutsche schweiz heute die offizielle vom Bundesamt für Sozialversicherungen anerkannte Autismus-Organisation. Der Verein ist ein Netzwerk für Eltern, Angehörige, Betroffene und Fachleute und bietet unmittelbare und unbürokratische Unterstützung. Er organisiert Tagungen und Workshops, engagiert sich in Politik und Gesellschaft und hilft Betroffenen, Angehörigen und Fachleuten weiter.

Wer Mitglied wird oder spendet, ermöglicht Menschen mit Autismus ein besseres Leben.

Spendenkonto PC 80-52832-2
www.facebook.com/autismus.ch
www.autismus.ch

hilft, vermittelt und verbindet
autismus deutsche schweiz

Разбиране на аутизма, възможност да се живее с аутизъм

Хората с аутизъм имат нужда от подкрепа и ангажираност

Въпреки, че в Швейцария са засегнати около 80 000 души, разбирането на нуждите на хората с аутизъм в политиката и обществото не е достатъчно.

«Родителите често са оставени сами, за засегнатите липсва подкрепа и приемане»

Autismus deutsche schweiz: обединява родители, болни и специалисти, така че всеки да може по-добре да се справя с аутизъм. Станете член!

Асоциация autismus deutsche schweiz

Рето Одермат
Председател

Основана като сдружение на родители, autismus deutsche schweiz днес е Аутизъм организация, която е официално призната от Федералната служба за социално осигуряване. Асоциацията е мрежа за родители, роднини, болни и специалисти и осигурява непосредствена и небюрокраична подкрепа. Тя организира конференции и семинари, ангажира се в политиката и обществото и помага на болните и техните роднини, и на специалистите.

Който става член или дарява средства, позволява на хората с аутизъм по-добър живот.

Банкова сметка за дарения: PC 80-52832-2
www.facebook.com/autismus.ch
www.autismus.ch

помага, посредничи и свързва
autismus deutsche schweiz

Verein für Angehörige, Betroffene und Fachleute Beratung und Unterstützung telefonisch: 044 341 13 13 per E-Mail: info@autismus.ch autismus deutsche schweiz Riedhofstrasse 354 8049 Zürich Spendenkonto PC 80-52832-2 www.facebook.com/autismus.ch www.autismus.ch Impressum 2. Auflage, November 2016 autismus deutsche schweiz ©	Асоциация за роднини, болни и специалисти Консултация и подкрепа: Телефон: 044 341 13 13 E-mail: info@autismus.ch autismus deutsche schweiz Riedhofstrasse 354 8049 Zürich Банкова сметка за дарения: PC 80-52832-2 www.facebook.com/autismus.ch www.autismus.ch Импресум 2. Издание, Ноември 2016 autismus deutsche schweiz ©
---	--