

Ablauf einer Autismus-Diagnose

In Deutschland – Schritt für Schritt erklärt | Für Kinder, Jugendliche & Erwachsene

Was erwartet mich? Eine Autismus-Diagnose ist kein einzelner Test, sondern ein mehrstufiger Prozess. Er kann Monate dauern – manchmal länger. Dieses Infoblatt erklärt, was Sie erwartet, wer zuständig ist und wie Sie sich am besten vorbereiten.

Teil A: Kinder & Jugendliche

Diagnoseweg für Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren

1 Erster Verdacht

Eltern, Schule oder Kinderarzt bemerken Auffälligkeiten

Startpunkt

Oft sind es Eltern, Erzieher:innen oder Lehrkräfte, die als Erste Auffälligkeiten bemerken – oder der Kinderarzt bei einer Vorsorgeuntersuchung. Manchmal entsteht der Verdacht auch durch Lesen oder den Austausch mit anderen Eltern.

- Auffälligkeiten in Sprache, Sozialverhalten, Sensorik oder Routinen
- Hinweise aus Kita oder Schule
- Vergleich mit Geschwistern oder anderen Kindern
- Eigeninitiative der Eltern nach Recherche

Tipp: Führen Sie ein kurzes Tagebuch mit konkreten Beispielen, bevor Sie zum Arzt gehen. Das erleichtert das Gespräch erheblich.



2 Kinderarzt / Hausarzt

Erstes Gespräch und Überweisung einholen

1 Termin

Der erste Anlaufpunkt ist der Kinderarzt. Schildern Sie Ihre Beobachtungen konkret und bitten Sie um eine Überweisung zur spezialisierten Diagnostik. Der Arzt kann auch einen Entwicklungstest durchführen.

- Überweisung zum Kinder- und Jugendpsychiater (KJP) oder SPZ
- Ggf. Hör- und Sehtest zum Ausschluss anderer Ursachen
- Erste Entwicklungsbeurteilung durch den Kinderarzt

Tipp: Nennen Sie das Stichwort 'Verdacht auf Autismus-Spektrum-Störung (ASS)' – das hilft dem Arzt, die richtige Überweisung auszustellen.



3 Anlaufstelle finden & Warteliste

Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ), KJP oder Autismus-Ambulanz

sofort starten

Für Kinder und Jugendliche gibt es spezialisierte Einrichtungen. Die Wartezeiten sind oft lang – tragen Sie sich deshalb gleichzeitig auf mehreren Wartelisten ein.

- Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ): spezialisiert auf Kinder mit Entwicklungsbesonderheiten
- Kinder- und Jugendpsychiatrie (KJP): ambulant oder stationär
- Autismus-Ambulanzen (oft an Universitätskliniken)
- Niedergelassene Kinder- und Jugendpsychiater mit ASS-Erfahrung

Tipp: Fragen Sie beim SPZ oder KJP direkt: 'Führen Sie Autismus-Diagnostik durch?' Nicht alle haben diese Spezialisierung.



4 Diagnostischer Prozess

Mehrere Termine – Tests, Beobachtung, Gespräche

3–10 Termine

Die eigentliche Diagnostik besteht aus mehreren Bausteinen und wird von einem interdisziplinären Team durchgeführt. Sie erstreckt sich meist über mehrere Wochen.

- Ausführliches Elterngespräch: Entwicklungsgeschichte, Schwangerschaft, erste Auffälligkeiten
- Standardisierte Tests: ADI-R (Elterninterview), ADOS-2 (Verhaltensbeobachtung)
- Intelligenztestung und neuropsychologische Tests
- Verhaltensbeobachtung des Kindes – oft in spielerischem Rahmen
- Bericht von Schule oder Kita (schriftlich)
- Körperliche Untersuchung zum Ausschluss organischer Ursachen
- Ggf. weitere Fachrichtungen: Neurologie, Logopädie, Ergotherapie

Tipp: Bringen Sie zu jedem Termin alle vorhandenen Berichte und Unterlagen mit. Unsere Checkliste 'Kinder' hilft Ihnen beim Zusammenstellen.



5 Diagnose-Mitteilung & Abschlussbericht

Das Ergebnis und was danach kommt

1 Termin

Am Ende des Prozesses erhalten Sie ein ausführliches Abschlussgespräch und einen schriftlichen Bericht mit der Diagnose und Empfehlungen.

