

Autonomie und Autismus im jungen Erwachsenenalter – eine wichtige Entwicklungsaufgabe

3. Nationaler Autismus Kongress

Wahlblock 2

07. November 2025, Interlaken

Tanja Breiter, Sozialarbeiterin BSc /
Systemische Beraterin

Katja Wichser, lic. phil.
Fachpsychologin für Psychotherapie
FSP / Systemische Supervisorin

Inhalt

- **Autonomieentwicklung**
 - Autismus und Selbstständigkeit
- **Autonomie im jungen Erwachsenenalter**
 - Autismus und Selbstständigkeit
- **ONTourage: zwei Praxisbeispiele**
- **Begleitung der jungen Erwachsenen in einen autonomen Lebensalltag**
- **Fragen / Diskussion**

**Was bedeutet für
dich Autonomie /
Selbstständigkeit?**

FILM nur in Live-Version verfügbar

Stufenmodell der psychosozialen Entwicklung (Erik H. Erikson, 1950)

Stufe	Alter
1. Urvertrauen vs. Ur-Missvertrauen	1. Lebensjahr
2. Autonomie vs. Scham & Zweifel	2.-4. Lebensjahr
3. Initiative vs. Schuldgefühle	4.-6. Lebensjahr
4. Werksinn vs. Minderwertigkeit	6. Lebensjahr bis Pubertät
5. Identität vs. Identitätsdiffusion	Jugendalter
6. Intimität und Solidarität vs. Isolation	Frühes Erwachsenenalter
7. Generativität vs. Stagnation	Erwachsenenalter
8. Ich-Integrität vs. Verzweiflung	Reifes Erwachsenenalter

Autonomie- entwicklung

Autismus und Selbstständigkeit (gemäss Stufenmodell nach Erikson)

- Frühe Autonomie-Entwicklung verläuft häufig divergent zu neurotypischen Kindern
- Motivation für Selbstständigkeit weicht von neurotypischer Idee ab
- „Üben“ als Schwierigkeit
- Identitätsentwicklung weicht von neurotypischen Konzepten häufig ab: Suche nach dem „Richtig“ statt Suche nach „eigener Meinung“

Autonomie im jungen Erwachsenen- alter

„Big Three“ der Autonomie-Kriterien (J. Arnett, 2000)

- Verantwortung für das eigene Leben übernehmen
- Unabhängige Entscheidungen treffen
- Finanzielle Unabhängigkeit erreichen

Autismus und Selbstständigkeit (gemäss "Big Three" nach Arnett)

- Verantwortungsübernahme für eigenes Leben
 - In Teilbereichen vollständig oder kaum
 - Nur auf Anforderung vom Umfeld
- Entscheidungen treffen
 - Isoliert auf der eigenen Meinung / Haltung
 - Weitgehend auf der Meinung / Haltung anderer
- Finanzielle Unabhängigkeit
 - Scheint nur teilweise mit dem Erleben von Autonomie in Verbindung zu stehen

**Was hemmt dich
in der eigenen
Selbst-
ständigkeit?**

FILM nur in Live-Version verfügbar

ONTourage: Praxisbeispiel 1

Zur Person: „PHILIPP“

- 26-jähriger Mann, lebt im gemeinsamen Haushalt mit Eltern
- Asperger-Syndrom F84.5 (Diagnose im frühen Erwachsenenalter)
- Abbruch Studium (Grund unklar) / ohne Tagesstruktur
- Symptomatik zu Beginn: soziale Isolation, keine Vision seiner Person / Zukunft
- Selbstständigkeit zu Beginn: alltagspraktische Fertigkeiten sind altersgerecht entwickelt / soziale Interaktionen und Freizeitgestaltung planen Eltern für ihn

