Erste Schritte nach Diagnose (Verdacht) Autismus – Checkliste

Diese Übersicht soll Eltern helfen, die ersten wichtigen Schritte nach einem Diagnose-Verdacht oder nach Erhalt einer Autismus-Diagnose[1] zu planen.
Nicht alles muss sofort erledigt werden – gehen Sie Schritt für Schritt vor.

1. Diagnostik klären (falls nur Verdacht besteht)

☐ Termin bei einer Kinder- und Jugendpsychiatrie (KJP), einem (ambulanten) Kinder- und Jugendpsychiater vereinbaren (auch Sozialpädiatrische Zentren (SPZ) können u.U. gut diagnostizieren)

☐ Vollständige autismusspezifische Diagnostik durchführen lassen

☐ Alle vorhandenen Berichte und Befunde sammeln

☐ Entwicklungsberichte aus Kita oder Frühförderung anfordern

☐ Befunde und Diagnose gut abheften oder digital sichern

2. Medizinische Begleitung organisieren

☐ Kinderärztin oder Kinderarzt über die Diagnose informieren oder dort Überweisung zur Diagnostik erbitten

☐ Klären, wer die medizinische Hauptbegleitung übernimmt (z. B. SPZ oder KJP)

☐ Falls empfohlen: genetische Untersuchung besprechen

☐ Weitere Fachärzte bei Bedarf einbeziehen (z. B. HNO, Augenarzt, Gastroenterologie, Schlafmedizin)

☐ Ärztinnen und Ärzte über sensorische und andere Besonderheiten Ihres Kindes informieren (Checkliste Autismus_Kurzprofil ggf. dafür nutzen)

3. Therapie- und Fördermöglichkeiten prüfen

☐ Beratung* zu autismusspezifischer Förderung einholen.

☐ Frühzeitig bei Therapieanbietern anmelden. (oft lange Wartelisten)

☐ Prüfen*, ob Logopädie/ Ergo- bzw. Physiotherapie sinnvoll ist.

☐ Möglichkeiten der Unterstützten Kommunikation prüfen*. (Talker, gebärdenunterstützte Kommunikation (GuK), Bildkarten)

☐ Das Kind alters- und entwicklungsangemessen in Entscheidungen einbeziehen.

☐ Mit Therapeutinnen sowie anderen an der Förderung und Entwicklung Ihres Kindes Beteiligten Ziele und Zusammenarbeit besprechen (Bitte um gemeinsame Runde).

* z. B. über SPZ, Autismus-Therapieanbieter, Frühförderstellen, Selbsthilfegruppen, EUTB

4. Alltag und Familie stabilisieren

☐ Beobachten, welche Sinnesreize Ihrem Kind helfen oder Stress auslösen

☐ Sensorische Hilfsmittel prüfen (z. B. Kopfhörer, Knautschmaterial, Gewichtsdecke, Lichtanpassung)

☐ Tagesstruktur entwickeln (z. B. Tagesplan mit Bildern)

[1] Autismus ist eine neurologische Variante menschlicher Entwicklung. Ziel von Unterstützung sollte nicht sein, Autismus zu „beheben“, sondern Teilhabe, Kommunikation, Wohlbefinden und Selbstbestimmung zu fördern.

☐ Zimmer strukturieren, ggf. mit visuellen Hilfen (Piktogramme)

☐ Feste Rituale und Routinen einführen

☐ Reizarme Rückzugsorte schaffen

☐ Beobachten, welche Sinnesreize Ihrem Kind helfen oder Stress auslösen

☐ Sensorische Hilfsmittel prüfen (z. B. Kopfhörer, Knautschmaterial, Gewichtsdecke, Lichtanpassung)

☐ Wichtige Bezugspersonen über Autismus informieren (Checkliste Autismus_Kurzprofil ggf. dafür nutzen)

☐ Austausch mit anderen Eltern oder Selbsthilfegruppen suchen

☐ Ggf. erste Kommunikationswege finden (z.B. Bildkarten mit Piktogrammen, andere Eltern zu Möglichkeiten fragen)

☐ Eigene Entlastungsmöglichkeiten prüfen, dazu Beratung einholen (z.B. in der Selbsthilfegruppe oder bei einer Ergänzenden Unabhängigen Teilhabe-Beratungs-Stelle, EUTB)

5. Ansprüche und Leistungen klären

☐ Pflegegrad bei der Pflegekasse beantragen

☐ Schwerbehindertenausweis beim Versorgungsamt beantragen

☐ Informationen zu Leistungen der Eingliederungshilfe einholen (z.B. in der Selbsthilfegruppe oder bei einer Ergänzenden Unabhängigen Teilhabe-Beratungs-Stelle, EUTB)

☐ Termin beim Kinder- und Jugendgesundheitsdienst (KJGD/KJPD) zur Personenkreiszuordnung vereinbaren

☐ Beratung bei einer unabhängigen Teilhabeberatung (EUTB) nutzen

☐ strukturierten Ordner für wichtige Unterlagen anlegen (Diagnosen, Berichte, Anträge, Bescheide)

6. Kita oder Schule vorbereiten

☐ Gespräch mit Kita oder Schule über die Diagnose führen (Checkliste Autismus_Kurzprofil oder ICH-Buch oder Kompetenz-Mappe ggf. dafür nutzen)

☐ Möglichkeiten sonderpädagogischer bzw. individueller Unterstützung mit der Einrichtung besprechen

☐ Förderbedarf des Kindes beantragen (Schule: sonderpädagogischer Förderbedarf, Kita (A oder B-Status) und Schulhort (eFöB): erhöhter/wesentlich erhöhter Förderbedarf)

☐ Möglichkeiten einer inklusiven Kita oder spezialisierten Einrichtung prüfen

☐ Bedarf an schulischer struktureller Hilfe (schulische Inklusions-Assistenz für die Schule) über Antrag der Schule beim SiBUZ und/oder Notwendigkeit individueller Schulassistenz über das Jugendamt mit den Einrichtungen besprechen und beantragen

☐ Übergänge frühzeitig vorbereiten (z. B. Kita → Schule) (siehe auch „Zeitstrahl, Meilensteine, hilfreiche Informationen zum Übergang Kita Schule“ des Elternzentrum Berlin e.V.)

7. Ihr Kind besser verstehen

☐ Informationen zum Autismus-Spektrum lesen

☐ Stärken und Interessen Ihres Kindes beobachten

☐ Überlegen: Was hilft meinem Kind im Alltag?

☐ Überlegen: Was überfordert mein Kind?

☐ Darauf achten, wie viel Anpassungsleistung Ihr Kind im Alltag erbringen muss

☐ Signale von Überforderung, Erschöpfung oder „Masking“ ernst nehmen

☐ Familie und Umfeld über Autismus informieren (Checkliste Autismus_Kurzprofil ggf. dafür nutzen)

8. Das Wohlbefinden Ihres Kindes beobachten

☐ Gibt es genug Erholungszeiten?

☐ Fühlt sich Ihr Kind Ihrer Meinung nach verstanden und sicher?

☐ Muss sich Ihr Kind häufig „verstellen“?

☐ Werden die Interessen und Stärken ernst genommen?

☐ Hat Ihr Kind Möglichkeiten zur Mitbestimmung?

9. Was jetzt für uns besonders wichtig ist

_____

_____

_____

_____

10. Weitere Notizen:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Checkliste erstellt am (Datum): _____

Von: _____

Gemeinsam mit: _____