- Mündliche Diagnose-Mitteilung mit Erklärung der Ergebnisse
- Schriftlicher Diagnosebericht (ICD-10/ICD-11 Klassifikation)
- Empfehlungen für Therapie, Schule, Förderung
- Informationen zu Nachteilsausgleich, Eingliederungshilfe, Hilfsmitteln

Tipp: Sie haben das Recht, den schriftlichen Bericht vollständig zu erhalten und bei Unklarheiten nachzufragen. Fordern Sie ihn aktiv an.

Teil B: Erwachsene

Diagnoseweg für Erwachsene ab 18 Jahren

1 Erster Verdacht & Selbstreflexion

Eigenrecherche, Tests, erste Einschätzung

Startpunkt

Bei Erwachsenen entsteht der Verdacht oft durch Eigenrecherche, durch einen Partner oder eine Freundin, durch Lesen über Autismus oder durch eine Therapie, in der bisherige Erklärungen nicht griffen.

- Online-Selbsttests (AQ, RAADS-R) als erste Orientierung – kein Ersatz für Diagnostik
- Gespräche mit nahestehenden Personen über beobachtetes Verhalten
- Erkennen von Mustern: Was war immer schon schwierig?

Tipp: Schreiben Sie Ihre Beobachtungen auf – konkret, mit Beispielen. Das hilft beim Arztgespräch und bei der Diagnostik enorm.



2 Hausarzt & Überweisung

Ersten Schritt gehen – Überweisung einholen

1 Termin

Der Hausarzt ist der erste Anlaufpunkt. Bitten Sie um eine Überweisung zu einem Psychiater oder einer psychiatrischen Ambulanz mit dem Vermerk 'Verdacht auf Autismus-Spektrum-Störung (ASS)'.

- Überweisung zum Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie
- Alternativ: direkt psychiatrische Institutsambulanz (PIA) kontaktieren
- Bei Privatdiagnostik: Kostenübernahme bei Krankenkasse anfragen

Tipp: Falls der Hausarzt zögert: PIAs (psychiatrische Institutsambulanzen) sind oft ohne Überweisung zugänglich und auf komplexe Fälle spezialisiert.



3 Anlaufstelle finden & Warteliste

Die richtige Stelle – und dann: warten

sofort starten

Für Erwachsene gibt es weniger spezialisierte Stellen als für Kinder. Gleichzeitig auf mehreren Wartelisten anmelden ist entscheidend.

- Autismus-Ambulanzen (oft an Universitätskliniken oder Fachkliniken)
- Psychiatrische Institutsambulanzen (PIA) mit ASS-Erfahrung
- Niedergelassene Psychiater:innen mit Spezialisierung auf Autismus
- Psychologische Praxen mit Diagnostikschwerpunkt

Tipp: Wartezeiten von 6–18 Monaten sind in Deutschland keine Seltenheit. Tragen Sie sich sofort und parallel auf mehreren Listen ein – das ist ausdrücklich erlaubt.



4 Diagnostischer Prozess

Mehrere Gespräche, Tests und Verhaltensbeobachtung

2–6 Termine

Die Erwachsenendiagnostik ist oft weniger standardisiert als bei Kindern, aber umfasst ähnliche Bausteine. Gut vorbereitet zu sein macht einen großen Unterschied.

- Ausführliches Erstgespräch: Biografie, Kindheit, aktuelle Situation
- Standardisierte Interviews: ADOS-2 Modul 4 (Erwachsene), ADI-R oder DIVA-5
- Selbstbeurteilungsbögen: AQ, RAADS-R, CAT-Q (besonders bei Frauen)
- Neuropsychologische Tests (Kognition, Exekutivfunktionen)
- Fremdanamnese: Bericht einer nahestehenden Person
- Differentialdiagnostik: Abgrenzung zu ADHS, Angststörung, Depression, Persönlichkeitsstörungen

Tipp: Bringen Sie Ihre ausgefüllten Eigenanamnese-Bögen, Selbsttests und alle bisherigen Diagnosen mit. Je mehr Informationen, desto besser.



