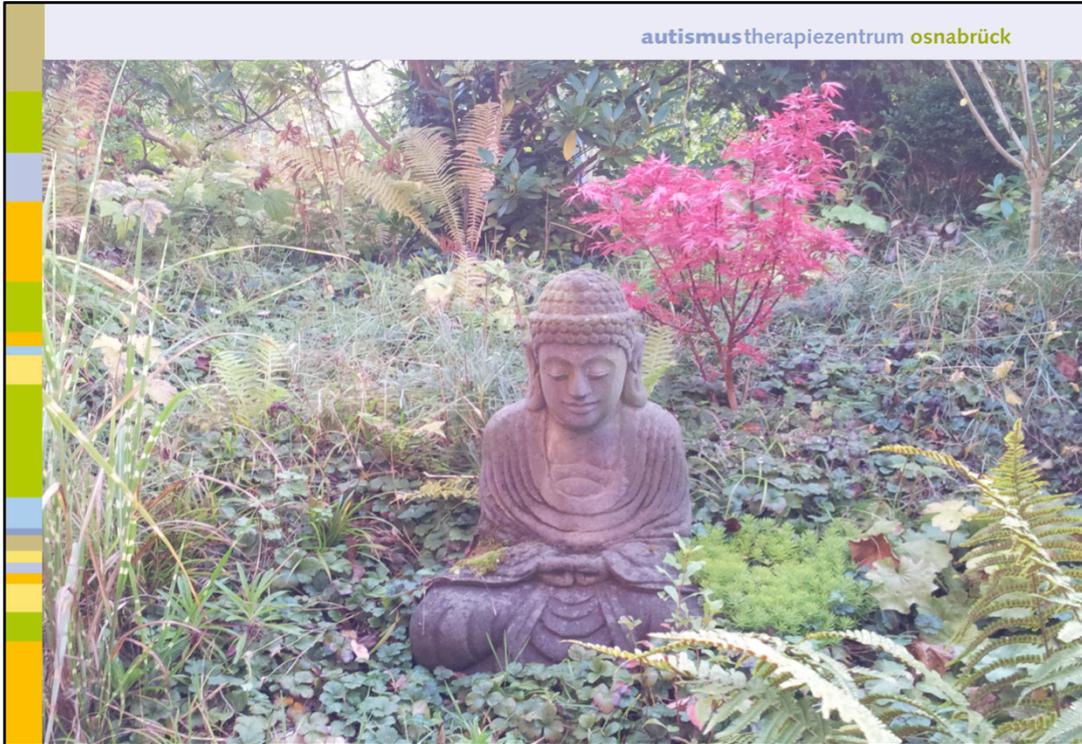


# Lebenszufriedenheit und Autismus

Wolfgang Rickert-Bolg



Symbole für Zufriedenheit

Asiatische Haltung - Siddharta (Hesse) - der Fährmann: annehmen, wie es kommt

# Übersicht

- Begriffsklärung
- Forschungsergebnisse
- Zufriedenheit bei Menschen mit Autismus
- Was können wir tun?

***„Zufriedenheit mit seiner Lage  
ist der größte und sicherste  
Reichtum.“***

*Marcus Tullius Cicero*

# Leitbild des Bundesverbands Autismus

Nicht um jeden Preis soll „Normalisierung“ erreicht werden. Menschen mit Autismus-Spektrums-Störung machen uns immer wieder deutlich, dass ihre Sicht auf die Welt zwar eine besondere ist, aber nicht automatisch als defizitär bezeichnet werden sollte. Aus diesem Grund ist es wichtig, immer wieder gemeinsam abzuwägen, ob ein autistisches Symptom den Betroffenen in bedeutsamer Weise davon abhält, in seinem Alltag **Lebenszufriedenheit** zu erlangen.

Wolfgang Rickert-Bolg

Vorlage QM-  
Handbuch BV-  
Autismus 2011

5

## Was ist Lebenszufriedenheit

„Ich bin fast vor Glück ausgerastet“, sagt Sophie H., wenn sie sich an den Moment erinnert, in dem ihr größter Traum in Erfüllung ging – einen ganz normalen Job zu bekommen“

