

SPEZIALSPRECHSTUNDE  
FÜR ERWACHSENE MIT  
ASPERGER-AUTISMUS (SEA)

## Therapie bei Asperger-Autismus

Marc-Andreas Edel



Aus „ADAM“

## Begriffliche Erläuterung

- Asperger-Syndrom (DSM-IV/ICD-10) *entspricht* hochfunktionaler Autismusspektrum-Störung (ASS) nach DSM-5/ICD-11
- Hochfunktionale Autismusspektrum-Störung (HF-ASS)
  - Keine intellektuelle Beeinträchtigung
  - Keine Sprachentwicklungs-Störungen
  - Kommt im Alltag einigermaßen alleine zurecht (oder hat das Potential, dies zu lernen)



Aus „SNOW CAKE“

# Neurobiologie und Pathogenese

Grundlagen für **soziale Kognition** (Fähigkeit, in ein Wechselspiel zu treten zwischen eigenen Emotionen, Gedanken, Bedürfnissen und Absichten und denen einer anderen Person) werden in der frühen Kindheit gelegt

*Brain (1996), 119, 593–609*

## Action recognition in the premotor cortex

Vittorio Gallese, Luciano Fadiga, Leonardo Fogassi and Giacomo Rizzolatti

*Istituto di Fisiologia Umana, Università di Parma, Italy*

*Correspondence to: Giacomo Rizzolatti, Istituto di Fisiologia Umana dell'Università di Parma, via Gramsci 14, I-43100, Parma, Italy*



**Säugling**  
*Zeigt / erkennt und imitiert (immer besser)*  
*Ausdrücke von Emotion, Schmerz etc.*

Bei Autismusspektrum-Störungen →

**Mutter**  
*spiegelt*

# Pathogenese

Bei Kindern mit Autismusspektrum-Störungen passiert das Umgekehrte wie im Still Face-Experiment von Edward Tronick

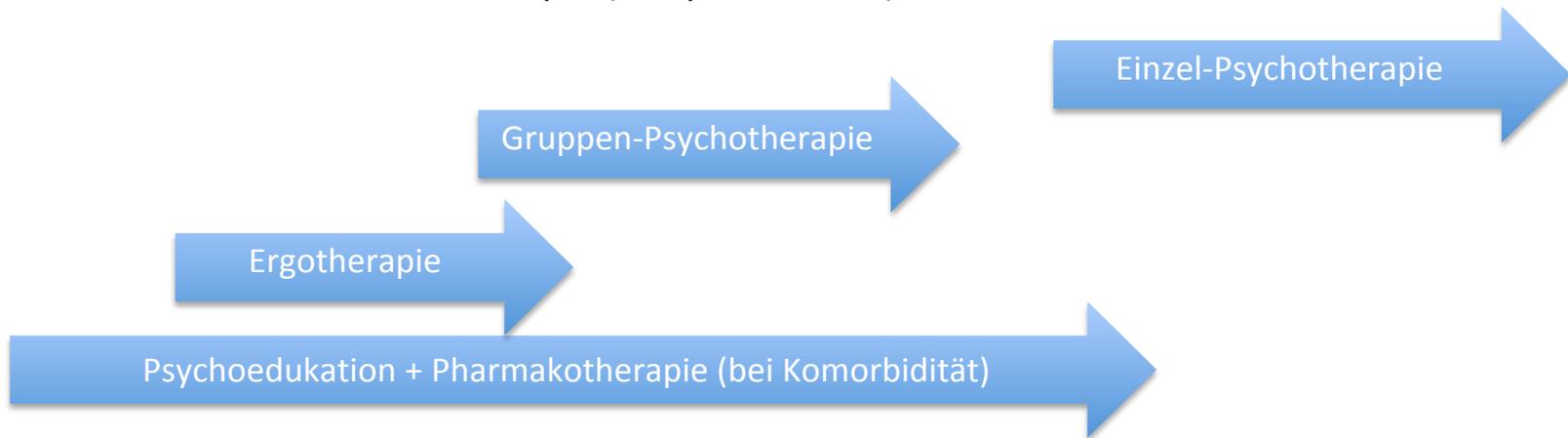
- Kind verhält sich mimisch starr gegenüber der Mutter
- Permanent
- Verringert bzw. verhindert („löscht“) damit die emotionale Zuwendung der Mutter (wenn diese keine autistischen Züge hat)
- In der Therapie wichtig, das sich die Therapeutin/der Therapeut relativ unabhängig von reduzierten sozialen Signalen des Pat. diesem zuwendet



