

Sehr geehrte Frau Andersen

Als Inhaberin der Praxis für Lösungs-Impulse AG, welche einerseits Menschen aller Altersstufen und deren Umfeld (Kinder/Eltern/Schule, Erwachsene/Arbeitgeber/Ärzte/Sozialversicherungen) im Autismus Spektrum im Rahmen von Coaching und Beratung begleitet und parallel zahlreiche Personen aus allen Berufsfeldern zum Autismus Coach und Berater auf Hochschulniveau begleitet, beantworte ich Ihre Fragestellung gerne untenstehend wie folgt:

**Das Übersetzen von Informationen zum Thema Autismus auf Deutsch ist aus meiner Wahrnehmung aus unterschiedlichsten Gründen wichtig:**

- 1. Zugang zu Informationen:** Viele Menschen, die von Autismus betroffen sind oder sich für das Thema interessieren, sprechen Deutsch. Durch die Übersetzung wird sichergestellt, dass diese Personen Zugang zu wichtigen Informationen, Ressourcen und Unterstützung erhalten können.
- 2. Sensibilisierung und Aufklärung:** Übersetzte Materialien können mithelfen, das Bewusstsein für Autismus in der deutschsprachigen Bevölkerung zu erhöhen. Dies fördert ein besseres Verständnis für die Thematik Neurodivergenz und eine positive Einstellung gegenüber Menschen mit Autismus.
- 3. Unterstützung für Betroffene und Angehörige:** Familienmitglieder, Freunde und Fachkräfte, die mit autistischen Personen leben und arbeiten, benötigen oft spezifische Informationen und Hilfestellungen. Übersetzungen können ihnen helfen, die Bedürfnisse und Herausforderungen besser zu verstehen.
- 4. Integration in die Gesellschaft:** Eine informierte Gesellschaft ist besser in der Lage, Menschen mit Autismus zu integrieren und zu unterstützen. Übersetzte Informationen können dazu beitragen, Vorurteile abzubauen und die Akzeptanz zu fördern.
- 5. Forschung und Fachliteratur:** Viele wissenschaftliche Studien und Fachartikel sind in englischer Sprache verfasst. Durch die Übersetzung dieser Informationen können auch deutschsprachige Fachkräfte und Forscher von den neuesten Erkenntnissen profitieren.
- 6. Zugänglichkeit von Hilfsangeboten:** Informationen über Therapien, Unterstützungsangebote und rechtliche Rahmenbedingungen müssen für Betroffene und deren Familien verständlich und zugänglich sein. Übersetzungen spielen hierbei eine entscheidende Rolle.

Insgesamt trägt die Übersetzung von Informationen über Autismus dazu bei, das Wissen und die Unterstützung für Betroffene und deren Umfeld zu erweitern und eine inklusive Gesellschaft zu fördern.

## **Die Entwicklung neuer Fragebögen für die Selbsteinschätzung und Diagnostik bei Autismus ist aus meiner Sicht aus mehreren Gründen wichtig:**

- 1. Verbesserte Diagnostik:** Neue Fragebögen können helfen, die Diagnostik von Autismus zu verfeinern und zu präzisieren. Sie können spezifische Merkmale und Verhaltensweisen besser erfassen, die in bestehenden Instrumenten eventuell noch nicht ausreichend berücksichtigt werden.
- 2. Individualisierte Ansätze:** Autismus ist ein Spektrum, und die Symptome können von Person zu Person stark variieren. Neue Fragebögen können darauf abzielen, die individuellen Erfahrungen und Herausforderungen besser zu erfassen, was zu einer personalisierten Diagnostik und Intervention führen kann.
- 3. Aktualisierung der wissenschaftlichen Erkenntnisse:** Die Forschung zu Autismus entwickelt sich stetig weiter. Neue Fragebögen können auf den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen basieren und somit sicherstellen, dass die Diagnostik den aktuellen Standards und Erkenntnissen entspricht.
- 4. Erhöhung der Zugänglichkeit:** Durch die Entwicklung neuer, benutzerfreundlicher Fragebögen kann die Zugänglichkeit für Betroffene und Fachkräfte verbessert werden. Dies kann insbesondere für Menschen hilfreich sein, die Schwierigkeiten mit traditionellen Fragebögen haben.
- 5. Selbsteinschätzung und Empowerment:** Fragebögen zur Selbsteinschätzung ermöglichen es Betroffenen, ihre eigenen Erfahrungen und Herausforderungen zu reflektieren. Dies kann zu besserem Verständnis ihrer eigenen Situation führen und ihnen helfen, aktiv an ihrem Unterstützungsprozess teilzunehmen.
- 6. Früherkennung:** Neue Instrumente können dazu beitragen, Autismus früher zu erkennen, was entscheidend für eine rechtzeitige Intervention und Unterstützung ist. Frühe Diagnosen können die Lebensqualität von Betroffenen erheblich verbessern.
- 7. Kulturelle Sensibilität:** Die Entwicklung neuer Fragebögen kann auch die kulturellen Unterschiede und spezifischen Bedürfnisse verschiedener Bevölkerungsgruppen berücksichtigen, was zu einer gerechteren und inklusiveren Diagnostik führt.

Insgesamt ist die Entwicklung neuer Fragebögen für die Selbsteinschätzung und Diagnostik bei Autismus ein wichtiger Schritt, um die Unterstützung für Betroffene zu verbessern und die Qualität der Diagnostik zu erhöhen.

## **Autisten könnten von einer App zum Energiehaushalt aus mehreren Gründen profitieren:**

- 1. Struktur und Routine:** Viele Menschen im Autismus-Spektrum fühlen sich in strukturierten Umgebungen wohler. Eine App, die den Energiehaushalt verfolgt, könnte helfen, tägliche Routinen zu etablieren und vorhersehbare Muster zu schaffen.
- 2. Selbstregulation:** Eine solche App könnte dabei helfen, das Bewusstsein für den eigenen Energielevel zu schärfen. Nutzer könnten lernen, ihre Aktivitäten besser zu planen und Pausen einzuplanen, um Überlastung zu vermeiden.

**3. Visualisierung:** Visuelle Darstellungen von Energielevels und Aktivitäten können es einfacher machen, Muster zu erkennen und Anpassungen vorzunehmen. Dies kann besonders hilfreich sein für Menschen, die visuelle Lernende sind.

**4. Zielsetzung:** Die App könnte Nutzern helfen, realistische Ziele für ihre Aktivitäten und Ruhezeiten zu setzen, was das Gefühl der Kontrolle über den eigenen Alltag stärken kann.

**5. Stressbewältigung:** Durch das Verständnis des eigenen Energiehaushalts können Nutzer Strategien entwickeln, um Stress abzubauen und besser mit Überforderung umzugehen.

**6. Feedback-Mechanismen:** Die Möglichkeit, Feedback über den eigenen Zustand zu erhalten (z.B. durch Erinnerungen an Pausen oder Entspannungstechniken), kann dazu beitragen, gesündere Gewohnheiten zu fördern.

Insgesamt könnte eine solche App dazu beitragen, das Wohlbefinden von autistischen Personen zu verbessern, indem sie ihnen hilft, ihre Energien besser zu managen und ein ausgewogeneres Leben zu führen.

Mit freundlichen Grüßen

Marianne Flury

Praxis für Lösungs-Impulse AG