

# Leben mit Autismus in Zeiten der Corona-Pandemie

## Hintergrund und Ziel

Vielen Dank, dass Sie sich die Mühe machen, an meiner Umfrage teilzunehmen. Mein Ziel ist es, dadurch zu ermitteln, wie autistische Menschen mit dieser schwierigen Situation zurechtkommen, welches ihre Gedanken sind, wie sich ihre Stimmung und ihr Zustand im Verlauf verändert und – vor allem – welche Strategien und Hilfen sie für sich entwickeln. Das nämlich erscheint besonders wichtig: In einer Zeit, in der Therapien, Betreuungsleistungen, Gruppenangebote und vieles mehr wegfallen, muss man sich neu orientieren.

Ich glaube, viele autistische Menschen sind stärker als von vielen erwartet. Und vielleicht ist es dann, wenn wir das Schlimmste überstanden haben und das öffentliche Leben wieder langsam anläuft, auch für therapeutische und andere Hilfen möglich, diese Strategien zu nutzen.

## Methode und Durchführung

Ich bitte Sie, mir täglich von Montag bis Freitag den folgenden Fragebogen kurz auszufüllen. Wenn Sie möchten, dürfen Sie nun zu Beginn und jeweils am Freitag auch gern ein bisschen mehr schreiben – welches sind Ihre Gedanken, wie geht es Ihnen, was hilft Ihnen?

Bitte senden Sie mir den ausgefüllten Fragebogen jeweils von Montag bis Freitag zwischen 18 und 20 Uhr an meine E-Mail-Adresse:

[Ch.Preissmann@gmx.de](mailto:Ch.Preissmann@gmx.de)

Jeweils am Wochenende werde ich allen Teilnehmern eine kurze Zwischen-Auswertung senden mit den wichtigsten Maßnahmen und Ideen. Und am Ende erfolgt dann ein ausführlicher Bericht – an Sie und vielleicht auch an die Autismus-Verbände bzw. Autismus-Therapiezentren. Natürlich erfolgt dies alles anonymisiert, Ihre E-Mail-Adresse wird nur dann gespeichert, wenn Sie eine Auswertung erhalten möchten, und auch nur dafür verwendet.

Mit Ihrer Teilnahme bestätigen Sie, dass Sie damit einverstanden sind. Sollten Sie keine temporäre Speicherung Ihrer E-Mail-Adresse zu diesem Zweck wünschen, so teilen Sie mir dies bitte mit – in diesem Fall können Sie selbstverständlich ebenfalls teilnehmen, aber eben keinen Bericht erhalten.

Am Montag, 23. März geht's los – ich bin gespannt auf Ihre Beiträge.

Nun bedanke ich mich für Ihre Mitarbeit und wünsche Ihnen und Ihren Angehörigen alles Gute – bleiben Sie gesund und kommen Sie gut durch diese Zeit!

Viele Grüße

Christine Preißmann

## **Fragebogen für Ihre tägliche Antwort von Montag bis Freitag**

(bitte jeweils zwischen 18 und 20 Uhr senden an [Ch.Preissmann@gmx.de](mailto:Ch.Preissmann@gmx.de))

1. Wie geht es Ihnen derzeit? Machen Sie sich Sorgen? Welches sind Ihre größten Ängste?
2. Wie ist Ihre derzeitige Situation? Gehen Sie arbeiten? Haben Sie eine andere Beschäftigung?
3. Wie leben Sie? Wohnen Sie allein, leben Sie bei Ihren Eltern oder haben Sie eine eigene Familie?
4. Welche Unterstützung fällt derzeit für Sie weg? Wie kommen Sie damit zurecht, welche alternativen Hilfen gibt es stattdessen?
5. Wer oder was fehlt Ihnen derzeit am meisten? Warum?
6. Gibt es Strategien, die Sie für sich entdeckt haben? Was hilft Ihnen in dieser schwierigen Zeit?

**Folgende Frage bitte jeweils nur am Freitag beantworten:**

7. (Wie) Haben sich Ihre Stimmung und Ihr Befinden im Laufe der Woche verändert?