

Im Rahmen des Projekts wurden Handlungsempfehlungen mit hilfreichen Tipps entwickelt, wie Arbeitgeber sowie Kolleginnen und Kollegen Frauen mit Autismus unterstützen können:



1. **Klare Kommunikation:** Autistische Frauen profitieren genauso wie autistische Männer von klaren, strukturierten Anweisungen. Vage Aussagen oder spontane Änderungen können Stress auslösen. Arbeitgeber sollten daher klare Abläufe und präzise Kommunikation fördern.



2. **Feste Strukturen schaffen:** Ein strukturierter Tagesablauf und vorhersagbare Arbeitsprozesse reduzieren Unsicherheiten.



3. **Rückzugsorte bieten:** Autistische Frauen sind besonders empfindlich bei sensorischen Reizen. Deshalb sind ein ruhiger, reizarmer Arbeitsplatz und zusätzliche Rückzugsmöglichkeiten (speziell in Pausen) für sie besonders wichtig.



4. **Sensibilisierung der Belegschaft:** Schulungen und Workshops zum Thema Autismus können das Team und Vorgesetzte für die Bedürfnisse autistischer Frauen sensibilisieren und Missverständnisse reduzieren. Je mehr Wissen über Autismus vorhanden ist, desto größer sind die Akzeptanz und die Bereitschaft, die betroffenen Frauen zu unterstützen.