*(gekürzt aus Münstersche Zeitung, 12.03.2014).*

Eine richtige Stelle zu bekommen, Arbeit zu haben, dazu zu gehören, etwas Sinnvolles zu tun kann glücklich machen. Das beschreibt diese junge Frau mit Down-Syndrom. Für viele Menschen mit Behinderung ist es ein ganz zentrales Ziel, endlich eine Arbeit, eine Aufgabe zu finden. Aber auch Kontakte oder manchmal auch eine Partnerschaft werden als Voraussetzung benannt, zufrieden werden zu können. Gerade das Leben von Menschen mit Autismus ist davon ge(kenn)zeichnet, dass hohe Potentiale, manchmal in sehr eingegrenzten Bereichen aufgrund der Störung nicht oder nur völlig unzureichend realisiert werden können. Die Betroffenen sind sich dessen, was nicht geht, oft schmerzlich bewusst. Sie leiden darunter, fühlen sich oft hilflos den äußeren Umständen ausgeliefert.

autismus therapiezentrum osnabrück

# Glücklicher allein?

Wolfgang Rickert-Bolg 7

Insbesondere bei Menschen mit schwereren Behinderungen kommen den Bezugspersonen manchmal Zweifel am richtigen Weg.

Aber ist das autistische Kind wirklich auf Dauer zufrieden, wenn man es in seinen stereotypen Handlungen allein lässt?

Wieviel Kontakte braucht ein Mensch mit Asperger-Autismus, der sich seine Welt ohne die anderen eingerichtet hat? (RB 2011)

# Glück und Zufriedenheit



Wolfgang Rickert-Bolg

8

Lebenszufriedenheit ist nach Mayering (1991) das kognitive Element des subjektiven Wohlbefindens

Vergleich der heutigen Lebenssituation mit der Vergangenheit  
„subjektiven Abwägen der eigenen Ziele und Ansprüche mit dem davon Erreichten“

Lebenszufriedenheit ist im Gegensatz zu Glück oder auch aktuellem Wohlbefinden eine relativ stabile Eigenschaft und wird in der Literatur auch als habituelles Wohlbefinden bezeichnet (Abele und Becker 1994, S. 13, zitiert nach Heidl 2012 S. 7).

# Subjektives Wohlbefinden

## Positive Dimension

- Zufriedenheit (als kognitive Bewertung der Lebenssituation), Glück (als affektives Wohlbefinden, resultierend aus der Beziehung positiver und negativer Erfahrungen)

## Negative Dimension

- Besorgnis und Belastungssymptome (Erschöpfung, hohe Beanspruchung, Angst, Nervosität, Niedergeschlagenheit), Gefühle der Isolation, Ohnmacht, Sinnlosigkeit

## Zukunftserwartungen

- Hoffnungen und Befürchtungen in Bezug auf die persönliche zukünftige Entwicklung

Nach  
Glatzer  
1984

# Quotient der Lebenszufriedenheit



Nach  
Thomsen  
1943

# Lebenszufriedenheit

- Gesundheit
- Arbeit und Beruf
- Finanzielle Lage
- Freizeit
- Ehe und Partnerschaft
- Beziehung zu den eigenen Kindern
- Eigene Person
- Sexualität
- Kontakte (Freunde, Bekannte, Verwandte)
- Wohnung

Skalen  
nach  
FLZ,  
Fahren  
berg  
2000

Wolfgang Rickert-Bolg

11

## FLZ:

Da relativ viele Personen aufgrund ihrer Lebenssituation die Skalen Arbeit und Beruf, Ehe und Partnerschaft sowie Beziehung zu den eigenen Kindern unbeantwortet lassen, wird der Gesamtwert nur über die verbleibenden sieben Skalen berechnet.

Die Items sind auf Skalenstufen von (1) sehr zufrieden bis (7) sehr unzufrieden zu beantworten.

## Lebensqualität (objektive Bedingungen) und Zufriedenheit

- Well-being
- Adaptation
- Deprivation
- Dissonanz

Wolfgang Rickert-Bolg

12

Das Zusammentreffen von guten Lebensbedingungen und hoher Zufriedenheit ist die erstrebenswerteste Kombination und wird als „*Well-being*“ bezeichnet.

„*Adaptation*“ bezeichnet das Vorliegen von Zufriedenheit trotz schlechter Lebensbedingungen.

Bei der „*Deprivation*“ gehen schlechte Lebensbedingungen mit Unzufriedenheit einher.

„*Dissonanz*“ liegt vor, wenn trotz guter Lebensbedingungen Unzufriedenheit geäußert wird (nach Glatzer und Zapf 1984, S. 25).

## Untersuchungen allgemein

- Deutschland gesamt: 7,9 (auf Skala von 1 – 10; Wohlfahrtssurvey 1993)
- Jugendliche in Österreich: 80% zufrieden (Befragung von 4000 Jugendlichen, Dür et al. 2007)
- Gesamtzufriedenheit Jugendliche Deutschland: etwa 85% (HBSC Studie 2009/10)

Wolfgang Rickert-Bolg

13

- 1 Zufriedenheit im privaten Bereich (z. B. Ehe bzw. Partnerschaft und Familienleben) eher höher als im öffentlichen Bereich (z. B. Umweltschutz, Kirche). Einfluss die Berichterstattung der Medien im Sinne eines „schlecht Redens“ Linke 2005
- 2 2006 - regionale Unterschiede: In der Stadt Wien deutlich geringer als in ländlichen
- 3 (**H**ealth **B**ehavior in **S**chool aged **C**hildren) - Abnahme der Häufigkeit der Aussage, „das beste denkbare Leben zu führen“ mit zunehmendem Alter

## Untersuchungen Behinderte

- Behinderte Deutschland: 52% „alles in allem zufrieden“ (*Behindertenreport Deutschland 2003*)
- Geistig Behinderte in Bayern: 95% zufrieden oder sehr zufrieden (*Befragung von 1108 Personen in verschiedenen Wohnformen, Bundschuh 2002*)
- Menschen mit Autismus (Asperger- oder HFA): durchschnittlich mittelmäßig zufrieden (*Befragung von 10 Betroffenen, Gomolla 2006*)

Wolfgang Rickert-Bolg

14

- 1 Überwiegend Körperbehinderte = deutlich geringer
- 2 Unabhängig von individuellen Entscheidungsmöglichkeiten#
- 3 Leider sehr kleine Stichprobe, aber einzige mir bekannte Untersuchung

Hinweis geplante eigene Studie

# Determinanten

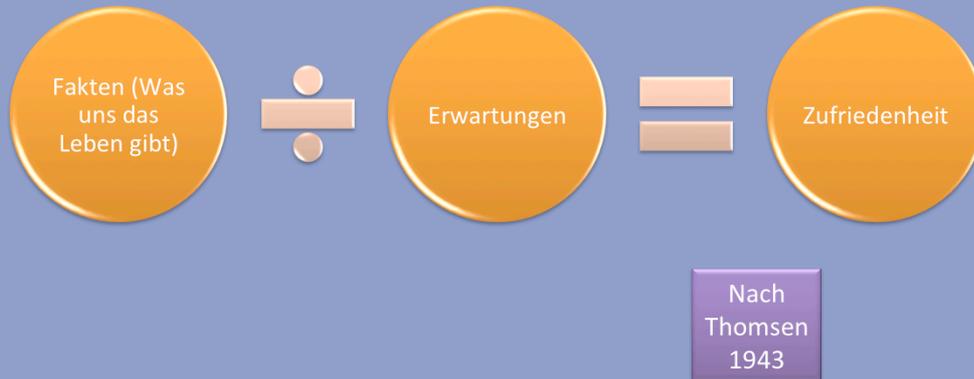
- Gesundheit
- Erwerbsstatus
- Häufigkeit von Glücksgefühlen
- Familienstand
- aktive Gestaltung der Freizeit

## Negative Korrelationen

- Sorgen, Befürchtungen
- Alkohol-, Tabak- oder Drogenkonsum
- Mangelnde Kontrolle des Essverhaltens

Es gibt aber auch Zufriedenheit trotz Sorgen

# Quotient der Lebenszufriedenheit



Wolfgang Rickert-Bolg

17

Hypothese aus den Daten:

Faktor *Erwartungen* von entscheidender Bedeutung:

Menschen, die bessere Alternativen vor Augen haben oder sie vielleicht auch früher selbst erlebt haben, hadern offenbar eher mit ihrem Schicksal

Körperbehinderte, Jugendliche in der Stadt

Prinzip der Werbung: Wünsche, Erwartungen wecken

# Erfahrungen des Alltags: Zufriedenheit bei Autismus

Wolfgang Rickert-Bolg

18

Eher Erwachsene oder heranwachsende - reflektieren

## Zukunftswünsche

- Wunsch nach Partnerschaft, Kontakte, Arbeit (*Erwachsene mit Asperger-A.*)
- Möglichkeiten zur Kommunikation und zur Bedürfnisbefriedigung (*FKA*)
- Etwas leisten können, Wertschätzung erfahren (*FKA*)
- Etwas erleben (*FKA*)

1 Befragung

2 + 3 Beobachtung, Abnahme von Stereotypien und Selbstverletzungen

4 Befragung



Insgesamt viel Unzufriedenheit

Beispiel: kreisende neg. Gedanken an den Chef

Äußere Probleme + Innere (psychische) Probleme

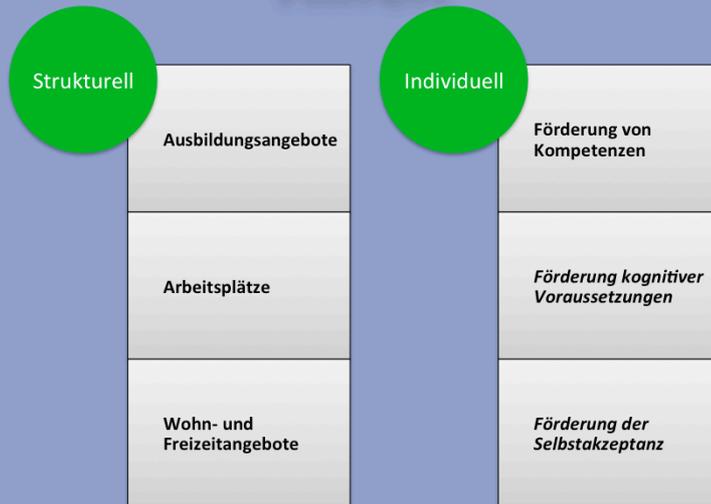
häufig anzutreffende komorbide Symptomatik darstellen (vgl. Tebartz van Elst 2013; Radtke 2013).

# Lebenszufriedenheit

- Gesundheit
- Arbeit und Beruf
- Finanzielle Lage
- Freizeit
- Ehe und Partnerschaft
- Beziehung zu den eigenen Kindern
- Eigene Person
- Sexualität
- Kontakte (Freunde, Bekannte, Verwandte)
- Wohnung

FLZ

# Hilfen



Wolfgang Rickert-Bolg

22

Objektive Bedingungen verbessern

Das Annehmen-können erleichtern

autismus therapiezentrum osnabrück

# Autismus

## Abweichende kognitive Verarbeitungsprozesse

- Wahrnehmen
- Denken
- Handeln
- Kommunizieren
- Interagieren

## Autistisches Verhalten als Anpassungsstrategie

Wolfgang Rickert-Bolg 23

Symptome bekannt

Erklärungsmodell – Nicht: keinen Kontakt wollen

# Bewältigungsstrategien



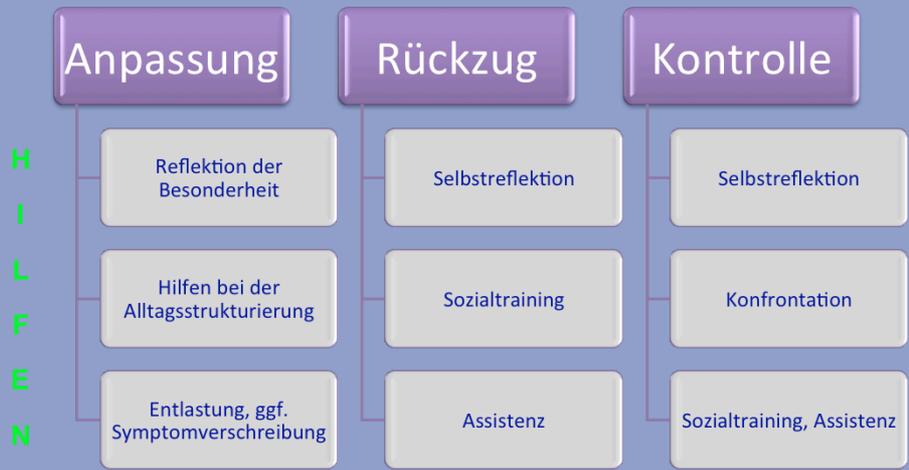
# Bewältigungsstrategien

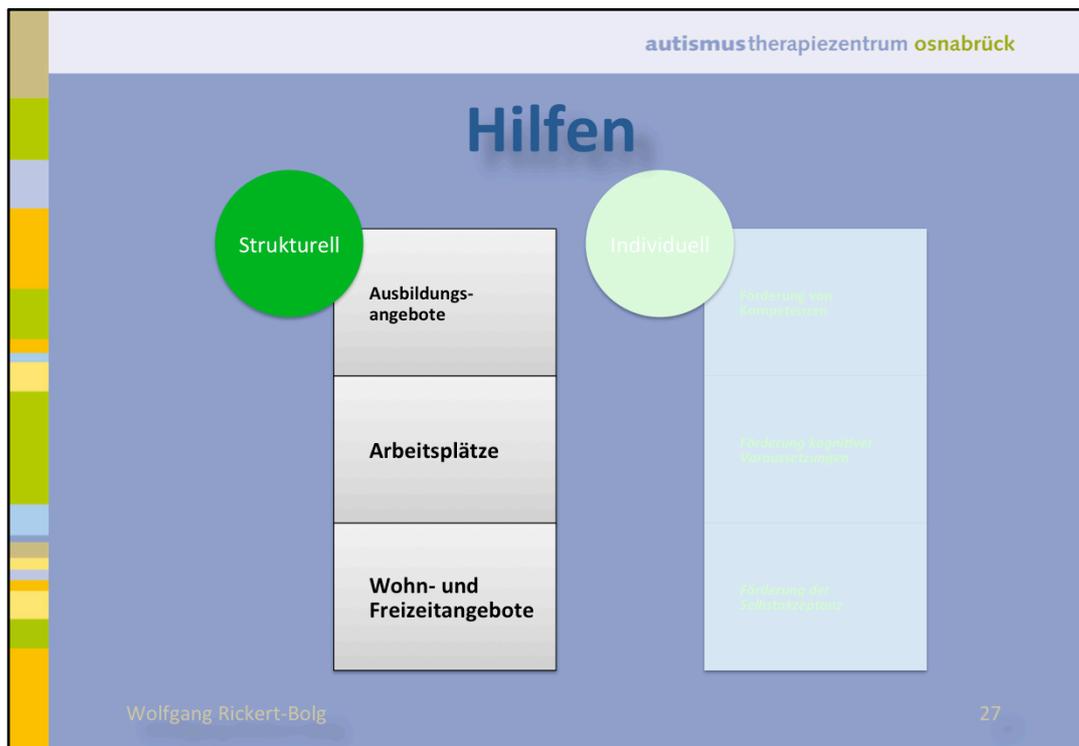


Wolfgang Rickert-Bolg

25

# Bewältigungsstrategien





Es gibt

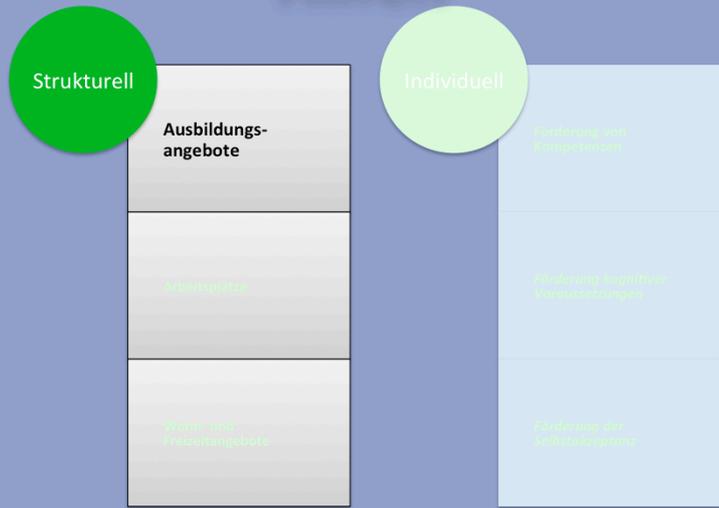
**Therapie- und Beratungsangebote**, meist durch ATZ

**Beratung + FB** für Kiga - Schule,  
Institutionen sind besser eingestellt.

→ großer Entwicklungsbedarf.

**Inklusion ?** Es werden viele bewährte Strukturen mit unbekannter Perspektive aufgegeben – ohne, dass praktikierbare Alternativen angeboten werden können

# Hilfen



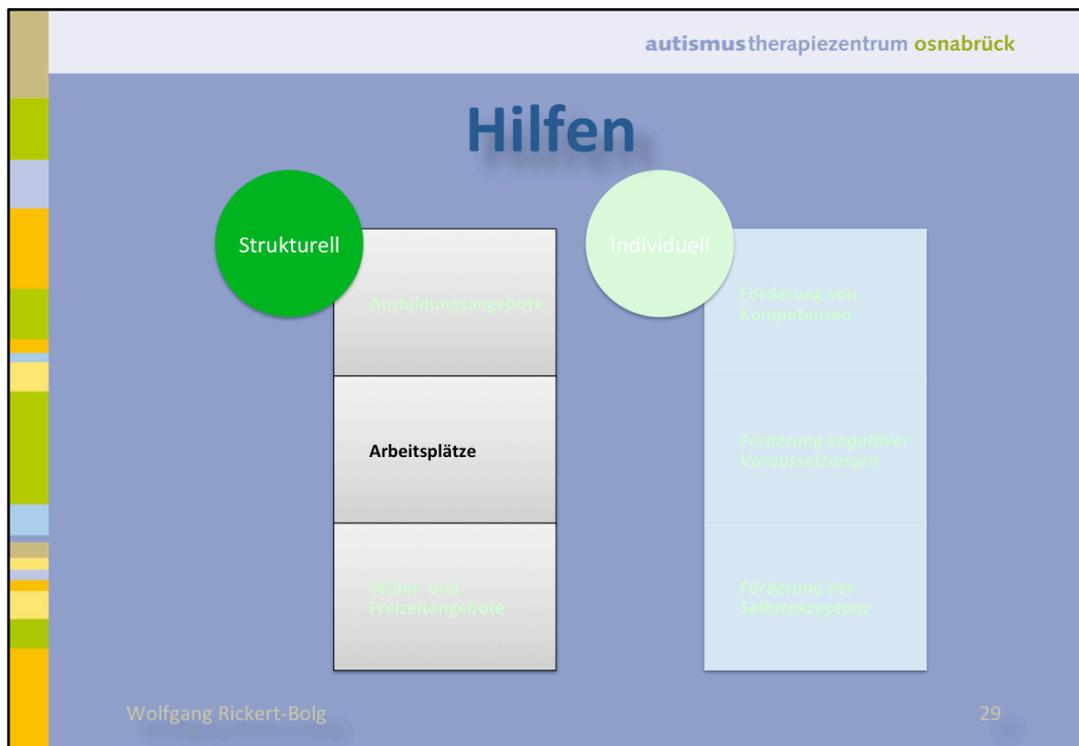
Wolfgang Rickert-Bolg

28

Qualifizierung der **Berufsbildungswerke** (ausgehend von Abensberg) besser

**Spektrum** möglicher Berufe zu klein -> handwerkliche Berufen.

**Strukturen Uni**



**Schwerer Betroffene -> WFBM - Verwahrung -> aktive Teilhabe am Arbeitsleben**

(Rickert-Bolg 2002) noch Einzelfälle sind. Kein Erleben von Anerkennung für Arbeitsleistung

### Lösungen

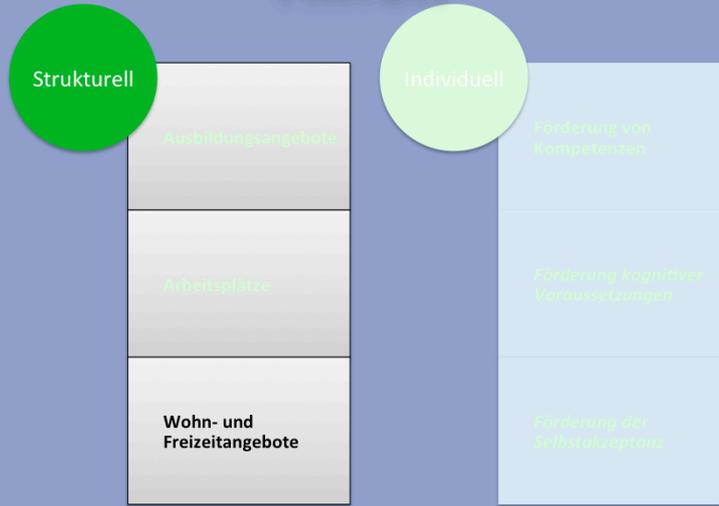
ASP: zu wenig / Computerspezialisten?

**Bereitschaft – Arbeitgeber**

**Forderung: Kreative**

**Forderung: mehr**

# Hilfen



Wolfgang Rickert-Bolg

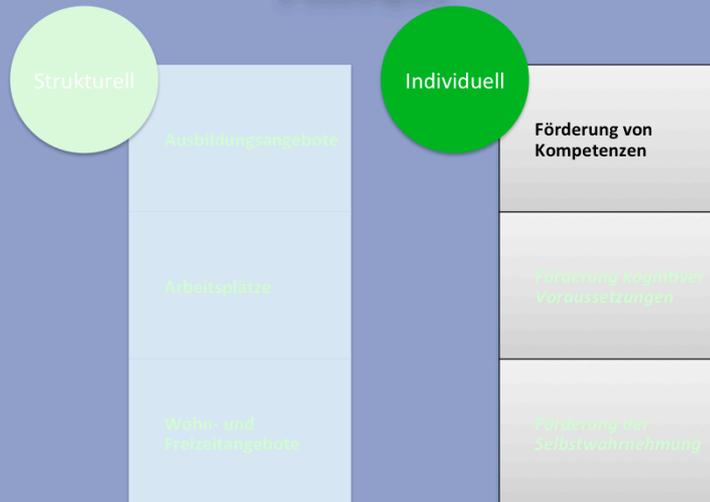
30

**Wohnen:** zu wenige spezielle Angebote – betreutes Wohnen - hochspezialisierte Intensivbetreuung

Freizeit, bei der ich dazu gehöre, soweit ich will  
Beispiele      marius / aspigruppe

Gedanke: ist diese Gruppe richtig? – eher neurotypische Form?