5 Diagnose-Mitteilung & nächste Schritte

Das Ergebnis – und was sich jetzt verändert

1 Termin

Eine Diagnose im Erwachsenenalter kann emotional sehr bewegend sein – sowohl bei positivem als auch negativem Ergebnis. Erlauben Sie sich Zeit zur Verarbeitung.

- Schriftlicher Diagnosebericht nach ICD-11 (F84.0 oder F84.5 nach ICD-10)
- Empfehlungen: autismspezifische Beratung, Therapie, Coaching
- Mögliche Konsequenzen: Nachteilsausgleich, Schwerbehindertenausweis, Eingliederungshilfe
- Information über Selbsthilfegruppen und Beratungsstellen

Tipp: Eine Diagnose ist kein Urteil – sie ist eine Erklärung. Viele Menschen berichten, dass sie nach der Diagnose zum ersten Mal verstehen, warum vieles so schwer war.

Zeitliche Übersicht

Wie lange dauert der gesamte Prozess typischerweise?

Phase	Kinder & Jugendliche	Erwachsene
Überweisung einholen	1–2 Wochen	1–2 Wochen
Wartezeit auf Termin	3–12 Monate	6–18 Monate
Diagnostischer Prozess	3–6 Monate (mehrere Termine)	1–4 Monate (2–6 Termine)
Bericht erhalten	4–8 Wochen nach Abschluss	2–6 Wochen nach Abschluss
Gesamt (typisch)	6–18 Monate	9–24 Monate

Häufige Fragen

Was viele wissen möchten – kurz beantwortet.

? Muss ich eine Überweisung haben?

Für den Kassenarzt in der Regel ja – vom Haus- oder Kinderarzt. Psychiatrische Institutsambulanzen (PIA) sind oft ohne Überweisung zugänglich. Privatärztliche Diagnosen brauchen keine Überweisung.

? Übernimmt die Krankenkasse die Kosten?

Ja – wenn die Diagnostik von einem zugelassenen Vertragsarzt oder einer Institutsambulanz durchgeführt wird. Bei privaten Stellen vorher schriftlich bei der Kasse anfragen. Privatpatienten haben in der Regel keine Einschränkungen.

? Was ist der Unterschied zwischen ASS und Asperger?

Seit ICD-11 (in Deutschland ab 2022 eingeführt) gibt es keine separate Asperger-Diagnose mehr. Alles fällt unter 'Autismus-Spektrum-Störung' (ASS). Ältere Berichte können noch 'Asperger-Syndrom' enthalten – das ist dasselbe Spektrum.

? Was wenn die Diagnostik negativ ist?

Ein negatives Ergebnis schließt Autismus nicht immer aus – besonders bei Frauen und Erwachsenen mit starkem Masking. Sie können eine Zweitmeinung einholen und auf Ihrer Einschätzung bestehen.

? Kann ich selbst entscheiden, wem ich von der Diagnose erzähle?

Ja. Die Diagnose ist Ihre private Information. Gegenüber Arbeitgebern besteht keine Offenbarungspflicht. Für Nachteilsausgleiche in Schule/Studium/Beruf müssen Sie die Diagnose nur der zuständigen Stelle mitteilen.

? Was bringt eine Diagnose im Erwachsenenalter noch?

Sehr viel: Sie erklärt, was war. Sie ermöglicht Zugang zu passender Unterstützung, autismusspezifischem Coaching und ggf. einen Schwerbehindertenausweis (GdB). Viele Menschen berichten von großer Erleichterung und einem neuen Selbstverständnis.

Nach der Diagnose – was jetzt?

Eine Diagnose ist der Beginn, nicht das Ende. Mögliche nächste Schritte: Autismusspezifische Beratung und Coaching | Autismus-Selbsthilfegruppen | Nachteilsausgleich in Schule, Studium oder Beruf beantragen | Antrag auf Schwerbehindertenausweis (GdB) beim Versorgungsamt | Eingliederungshilfe (§ 99 SGB IX) | Weitere Informationen auf autismus-ratgeber.de

Stand: Mai 2025 | Quelle: autismus-ratgeber.de | Kein Ersatz für medizinische oder rechtliche Beratung. | Alle Angaben ohne Gewähr – individuelle Verläufe können abweichen.