Quelle: YouTube

# Therapie-Optionen

- Psychoedukation (Information/Erklärung, Beratung, Anleitung zu bestimmten Verhaltensschritten)
- Medikation (bei zusätzlichen Diagnosen)
- Zentral: Psychotherapie in der Gruppe/individuell
- Ergotherapeutische Trainings in der Gruppe/individuell
- ✧ Selbsthilfe (regional und online, z. B. [www.aspies.de](http://www.aspies.de), [www.autismus.de](http://www.autismus.de))
- ✧ Gestuft-kombinierte Therapie („stepwise care“)



# Psychoedukation ist nicht alles, aber alles ist nichts ohne sie

- Sollte im Einzel-, Paar- oder Pat.-Elterngespräch beginnen
  - Individuelles Ernstnehmen (der Betroffenen wie auch der Angehörigen) zum Aufbau von Vertrauen
  - Individuelle Problemfokussierung
- Vorbereitung einer evtl. Pharmakotherapie (bei zusätzlichen psychischen Störungen)
  - Symptome einer Depression oder Angststörung können weitere Lernschritte (auch im Rahmen von Psychotherapie) erschweren
  - Medikamente lösen keine Probleme, können aber helfen, Probleme effektiver anzupacken
- Motivierung zu und Vorbereitung einer Psychotherapie (in der Gruppe)
  - Warum Gruppentherapie? (Lernfeld für soziale Interaktion, Wir-Gefühl, ökonomisch)
  - Übergeordnete Therapieziele: *Mehr Aufgeschlossenheit und Mut zu sozialen Interaktionen, bessere Anpassung an die Welt der nicht-autistischen Menschen, weniger Stress in sozialen Situationen, mehr Akzeptanz für sich selbst und bessere Lebensqualität*

# Medikation

- Keine störungsspezifische Medikation (wie z. B. bei ADHS)
- Wegen der häufigen Komorbidität (ADHS, **depressive Störungen**, Angststörungen) oft primär Pharmakotherapie, später Psychotherapie indiziert:

Störung	Medikation
ADHS	Retardiertes Methylphenidat, (Lis-)Dexamfetamin(-dimesilat), Atomoxetin
Depression	Agomelatin, Tianeptin, Milnacipran, Bupropion u.a.
Angststörung	SSRI
Schlafstörung	z. B. Trazodon, Melatonin, Agomelatin (bei gleichzeitiger Depression)

## Warum ist Psychotherapie bei HF-ASS zentral?

Patienten mit ASS sind bzgl. der **psychischen Grundbedürfnisse** (seit der Kindheit) stark „unterversorgt“ → „Begrenzt Nachbeeltern“

- 1. Selbstwert-Stärkung:** Kaum Anleitung, Ermutigung und Lob; eher links liegen gelassen oder bloß bestaunt)
- 2. Kontrolle und Orientierung (Selbstwirksamkeitserwartung):** Kaum Anleitung („wie man was macht, sich verhält, sich benimmt, bestimmte Probleme – besonders sozialer Art – löst“ → „Verzweifelte Autodidakten“)
- 3. Freude und Lust bzw. Unlustvermeidung:** Freude bewusst erleben zu können, setzt einen interaktiven Lernprozess schon in der frühen Kindheit voraus
- 4. Emotionale Bindung, positive Beziehungen:** Relativ gering ausgeprägt, aber grundsätzlich vorhanden; wird aber schon in der frühen Kindheit nicht erfüllt, weil Beziehungsangebote der Mutter vom betroffenen Kind nicht erwidert sondern gelöscht werden, oder Mutter hat selbst autistische Züge; später oft Erfahrungen von Ausgrenzung und Mobbing

