



NETZWERK BERUFLICHE  
ASSISTENZ

JOB COACHING

# Jobcoaching

für Jugendliche und junge Erwachsene mit  
Autismus-Spektrum-Störung

19.11.2019

[www.autistenhilfe.at](http://www.autistenhilfe.at)



DACHVERBAND • ÖSTERREICHISCHE  
**AUTISTENHILFE**

KOMPETENZ- UND THERAPIEZENTRUM  
FÜR DAS AUTISMUS-SPEKTRUM

# Jobcoaching

## > Team:

PsychologInnen (Zusätzliche Ausbildungen: Psychotherapie, klinische Psychologie, Arbeits- und Organisationspsychologen)



Dr. Martin  
Felinger  
Projektleitung



Mag. Maria  
Kühberger



Mag. Jonathan  
Öhler



Mag. Veronika  
Ploke



Juliana  
Schlifflner, MSc

## > Zielgruppe:

primär Personen mit Autismus-Spektrum-Störung  
ABER auch mit anderen psychischen und kognitiven Beeinträchtigungen

## > Setting: Einzel-, Gruppen- und Betriebssetting

# Schwerpunkte

- > **Psychoedukation**
- > **Sozial- und Kommunikationsverhalten** (Gestik, Mimik, passende/unpassende Fragen, Gespräche mit Kollegen/Vorgesetzten etc.)
- > **Vermittlung von Methoden zur (Selbst-)Organisation; Zeitmanagement**
- > **Rechte- und Pflichten, Rollen und Rollenerwartungen am Arbeitsplatz**
- > **Prävention von Überforderung durch Stressmanagement und Pausengestaltung**
- > **Umgang mit Belastungen am Arbeitsplatz**
- > **Emotionsregulation** (vor allem Frustration und Ärger)
- > **Vorschläge für die Gestaltung des Arbeitsplatzes** (angepasst an die Bedürfnisse von Menschen mit ASS)

# Methoden

- > **Psychoedukation**
- > **Entlastungsgespräche** (nach Situationen und Erfahrungen, die für die Person mit ASS als stressreich erlebt wurden)
- > **Analysen sozialer Situationen im Beruf** (z.B. Small-Talk am Arbeitsplatz, etc.)
- > **Konfrontationstherapie** (systematische Desensibilisierung)
- > **Verhaltenstherapie** (z.B. kognitive Umstrukturierung)
  - > Operante Verfahren (Belohnungssysteme, Token-System)
- > **TEACCH**
- > **Entspannungstechniken** (PMR, Achtsamkeitstraining)
- > **Skillstraining** (Training emotionaler- und sozialer Kompetenzen)
- > **Coping Strategien** (Selbstregulation)
- > **Ressourcenaktivierung** (Selbstwirksamkeit)

# Fallbeispiel Manuel \*

- 17 Jahre
- **Diagnose:** F84.5 Aspergersyndrom  
Soziale Benachteiligung, psychische Probleme
- **Verhaltensanalyse:** sehr unsicher, schüchtern, traut sich nicht mit anderen Menschen zu reden, sozial Isoliert
- **Stärken:** IT-Experte, hohes Durchhaltevermögen, genaue Arbeitsweise
- **Schwächen:** Kommunikation und Interaktion (traut sich nicht zu fragen), geringer Selbstwert
- **Arbeit:** AT in einem IT Betrieb
- **Aufgabe:** am Computer Dinge bearbeiten, korrigieren.

# Fallbeispiel Manuel \*

> **Zusätzliche Problemstellung:** Firma hat den Eindruck, dass Manuel nicht in der Firma bleiben möchte

Step 1 :

a) Psychoedukation von Betrieben und KollegInnen sowie

b) Vermittlung von Regeln und Regelverständnis

- Was muss ich am Arbeitsplatz beachten? (Kultur, Regeln, Gebräuche)
- Was mache ich, wenn ich krank bin? (Anleitung)