# Hilfen



Wolfgang Rickert-Bolg

31

persönliche Voraussetzungen schaffen – Angebote annehmen können (praktisch kognitiv, sozial)

durch Förderung in Therapie: motorischen Übung bis Sozialtraining und Training Emotionserkennung

Ziel: nicht Normalität, also nicht aufzufallen, gleich zu sein, sich anzupassen beziehungsweise angepasst zu werden.

Fähigkeit, sich entsprechend der eigenen Bedürfnisse flexibel anpassen oder abgrenzen zu können (RB 2011)

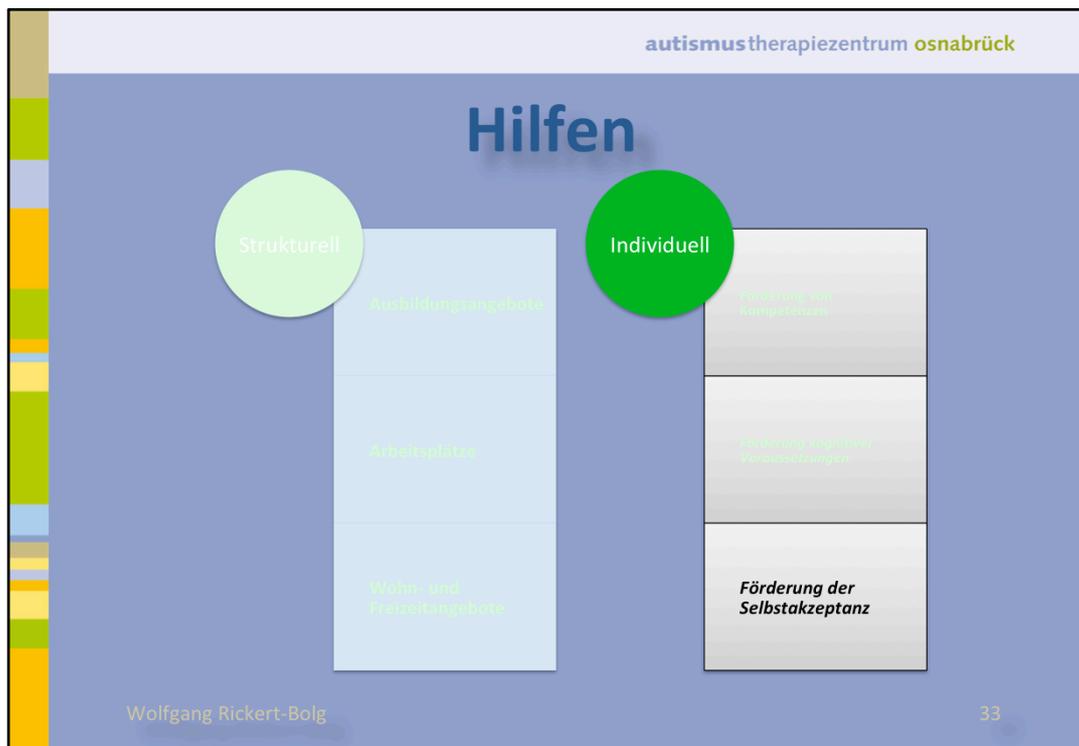


## Intrapsychische Voraussetzungen für Zufriedenheit

Ziel: Adaptation ermöglichen – Positiven sehen und entsprechend bewerten können

Förderung kognitiver Flexibilität: Fähigkeit, mit Widersprüchen und Ambivalenzen umgehen zu können

Kompromisse im eigenen Denken  
und auch mit anderen akzeptieren können.



Fähigkeiten wirken zurück auf Befinden:

- direkt (z.B. sagen können, was man will / mit anderen klarkommen)
- indirekt (Identität „Ich kann was?“, Anerkennung durch Andere (Wechselwirkung))

Reduzierung der Therapie auf Fähigkeiten kann dazu führen, dass jemand viel lernt, aber dennoch in zentralen Lebensbereichen nicht weiter kommt (Beispiel Iwan)

Dazu, wie es jemandem geht kommen außer den Fähigkeiten noch:

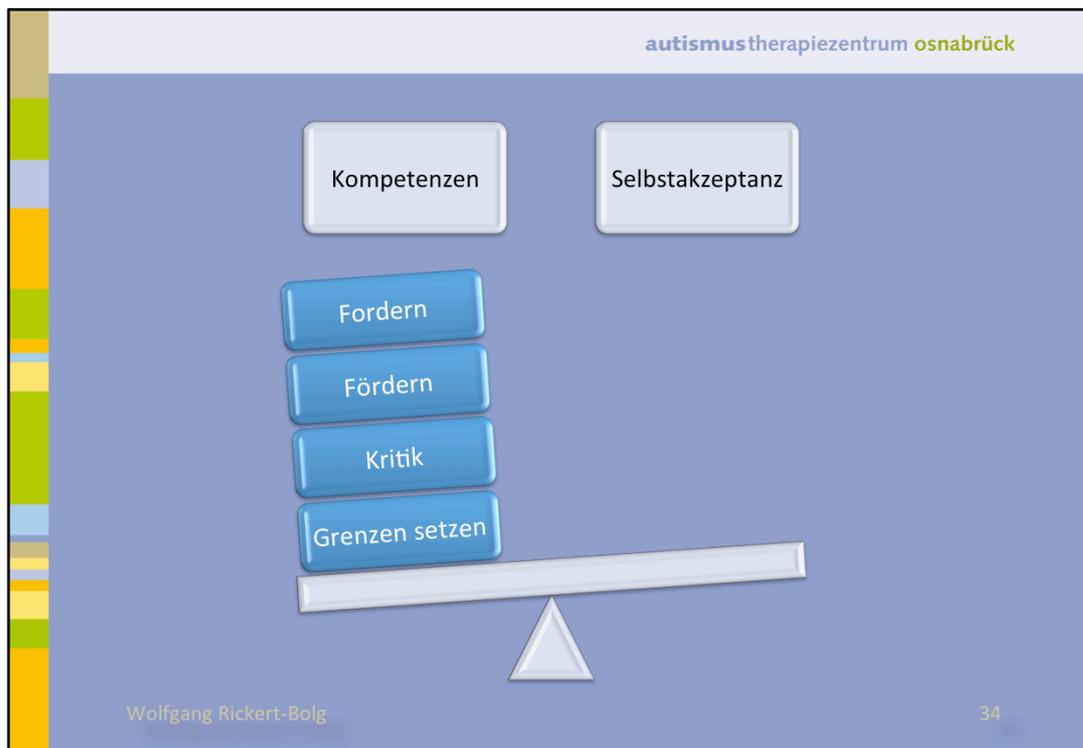
- Fähigkeiten selbst an sich wahrnehmen
- Gefühl der Sicherheit

Das Akzeptieren von Grenzen und Begrenzungen der eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten ist ein wichtiges, ja zentrales Thema für uns alle

Eltern - Halt und die Bindungssicherheit geben, Grenzen zu setzen und Kritik zu üben. Diese Gratwanderung, das Kind als Mensch aber nicht unbedingt sein Verhalten zu akzeptieren und ihm das unmissverständlich und immer wieder zu vermitteln, ist eine der schwierigsten und wichtigsten Aufgaben aller Eltern.

Verunsicherung durch Autismus (Fehler?, Prognose? Diskrepanz Potentiale und Realität)

Annehmen und Fördern befinden sich in einem Spannungszustand. Eltern und andere



Fähigkeiten wirken zurück auf Befinden:

- direkt (z.B. sagen können, was man will / mit anderen klarkommen)
- indirekt (Identität „Ich kann was?“, Anerkennung durch Andere (Wechselwirkung)  
-auch nächste F



Reduzierung der Therapie auf Fähigkeiten kann dazu führen, dass jemand viel lernt, aber dennoch in zentralen Lebensbereichen nicht weiter kommt.

Eltern - Halt und die Bindungssicherheit geben,  
Grenzen zu setzen und Kritik zu üben.

**Gratwanderung**, das Kind als Mensch aber nicht unbedingt sein Verhalten zu akzeptieren und ihm das unmissverständlich und immer wieder zu vermitteln, ist eine der **schwierigsten und wichtigsten Aufgaben aller Eltern**.

Bindung und Beziehung zwischen Eltern und Kind dürfen nicht lediglich als „pairing“ mit einem Verstärker, mit dem Focus auf der Leistungssteigerung, gesehen werden. Verengt sich der Blickwinkel zu sehr auf die kognitive Förderung des Kindes, geht vieles verloren.

Erfahrung von Beziehung, Momenten der Freude, Spaß miteinander oder sogar Glück

Dann: Wenn ein Kind oder Erwachsener an Grenzen stößt, die ihm der Autismus trotz aller Intelligenz setzt, wird er seine Grenzen umso eher akzeptieren können.  
(zentrales Thema für uns alle)

## Kontakt / Weitere Informationen

- Autismus-Therapiezentrum Osnabrück  
[autismus-os.de](http://autismus-os.de)