Inhalt

Stimmen zum Buch	5
Verzeichnis der Onlinematerialien	10
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	19
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	33
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	43
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	52
2.1 Besonderheiten in der Arbeit mit Menschen mit ASS	52
2.1.1 Rahmenbedingungen	53
2.1.2 Kommunikation	54
2.1.3 Beziehungsgestaltung	56

2.1.4	Der Umgang mit Komorbidität	59
2.1.5	Positive Aspekte und Herausforderungen der therapeutischen Arbeit mit Menschen mit ASS	59
2.2	Das Arbeiten mit diesem Manual	61
2.2.1	Besonderheiten des Manuals	61
2.2.2	Handhabung	62
2.2.3	Arbeitsmaterialien	63
3	Psychoedukation	64
3.1	Symptome von Autismus-Spektrum-Störungen und Störungsmodell	64
3.2	Stärken und Schwächen bei Menschen mit ASS	66
3.3	Therapieziele	70
4	Selbstwerterleben/Identitätsfindung	72
4.1	Identifikation negativer (Grund-)Annahmen	73
4.2	Veränderung negativer (Grund-)Annahmen	75
4.3	Etablierung eines wohlwollenden Begleiters	80
4.4	Aufbau von Selbstakzeptanz und Selbstfürsorge	85
4.5	Selbsthilfeliteratur und Erfahrungsberichte	89
4.6	Wie erkläre ich es den Anderen?	92
5	Stressmanagement	95
5.1	Einführung in das Thema Stressreduktion	98
5.2	Identifikation von Stressoren	100
5.2.1	Typische Belastungssituationen	103
5.2.2	Erkennung von Frühwarnzeichen	103
5.2.3	Achtsamkeit	106
5.3	Umgang mit Stressoren	108
5.3.1	Ausgleichende Aktivitäten/Skills	108
5.3.2	Hilfsmittel und externe Hilfe	111
5.3.3	Radikale Akzeptanz	111
5.3.4	Zusammenfassung der erarbeiteten Strategien zur Stressreduktion	112
5.4	Hilfreiche Selbstmanagement-Strategien	116
5.5	Wie erkläre ich es den Anderen?	119
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	135
6.3.1	Informationsquellen zur Einschätzung der mentalen Zustände Anderer	136
6.3.2	Nonverbale Kommunikation	138
6.3.3	Verbale Kommunikation	146
6.4	Soziales Wissen und Regeln	148
6.4.1	Psychoedukation	149
6.4.2	Gespräche führen	150
6.4.3	Herausfordernde soziale Situationen meistern	150
6.5	Wertschätzende Umfelder aufsuchen	155

7	Partnerschaft und Sexualität	158
7.1	ASS und Partnerschaft	158
7.2	ASS und Sexualität	166
8	Berufliche Orientierung und Integration	172
8.1	Exploration des beruflichen Selbstkonzepts.....	173
8.2	Navigation im sozialen Gefüge am Arbeitsplatz	180
8.3	Weiterführende Angebote für die berufliche Inklusion von Menschen mit ASS	183
	Literatur	185
	Stichwortverzeichnis	193
	Anhang	
	Übersicht der Möglichkeiten zur ASS-Diagnostik bei Erwachsenen	197
	Literatur zum Thema Autismus-Spektrum-Spezifik	199
	Zugang zu den Onlinematerialien und zum Zusatzmaterial	200