# Wie wirkt Psychotherapie bei HF-ASS?

Psychotherapeutische **Wirkfaktoren** (nach K. Grawe)

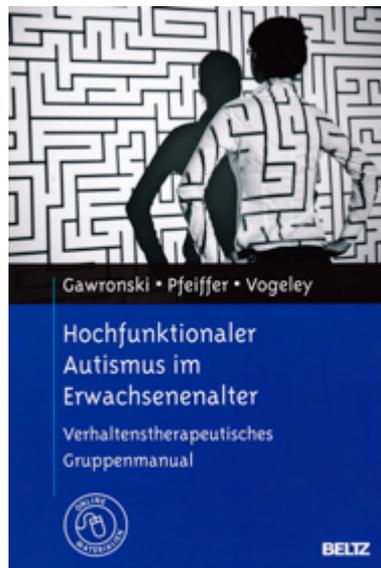
- 1. Therapeutische Beziehung:** Eher Verlässlichkeit/Klarheit wichtig als emotionale Zuwendung („korrigierende Beziehungserfahrung“)
- 2. Ressourcenaktivierung:** Wertschätzung und Verstärkung Autismus-spezifischer Stärken wie Interesse an Zusammenhängen („Mechanismen“), Gründlichkeit, Genauigkeit, Verlässlichkeit und Ehrlichkeit
- 3. Problemaktualisierung:** verlangt Fingerspitzengefühl, um Pat. nicht zu beschämen; Pat. sind bei Konfrontation oft überraschend einsichtig und wenig kränkbar
- 4. Motivationale Klärung:** Dialektisch: Erst Autismus-bedingtes Unvermögen benennen; dann wohldosiert z. B. die Hintergründe von Vermeidungsstrategien herausarbeiten
- 5. Problembewältigung:** Relativ einfach, weil Pat. dankbar auf Empfehlungen/Anleitung reagieren und diese oft verlässlich umsetzen; Therapie muss aber direkter, strukturierter und kleinschrittiger erfolgen, mit mehr Wiederholungen und konkreten Alltagstransfers des Gelernten (als bei anderen Diagnose-Gruppen)

## Welche Psychotherapie-Methoden werden bei HF-ASS angewendet?

- **Lernen am Modell und “Begrenztes Beeltern“:** Therapeut ist Vorbild, z. B. hinsichtlich Emotionsausdruck: Mimisch + Sprachmelodie + verbale Erklärung; Akzeptanz und Anerkennung der besonderen Schwierigkeiten und Stärken der Betroffenen
- **Operantes Konditionieren:** positive Verhaltensänderungen werden mimisch und verbal verstärkt („gelobt“)
- Training von **Fertigkeiten** und **Achtsamkeit** zur Spannungs- und Emotionsregulation
- **Erlernen und Erfahren von sozio-emotionalen Prinzipien und Zusammenhängen** (vor allem, dass Emotionen nachvollziehbar und meist nicht bedrohlich sind)
- Verständnis für die eigene Lebens- und Problemgeschichte → Selbstmitgefühl

# Verhaltenstherapie

- Fast ausschließlich **verhaltenstherapeutische** Manuale für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit HF-ASS
- Für Erwachsene mit HF-ASS im deutschen Sprachraum:
  - SOKO Autismus: Praxisbuch mit Arbeitsmaterialien zur Verwendung in verschiedenen therapeutischen Situationen (soziale Kompetenzen, Interaktion, Kommunikation, Gefühle)
  - 2 umfassende Gruppen-Manuale:



# Freiburger Asperger-Spezifische Therapie für ERwachsene (FASTER) (Ebert, Fangmeier, Lichtblau, Peters, Biscaldi-Schäfer, Tebartz van Elst; 1. Aufl. 2013)

- Mindestens 26 Sitzungen (6-8 Monate) à 90 min. wöchentlich
- 3 Module (Basis, Aufbau, Vertiefung)
- Manual teilweise auch im Einzelkontakt nutzbar
- 3 Angehörigen-Gespräche (am Anfang, in der Mitte und am Ende der Gruppentherapie) empfohlen
- Maximal 8 Teilnehmer(innen), Anzahl der Therapeut(inn)en?
- Detaillierte Empfehlungen für das formale Vorgehen der Therapeuten (z. B. „Seien Sie nicht enttäuscht, wenn der Klient Sie außerhalb der Therapie nicht erkennt“)
- Ziele:
  - **Gruppenziele:** Verbesserung kommunikativer/interaktioneller Fertigkeiten, Soziale Integration, Reduktion dysfunktionaler Strategien, Stressbewältigung
  - **Individuelle Ziele:** Tagesstruktur, Praktikum/Ausbildung/Beruf, Veränderung von Gewohnheiten, private Aktivitäten, Stressbewältigung



# Freiburger Asperger-Spezifische Therapie für ERwachsene (FASTER)

- **Rollenspiele** (mit Kamera aufnehmen für Video-Feedback, klare Regieanweisungen), **Hausaufgaben; Arbeitsblätter, Protokollbögen** für Online-Tests für Basisemotionen [Gnosis Facialis-Test; Internet] und Sprachmelodie [Prosodie-Test; mp3] (im Anhang des Buches und auf CD-ROM)
- Evaluation (N = 11)
  - **Depressivität** (BDI prä-post,  $p = 0.27$ )
  - **Selbstwert** (Multidimensionale Selbstwertskalen prä-post: Emotionaler SW:  $p = 0.037$ , Sicherheit im Kontakt:  $p = 0.044$ , Allgemeiner SW:  $p = 0.028$ )
  - **Lebensqualität** (Physisch:  $p = 0.043$ , Umwelt:  $p = 0.048$ ; Psychisch + Soziale Beziehungen n. s.)
  - Keine Erfassung von Autismus-Symptomen (z. B. AQ)
  - Fall-Kontroll-Studien stehen aus



# Freiburger Asperger-Spezifische Therapie für ERwachsene (FASTER)

## Modul 1

Basismodul	Inhalt
Einführung	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Termine, Planung</li><li>▪ Einverständnis (Schweigepflichtentbindung Partner/Eltern; Rollenspiel per Videoaufnahme, evtl. auch zur Supervision)</li><li>▪ Allgemeine Struktur und Inhalte der Therapiesitzungen</li><li>▪ Vorstellungsrunde mit Interview-Leitfaden</li></ul>
Gruppenregeln und Gruppenziele	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Gruppenregeln</li><li>▪ Gruppenziele</li><li>▪ Therapietechniken</li></ul>
Psychoedukation I	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Stärken und Schwächen bei Asperger-Syndrom</li></ul>
Psychoedukation II	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Diagnosekriterien</li><li>▪ Verhaltens- und Verarbeitungsstile</li></ul>
Festlegung der Einzelziele in Einzelgesprächen	



# Freiburger Asperger-Spezifische Therapie für ERwachsene (FASTER)

## Modul 2

Aufbaumodul	Inhalt
Achtsamkeit I	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Einführung, Theorie</li></ul>
Achtsamkeit II	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Erkennen von Stresssituationen</li></ul>
Gefühle	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Einführung</li><li>▪ Biologische Aspekte</li></ul>
Gefühle/Nonverbale Kommunikation	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Teilbereiche nonverbaler Kommunikation (Mimik, Gestik, Körperhaltung, Nähe und Distanz)</li></ul>
Verbale Kommunikation I	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Prosodie</li></ul>
Verbale Kommunikation II	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ 4-Ohren-Modell nach Schulz von Thun</li></ul>



# Freiburger Asperger-Spezifische Therapie für ERwachsene (FASTER)

## Modul 3

Vertiefungsmodul	Inhalt
Rollenspiele I	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Einführung in die einfache Kommunikation (Zuhören, Anliegen formulieren, Gefühle ausdrücken)</li></ul>
Rollenspiele II	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Small Talk zu zweit, Gespräche beginnen</li><li>▪ Gespräche beenden</li><li>▪ Telefongespräche</li><li>▪ Anderes Geschlecht ansprechen</li><li>▪ Freundschaft und Partnerschaft</li><li>▪ Umgang mit Überforderung</li><li>▪ Umgang mit (ungewollten) Berührungen</li></ul>
Abschluss	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Beendigung der Gruppe</li><li>▪ Abschied und Ausblick</li></ul>



# Kölner Gruppentraining für AuTismus im Erwachsenenalter (GATE) (Gawronski, Pfeiffer und Vogeley; 1. Aufl. 2012)

Auf der Grundlage einer **Bedarfsanalyse** (Erwartungen der Betroffenen) entwickelt

- **Stress** (für 67,2 % wichtig oder sehr wichtig)
  - Überraschende Veränderungen im Alltag
  - Persönlicher/sensorischer Kontakt zu anderen Personen
  - Positive Ereignisse
- **Soziale Kompetenz** (60,5 %)
  - Probleme mit Konflikt- und Kritikfähigkeit
  - Umgang mit eigenen und anderer Personen Grenzen
- **Soziale Interaktion** (57,3 %)
  - Probleme mit der Aufnahme und Pflege von Kontakten
  - Soziale Ängste vor Zurückweisung und Ablehnung
  - Probleme mit Beziehungen zum anderen Geschlecht und sexuellen Beziehungen



# Kölner Gruppentraining für AuTismus im Erwachsenenalter (GATE)

- **Identitätsfindung** (für 60,2 %)
  - Wunsch nach mehr Selbstvertrauen und Selbstakzeptanz
  - Diagnosestellung bringt Entlastung durch Erklärung
  - Trotzdem Herausforderung, „frühkindliche Entwicklungsstörung“ zu akzeptieren
- **Komorbiditäten** (53,1 %)
  - Depressive Symptome bei sich erkennen
  - Ermutigung, Behandlung im Einzelkontakt zu suchen
- **Umgang mit eigenen Emotionen** (50,1 %)
  - Erkennen und Benennen eigener Emotionen
- ❖ **Eigenschaften der Therapeuten** (> 60 %)
  - Fundiertes Wissen über Autismus
  - Genaue Kenntnisse der besonderen Probleme
  - Berücksichtigung der besonderen Struktur- und Kommunikationsbedürfnisse
  - Wohlwollen und Akzeptanz



# Kölner Gruppentraining für AuTismus im Erwachsenenalter (GATE)

- **15 Sitzungen** (ca. 3 Monate) à 90 min. wöchentlich
- Manual auch im Einzelkontakt nutzbar
- **6 Teilnehmer(innen)**, 2 Therapeut(inn)en
- Detaillierte Empfehlungen für das **inhaltliche und formale Vorgehen** der Therapeuten (einschließlich genauen Zeitbedarfs für einzelne Abschnitte)
- **Ziele:** Symptome reduzieren, Umgang mit verbleibenden Symptomen verbessern
- **Rollenspiele** (max. 2 min.), **Hausaufgaben; Folien, Info- und Arbeitsblätter** (im Anhang des Buches und zum Download)
- Evaluation (N = 10)
  - Ergebnisse im mittleren Bereich (gut für Gruppe bei HF-ASS – im Vgl. zu Bewertungen von Langzeit-Einzeltherapien bei verschiedenen Diagnosen): **Motivationale Klärung** (T = 45,4), **Hilfe zur Problembewältigung** (T = 46,8), **therapeutische Beziehung** (T = 54,1)
  - Hohe subjektive **Zufriedenheit**: Am positivsten wurden die Sitzungen 7 (Umgang mit **Stress**), 8 (Umgang mit **Stress**), 12 (**Kommunizieren** in sozialen Situationen) und 14 (Umgang mit **Konflikten**) wahrgenommen
  - Keine Prä-post-Erfassung von Autismus-Symptomen (z. B. AQ)
  - Fall-Kontroll-Studien stehen aus



