

# Schritt für Schritt selbstständiger im Alltag

Text: Emma Brand

**Im Therapiezentrum Pinzgau begleiten Ergotherapeut:innen einen Jungen im Autismus-Spektrum dabei, seine Freude am Kochen im Alltag zu entfalten.**

**J**onas Machreich ist 13 Jahre alt, besucht eine Allgemeine Sonderschule und lebt im Autismus-Spektrum. Seit mehreren Jahren wird er im Therapiezentrum Pinzgau des Diakoniewerks ergotherapeutisch begleitet. Ein Ziel ist es, ihn dabei zu unterstützen, Anforderungen im Alltag besser zu bewältigen.

Ein Beispiel dafür ist der Kochunterricht. Kochen interessiert Jonas, gleichzeitig war genau diese Situation lange schwierig. Lebensmittel anzufassen, Gerüche wahrzunehmen und in der Gruppe zu arbeiten führten zu Überforderung. Der junge Bursche zog sich im Unterricht häufig zurück, trug Kopfhörer und konnte nicht teilnehmen. Solche Reaktionen können im Autismus-Spektrum mit einer veränderten Verarbeitung von Sinnesreizen und Anforderungen in Gruppensituationen zusammenhängen. Im Austausch zwischen Schule und Therapiezentrum wurde die Situation aufgegriffen und an Jonas Machreichs eigenem Ziel ausgerichtet. Er formuliert klar: „Super wäre, wenn ich im Kochunterricht ganz alleine ein Gericht kochen kann.“

## **Ergotherapie erleichtert Alltag**

Ergotherapie setzt bei solchen Anforderungen an: Sie analysiert, welche Faktoren das Handeln erschweren, und entwickelt darauf aufbauend

individuelle Strategien. Bei Menschen im Autismus-Spektrum betrifft das häufig die Verarbeitung von Sinnesreizen, das Verstehen von Abläufen sowie die Orientierung in sozialen Situationen.

„Unser Ziel ist es nicht, Symptome zu beseitigen, sondern vielmehr Teilhabe am Alltag zu ermöglichen und die Selbstständigkeit zu fördern“, erklärt Ergotherapeutin Karin Paterson.

**„Ich lerne Neues und verbessere mich in vielen Sachen.“**

Jonas Machreich (13 J.)  
lebt im Autismus-Spektrum



Bei Jonas Machreich wurden zunächst die Reihenfolge und die einzelnen Arbeitsschritte gemeinsam erarbeitet sowie seine Stärken und Schwierigkeiten analysiert. Darauf aufbauend wurden Strategien entwickelt und gemeinsam mit der Lehrerin auch das Umfeld angepasst, indem Abläufe im Kochunterricht klar strukturiert aufbereitet wurden.

Bereits in der nächsten Kochstunde konnte der 13-Jährige aktiv an der gesamten Unterrichtseinheit teilnehmen und erste Schritte eines Rezepts selbstständig übernehmen. Auch in anderen Bereichen erzählt er von Veränderungen durch die Ergotherapie: „Ich lerne Neues und verbessere mich in Sachen.“ So gelingt es ihm bereits zunehmend, auch außerhalb des Kochunterrichts auf Kopfhörer zu verzichten.