

Vorbereitung auf die Autismusdiagnostik

Checkliste und Arbeitsblatt für eine übersichtliche, konkrete Vorbereitung.

Wichtig: Du musst keine „perfekte Autismusakte“ erstellen. Eine gute Diagnostik betrachtet Entwicklung, aktuelles Erleben, Alltag, Verhalten und mögliche andere Erklärungen gemeinsam. Kein einzelnes Instrument oder Testergebnis entscheidet die Diagnose allein.

1. Organisatorische Fragen an die Diagnostikstelle

- ☐ Wie viele Termine sind vorgesehen?
- ☐ Welche Unterlagen werden benötigt?
- ☐ Soll oder kann eine Bezugsperson einbezogen werden?
- ☐ Wie läuft die Entwicklungsanamnese ab?
- ☐ Welche standardisierten Instrumente werden genutzt?
- ☐ Wie wird Differentialdiagnostik berücksichtigt?
- ☐ Wann und wie bekomme ich das Ergebnis?
- ☐ Erhalte ich einen schriftlichen Befund oder Bericht?

2. Unterlagen, die hilfreich sein können

- ☐ Grundschulzeugnisse oder andere frühe Schulberichte
- ☐ Kindergarten-/Entwicklungsberichte, sofern vorhanden
- ☐ frühere psychologische oder psychiatrische Befunde
- ☐ Ergo-, Logo- oder andere Therapieberichte
- ☐ frühere Diagnosen und medizinische Befunde
- ☐ aktuelle Medikamentenliste
- ☐ eigene kurze Entwicklungs-Zeitleiste
- ☐ konkrete Beispiele aus verschiedenen Lebensbereichen

Fehlende alte Unterlagen oder nicht verfügbare Eltern bedeuten nicht automatisch, dass keine Diagnostik möglich ist. Sie können aber beeinflussen, wie gut die frühe Entwicklung rekonstruiert werden kann.

3. Meine Entwicklungs-Zeitleiste

Frühe Kindheit	
Grundschule	
Jugend / weiterführende Schule	
Ausbildung / Studium	
Arbeit / Erwachsenenleben	
Beziehungen / Wohnen / Alltag	

4. Konkrete Beispiele für die Diagnostik

Soziale Kommunikation / gegenseitiges Verstehen

Routinen, Veränderungen, Wiederholung

Interessen und starke Fokussierung

Sensorische Besonderheiten

5. Nicht nur: Kann ich es? Sondern: Wie schaffe ich es?

Beschreibe Strategien und Aufwand, die von außen oft nicht sichtbar sind.

- ☐ Ich bereite Gespräche oder Situationen ausführlich vor.
- ☐ Ich lerne soziale Regeln bewusst oder orientiere mich an anderen.
- ☐ Ich brauche nach bestimmten Situationen lange Erholung.
- ☐ Ich funktioniere in klar strukturierten Situationen deutlich besser.
- ☐ Unter Stress kann ich schlechter sprechen, denken oder entscheiden.
- ☐ Ich vermeide Situationen, weil der Aufwand unverhältnismäßig hoch ist.

Eigene Beispiele:

6. Bestehende Diagnosen und andere Beschwerden

Bestehende Diagnosen	
Aktuelle körperliche Beschwerden	
Aktuelle psychische Beschwerden	
Medikamente	

7. Meine wichtigsten Fragen

Was möchte ich im Termin unbedingt ansprechen?

Was möchte ich über das diagnostische Ergebnis wissen?

8. Begleitperson - falls gewünscht

- ☐ Ich möchte allein teilnehmen.
- ☐ Ich möchte eine Begleitperson dabeihaben.
- ☐ Die Begleitperson soll nur dabeisein.
- ☐ Die Begleitperson darf ergänzen, wenn ich darum bitte.
- ☐ Ich möchte vorher festlegen, welche privaten Informationen besprochen werden.

Hinweis: Grundlage sind die Autismuskompakt-Inhalte „Diagnostik & Tests“ (Stand 26.08.2026). Online-Screenings wie AQ/RAADS-R und Camouflaging-Fragebögen können Hinweise liefern, sind aber keine eigenständigen Diagnosen.