ONTourage: Praxisbeispiel 1

Begleitung durch ONTourage

- Psychotherapiestart → Kontakt üben nach langer Isolation
- Abklärung → sich verstehen lernen / späte Diagnose
- Übungsfelder fehlen → ONTourage: Soziale Arbeit
- Aufbau Tagesstruktur
- Zusammenarbeit mit familiärem System / Interdisziplinäre Zusammenarbeit
- Studium startet
- Aktuelle Autonomiethematik: „totale Selbstständigkeit“ vs. „freeze“

ONTourage: Praxisbeispiel 2

Zur Person: „MILENA“

- 22-jährige Frau, lebt im gemeinsamen Haushalt mit Eltern und Bruder
- Atypischer Autismus F84.1 (Diagnose seit vier Jahren)
- SEK A-Abschluss (mit Schulabsentismus) / keine Tagesstruktur seit zwei Jahren (diverse Klinikaufenthalte)
- Symptomatik zu Beginn: Sekundärsymptomatik im Vordergrund
- Selbstständigkeit zu Beginn: alltagspraktische Fertigkeiten sind nicht altersgerecht entwickelt / Entscheidungen trifft sie punktuell aus eigener Motivation

ONTourage: Praxisbeispiel 2

Begleitung durch ONTourage

- Psychotherapiestart → Strukturen helfen beim Übergang
- Psychoedukation → Reduktion der Sekundärsymptomatik
- Familiengespräche: Eltern fordern nicht ein / begleiten emotional und finanziell
- Tagesstruktur fällt weg, Destabilisierung → ONTourage: Soziale Arbeit
- Wahl Ausbildungsoptionen → „ich will nicht, dass andere denken, ich sei dumm“ → Handlungsstrategien fehlen
- Grenzen von „Aussen“ → Klientin übernimmt Verantwortung
- Interdisziplinarität: alle Disziplinen
- Aktuelle Autonomiethematik: zunehmende Verantwortungsübernahme in allen Lebensbereichen (Forderung von Aussen muss bestehen)

Begleitung der jungen Erwachsenen in einen autonomen Lebensalltag

Begleitung in der Kindheit / Jugend

- Altersgerecht Selbständigkeit fördern: Welche Entwicklung wird erwartet / ist wichtig?
- Wenn möglich nicht das Ziel verändern, sondern den Weg ans Ziel anpassen (klar Strukturen helfen)
- Begleiten der aufkommenden Emotionen (keine Vermeidung)
- Autonomieentwicklung ist über die Lebensspanne aufbauend

Begleitung der jungen Erwachsenen in einen autonomen Lebensalltag

Begleitung junger Erwachsener

- Altersgerechte Selbständigkeit einfordern
- Unterstützungsmassnahmen benennen und Verantwortungsübernahme klären
- Anforderungen autonom umsetzen lernen
- Von Theorie in Praxis kommen: Klare Strukturen helfen
- Begleiten der aufkommenden Emotionen (keine Vermeidung)
- Klare, systemische Haltung der Fachpersonen bzgl. Autonomie-Entwicklung

Begleitung der jungen Erwachsenen in einen autonomen Lebensalltag

Haltung ONtourage

- Wissen über neurotypische Anforderungen → Wahl inkl. Wissen über Konsequenzen
- Wissen über ASS-Symptomatik und wie diese mit Autonomie-Entwicklung in Verbindung steht
- Ziele werden nur dann angepasst, wenn die Konsequenzen den Klient:innen bewusst sind und in Kauf genommen werden
- Gemeinsames Ziel:
„**Wie kann ich mit meiner ASS eine passende Autonomie erlangen, ohne dabei zu erschöpfen?**“

**Was unterstützt
dich in der
eigenen
Autonomie /
Selbst-
ständigkeit?**

FILM nur in Live-Version verfügbar

Fragen / Diskussion

- Weshalb lohnt es sich, eine altersgerechte Autonomie zu erreichen?
- Ist die fachliche Haltung bzgl. Autonomie im Kinderbereich kompatibel mit den Anforderungen, welche im Erwachsenenleben gestellt werden?
- Wann und wie verstärkt / schwächt eine Anpassung der Anforderungen die Symptomatik eines Menschen mit Autismus?