

Christine Preißmann

Autismus 2025

Situation und Herausforderungen aus
Betroffenen- und Therapeutesicht

Interlaken, 7. November 2025

Dr. med. Christine Preißmann

Ärztin für Allgemeinmedizin, Psychotherapie
Tätigkeit in eigener psychotherapeutischer Praxis

Betroffen vom Asperger-Syndrom
Öffentlichkeitsarbeit: Vorträge, Publikationen
Vorstandsmitglied Autismus Deutschland e.V.

Kontakt: Ch.Preissmann@gmx.de

Gliederung

- Krankheitsbewusstsein, Krisen und KI:
Große Herausforderungen
- Zuversicht, Zusammenarbeit, zielgerichtete
therapeutische Angebote:
Hilfen für autistische Menschen
- Menschlichkeit, Mut und Motivation:
Zentrale Haltungen
- Erfahrungen, Rückblick und Ausblick

Künstliche Intelligenz

- Massive Veränderungen in der Berufswelt
- Insbesondere Tätigkeiten mit ritualisierten, gleichförmigen Anforderungen sind betroffen
- Qualifikation ist wichtig wie nie, auch für Menschen mit Autismus!
- Wir werden Lösungen finden, müssen uns aber der Herausforderungen bewusst sein und entsprechend therapeutisch arbeiten

Krankheitsbewusstsein

- Autismus ist mehr denn je in der Öffentlichkeit präsent
- Begriffe wie Masking oder Reizüberflutung gehören zum Grundwortschatz junger Menschen
- Daraus ergeben sich Chancen und Risiken
- Bessere Kenntnisse führen zu mehr Akzeptanz und Hilfsangeboten,
- manchmal aber auch zu einer Bagatellisierung der Symptomatik

Krisen

- Viele autistische Menschen sind in diesen Zeiten zahlreicher Krisen massiv verunsichert
- Sie fühlen sich überfordert und wissen nicht, wie sie ihnen begegnen sollen
- Notwendig: Begleitung, Anleitung zum Umgang mit Krisen, Beruhigung, Hilfsangebote
- Themen nicht bagatellisieren oder ignorieren: Resilienz erlernt man, indem man sich (mit Unterstützung) Krisen stellt!

Zusammenarbeit

- Menschen mit Autismus, Angehörige und Fachkräfte:
- Zusammenarbeit ist wichtig, um die Herausforderungen gemeinsam anzugehen
- Eltern sind die wahren Experten für ihre Kinder!

Zielgerichtete Therapie

- Moderne Autismustherapie muss mehr Aspekte berücksichtigen als früher
- Immer weitreichendere Veränderungen: stärkerer Fokus auf Flexibilität nötig
- Digitalisierung mit all ihren Folgen muss beachtet werden
- Immer engere Finanzbudgets erfordern kostengünstige Lösungen, ohne die Hilfe als solche zu verringern
- Noch immer bestehende Auswirkungen der Corona-Pandemie sind zu berücksichtigen

Psychotherapie / Autismusspezifische Therapie

- **Sozialkontakte:** Soziales Denken und Handeln, Freunde finden, Interaktionen genießen
- **Flexibilität:** Mit Veränderungen besser umgehen können, den Fokus wechseln, Kompromisse finden, Grauzonen, verschiedene Standpunkte und Alternativen akzeptieren
- **Emotionale Entwicklung:** Gefühle erkennen, verstehen, ausdrücken und regulieren können, sich in andere hineinversetzen
- **Selbstregulation:** Stressfaktoren auf biologischer, sozialer, emotionaler, kognitiver und prosozialer Ebene identifizieren und regulieren
- **Kommunikation und Interaktion:** Kommunikative und interaktionelle Möglichkeiten erweitern, Missverständnisse vermeiden
- **Vermeidungsverhalten reduzieren, Anstrengungsbereitschaft fördern**
- **Identität und Selbstvertrauen:** Sich selbst besser verstehen und seinen Platz in der Welt finden; Lebensfreude finden; etc.

Zuversicht und Zufriedenheit

- Viele autistische Menschen sehen keine Perspektive für sich
- Sie brauchen Menschen, die ihnen Zuversicht vermitteln
- Lösungen sind immer möglich, auch in aussichtslos erscheinenden Fällen
- Mit guter Förderung und Unterstützung ist ein schönes und erfülltes Leben möglich!

Motivation

- Motivierende Grundhaltung ist wichtig, die sich an den Zielen und Wünschen der betroffenen Menschen orientiert
- Motivation zur Arbeit an den eigenen Schwierigkeiten, um eine möglichst große Selbstständigkeit zu erwerben und nach den eigenen Vorstellungen leben zu können

Menschlichkeit

- Wohl die wichtigste Grundhaltung überhaupt
- Mit Menschlichkeit sind viele Dinge möglich, einfach mit gesundem Menschenverstand und deshalb, weil man merkt, was der jeweilige Mensch benötigt, und sich traut, dies auch gegen Widerstände anzubieten

Mut

- Ich wünsche mir von Angehörigen in vielen Fällen mehr Mut, auch Neues auszuprobieren und ihren Kindern die Welt zu zeigen
- Notwendig dafür sind Hilfen für Angehörige, wie sie gut auf ihre autistischen Kinder eingehen können
- Das ist eine wichtige Aufgabe der Autismusverbände

Autismusverbände

- Entstanden als ein Zusammenschluss von Eltern betroffener Kinder – in einer Zeit, als es noch kaum Hilfen gab
- Autismus Schweiz: gegründet 1975, inzwischen wichtigste Organisation für Menschen mit Autismus, Angehörige und Fachpersonen
- Beratungsstellen, Fortbildungen, autismusergerechte Veranstaltungen etc.
- **Herzlichen Glückwunsch zum Jubiläum!**

„Man könnte sagen, dass ich noch lange nicht am Ziel bin. Vielleicht gibt Gott uns deshalb ein ganzes Leben lang Zeit, um Schritt für Schritt alles auszuprobieren. Tief im Innern habe ich das Gefühl, dass Gott in seinem Herzen einen Platz für uns Autisten reserviert hat. Vielleicht ist Gott auch selbst ein kleines bisschen autistisch – warum sonst würde er wohl sämtliche Planeten rotieren lassen?“ (Jerry Newport)

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

Kontakt: Ch.Preissmann@gmx.de
<https://preissmann.com>

Über Fragen und Anregungen freue ich mich.

Meine Angebote

- Praxistätigkeit: Beratung, Diagnose und Therapie für erwachsene autistische Menschen sowie Angehörige
- Online-Seminare; Informationen: <https://preissmann.com>
- Online-Kurs Autismus, Informationen: <https://myablefy.com/s/autismus-kurs>
- Zahlreiche Bücher für autistische Menschen, Angehörige, Fachpersonen und Interessierte

Meine Buchpublikationen

- Mit Autismus leben – eine Ermutigung. Klett-Cotta 2024, € 22,--
- Asperger – Leben in zwei Welten. Trias 2022, € 22,99
- Autismus und Gesundheit. Kohlhammer 2024, € 36,--
- Glück und Lebenszufriedenheit für Menschen mit Autismus. Kohlhammer 2022, € 25,--
- Gut leben mit einem autistischen Kind. Klett-Cotta 2022, € 17,--
- Überraschend anders: Mädchen & Frauen mit Asperger. Trias 2019, € 22,99
- Psychotherapie und Beratung bei Menschen mit Asperger-Syndrom. Kohlhammer 2023, € 32,--