# Kölner Gruppentraining für AuTismus im Erwachsenenalter (GATE)

Die **15 Sitzungen** im Einzelnen:

- 1 Gegenseitiges Kennenlernen, Übersicht über das Training, Gruppenregeln
- 2 Psychoedukation zu HF-ASS (gleicher Informationsstand für alle)
- 3 Psychoedukation „Depression“
- 4 Entspannung und Achtsamkeit
- 5 Themen „Stress“ und „Stressbewältigung“
- 6-9 Individuelle Stressbewältigungsstrategien für jeden Teilnehmer
- 10-13 Soziale Situationen (Was erkenne ich im Gesicht/an Gesten/an der Körperhaltung/an der Sprachmelodie einer Person? Small Talk; Freundschaft)
- 14 Soziale Konflikte (Einführung der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg, 2010)
- 15 Stärken und Ressourcen



# Kölner Gruppentraining für AuTismus im Erwachsenenalter (GATE)

## Material

- Flip-Chart
- Präsentations-Folien
- Informationsblätter
- Arbeitsblätter

The image displays three sample pages from the GATE training material. The first page, titled 'Blickformen nach Ekman (1984, 2003) - Emotion II', features a black and white photograph of a woman's face. The second page, 'Informationsblatt 5.1 Stressmodell', is a flowchart with four levels: 'Stressoren' (examples: Lärm, Zeitdruck), 'Reizen' (examples: Hochfrequenz, Überreizung), 'Stressreaktionen' (examples: Muskelverspannung, Gereiztheit), and 'Stressfolgen' (examples: Schlafstörungen, Depression). The third page, 'Arbeitsblatt 10.2 Meine Stärken und Ressourcen', is a worksheet with sections for 'Meine persönlichen Fähigkeiten', 'Meine persönlichen Eigenschaften', 'Meine persönlichen Stärken', 'Meine persönlichen Fertigkeiten', and 'Meine persönlichen Beziehungen', each followed by horizontal lines for writing.

## Hochfunktionaler Autismus im Erwachsenenalter

Hier finden Sie exklusive Zusatzmaterialien zu unserem Titel »Hochfunktionaler Autismus im Erwachsenenalter« von Astrid Gawronski / Kathleen Pfeiffer / Kai Vogeley zum Download.

Downloadbereich zu diesem Titel [verlassen](#).

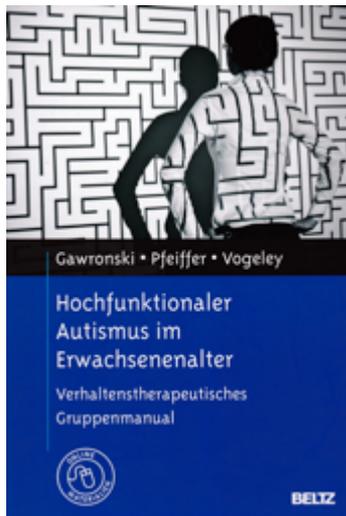
### Downloads

- GATE\_Vortragsfolien\_Gesamtdatei.ppt (7517 KB)
- Online-Materialien.pdf (16273 KB)
- Zusatzmaterial\_junge\_Erwachsene.pdf (162 KB)



## Fazit

- Kölner Manual wirkt strukturierter und übersichtlicher, bietet mehr Arbeitsmaterialien; Training mit 15 Sitzungen deutlich kürzer
- Freiburger Manual wirkt teils pragmatischer („wann aufstehen, zu Bett gehen“; „aktive Suche nach einem Praktikum/Ausbildung/Arbeitsplatz“); Therapie mit mindestens 26 Sitzungen recht lang
- Vorschlag: Kölner Manual als Basis, Freiburger Manual teils als Ergänzung





Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!