Was zu tun ist wenn ich krank bin



Aufgaben während der Krankheit:	Erledigt?
Wenn ich krankheitsbedingt nicht in den Betrieb/die Berufsschule gehen kann, <b>melde ich das unmittelbar in der Arbeit/Schule.</b>	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich informiere Mary Kühberger (meinem <u>Jobcoach</u> ) per Anruf oder SMS über meine Erkrankung.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich gehe (am ersten Tag des Krankenstandes) zum Arzt, lasse mich untersuchen und wenn nötig <b>krankscheiben.</b>	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich halte mich an die Anweisungen meines Arztes.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich trage mir meine Fehlzeiten in einen Kalender und markiere die entschuldigten Fehlzeiten.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
<b>Während der Arbeitszeit</b> melde ich mich <b>nicht</b> bei meinen Kollegen!	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich kontaktiere meine Kollegen im Krankenstand <b>nur im Notfall!</b>	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Aufgaben nach der Krankheit:	Erledigt?
Ich gebe meine Krankmeldung ab.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich erkundige mich bei den Kollegen und beim Trainer/Lehrer über <b>Versäumtes.</b>	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich <b>hole Versäumtes</b> nach Absprache mit den Trainer/Lehrer nach.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Wenn ich bei einem Punkt <b>Hilfe benötige</b> , melde ich mich bei Mary Kühberger.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein
Ich bespreche den Krankenstand mit Mary Kühberger nach.	<input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein

# Fallbeispiel Manuel\*

## > Step 2 :

### Unterstützung sozialer Interaktionen und Kommunikation

- Psy. Gespräche zur Selbstwertsteigerung
- Ressourcenaktivierung
- Entlastungsgespräche
- Förderung sozialer Kompetenzen (Vermittlung von Möglichkeiten Anschluss zu finden, Blickkontakt)
- Förderung der Autonomie (Wo bekomme ich Essensmarken her und wo kann ich diese einlösen? Wie kaufe ich ein?)

# Fallbeispiel Manuel\*



- Step 3:

## Vermittlung von Strategien zur Pausengestaltung und zum Stressabbau

- Was mache ich in der Pause, wie oft mache ich Pause?
- Stressprotokoll
- Was gibt es für Freizeitaktivitäten nach der Arbeit? (Jugendzentrum, Sport)
- Entlastungsgespräche nach Situationen und Erfahrungen, die für ihn als stressreich erlebt wurden □ Besprechen von Alternativverhalten
- 5-4-3-2-1 Methode
- PMR

Datum	Meine Einschätzung										In dieser Situation war mein Stresslevel sehr hoch	In dieser Situation war mein Stresslevel niedrig	
	0 = kein Blickkontakt					10 = angemessener Blickkontakt							
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9			10
Montag												↑	
Dienstag													
Mittwoch													
Donnerstag													
Freitag													
Samstag													
Sonntag													
	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		

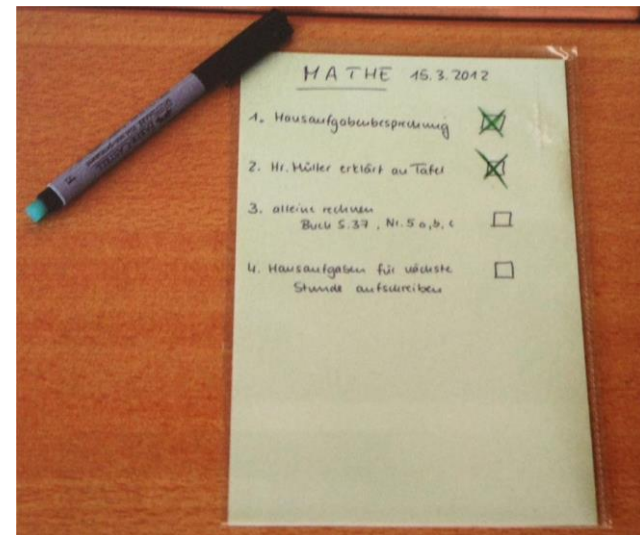


# Fallbeispiel Manuel\*

## - Step 4:

### Strukturierung von Arbeitsabläufen

- TEACCH Programm
- Schulung der Arbeitskollegen wie Aufträge gut vermittelt werden können
- Vermittlung von Skills an den Klienten wie er Aufträge gut verstehen kann





NETZWERK BERUFLICHE  
ASSISTENZ

JOB COACHING

„Für mehr Erfolg im Job“

[neba.at/jobcoaching](https://neba.at/jobcoaching)

NEBA ist eine Initiative des Sozialministeriumservice.

Gefördert von:

