

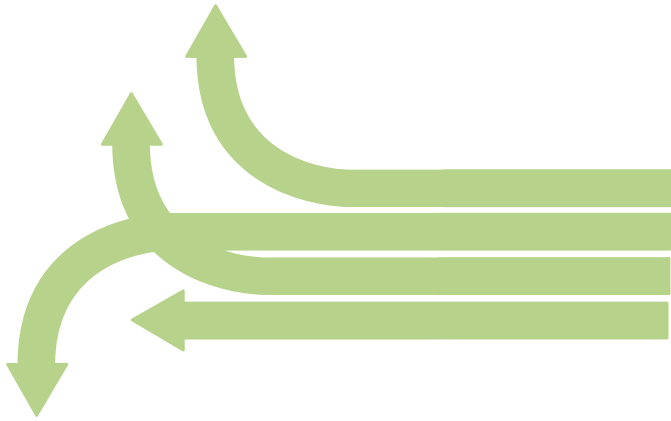


# Autistische Menschen am Arbeitsplatz

**Eine Informationsbroschüre  
für Vorgesetzte und  
Kollegen | Kolleginnen**



## Autistische Menschen am Arbeitsplatz



Im heutigen Berufsleben spielen die sogenannten „soft skills“, ständiges Netzwerken und Händeln komplexer sozialer Situationen, eine zunehmend wichtige Rolle. Dabei wird davon ausgegangen, dass solche sozialen Fähigkeiten natürlich sind und jeder darin gut sein kann:

### **Doch was ist, wenn diese Annahme nicht stimmt?**

Autistische Menschen nehmen ihre Umgebung weniger im Hinblick auf soziale Signale wahr und achten eher auf konkrete, physische Zusammenhänge.

**Ist dies nicht auch eine wertvolle Sichtweise, die nicht-autistischen Menschen helfen kann, ihre eigene Perspektive zu hinterfragen?**



## Autismus - was bedeutet das?



### **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 von einem autistischen Spektrum gesprochen.

### **Für mich bedeutet Autismus insbesondere:**

---

---

---

---

---

---



# Autistische Menschen am Arbeitsplatz

## Was sind typisch autistische Stärken?

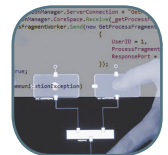
**Auch die Stärken autistischer Menschen sind sehr unterschiedlich:**

Stärken autistischer Menschen können sich in allen Bereichen zeigen; so verschieden autistische Menschen 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 oft bei autistischen Menschen anzutreffen sind:**

- Offenheit, Ehrlichkeit
- Zuverlässigkeit, Loyalität
- Verantwortungsbewusstsein
- Orientierung an der Sache, Perfektionismus
- Genauigkeit, Blick für Details
- Bilderdenken und / oder Sprachbegabung, assoziatives Denken
- Unabhängigkeit, Originalität, geringe Beeinflussbarkeit
- Neigung zum logischen Denken
- Spezialinteressen
- Fachliche Kompetenz
- Kreative Lösungen



**Meine Stärken sind:**

---

---

---

---

---

## Was sind typische Schwierigkeiten autistischer Menschen?



### Typische Schwierigkeiten autistischer Menschen sind:

- Überdurchschnittlich hohe Reizempfindlichkeit
- Häufige Missverständnisse
- Geringe Flexibilität
- Manchmal Erregungszustände oder irritierende Emotionen
- Probleme mit Smalltalk und Kommunikation in der Gruppe
- Schwierigkeiten beim Multitasking

**Daher haben viele autistische Menschen während ihrer Schulzeit Mobbing erleben müssen.**

### Was beinhaltet ein für autistische Menschen förderliches Umfeld?

- Klarheit in der Kommunikation, insbesondere bei Erwartungen
- Reizarmut bei allen Sinneswahrnehmungen
- Konstanz der Umgebung und der Ansprechpartner
- Aufgeschlossene, offene, ehrliche und freundliche Menschen

#### Beispiele:

- Klarheit darüber, ob eine Antwort erwartet wird
- Sicherheit bei der Strukturierung und Planung der Arbeit
- Keine Störung durch Neonröhren oder bestimmte, leise Hintergrundgeräusche
- Keine plötzliche, unvermittelte Veränderungen

**Auch die Anforderungen an eine förderliche Umgebung können sehr unterschiedlich sein. Daher ist es immer ratsam, dies individuell abzustimmen.**

### Zusätzliche Punkte, die für mich förderlich wären:

---

---

---

---

---



## Autistische Menschen am Arbeitsplatz

**Mir ist für meinen Arbeitsplatz und meine Arbeit wichtig:**

	sehr wichtig	günstig	unwichtig
<b>Einweisung in die Arbeit, Erläuterung der Arbeitsbereiche:</b>			
Klare Struktur von Aufgabenstellungen			
Überschaubare Arbeitsschritte			
Ausführliche Einarbeitungszeit			
<b>Strukturierung der Arbeit und des Arbeitsplatzes:</b>			
Schriftliche Tages- und Wochenpläne			
Keine unvermittelten Veränderungen			
Konstante Rahmenbedingungen			
<b>Reduzierung von Konzentrationshindernissen am Arbeitsplatz:</b>			
Rückzugsräume für Pausen			
Reizarmer Arbeitsplatz			
Eigenes Arbeitszimmer			
<b>Soziale Anforderungen, soziale Stresssituationen:</b>			
Keine verpflichtet. Teilnahme an Feiern u. Ausflügen			
Deutliche Rückmeldungen			
Konstante Bezugspersonen			
<b>Weiteres (eigene Eintragungen):</b>			

## Zu guter Letzt:

Selbstverständlich kann nicht alles optimal ausgestaltet werden. Aber gerade für die Aspekte, die wirklich wichtig sind, sollten unbedingt Lösungen gefunden und erprobt werden, um eine konzentrierte und produktive Arbeit zu ermöglichen.

**Manche wichtige Details zeigen sich erst im praktischen Arbeitsprozess. Es wird daher geraten, über die Arbeitsbedingungen im Gespräch zu bleiben, insbesondere während der Einarbeitungszeit.**

Jeder Mensch möchte seine Potenziale zur Verfügung stellen. Ein gutes Arbeitsklima kann Talente hervorbringen.



Nernstweg 32-34  
22765 Hamburg

++49 40 4290 3950

info@autworker.de



[www.autworker.de](http://www.autworker.de)

