

Christine Preißmann

Psychotherapie und Beratung bei Menschen mit Asperger-Syndrom

Konzepte für eine erfolgreiche
Behandlung aus Betroffenen-
und Therapeutensicht

5. Auflage

Kohlhammer

Kohlhammer

Die Autorin

Dr. med. Christine Preißmann ist Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychotherapie sowie Asperger-Autistin. Sie hält Vorträge zum Thema und publiziert für Fachleute und Betroffene.

Christine Preißmann

Psychotherapie und Beratung bei Menschen mit Asperger-Syndrom

Konzepte für eine erfolgreiche Behandlung
aus Betroffenen- und Therapeutensicht

5. Auflage

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Pharmakologische Daten, d.h. u.a. Angaben von Medikamenten, ihren Dosierungen und Applikationen, verändern sich fortlaufend durch klinische Erfahrung, pharmakologische Forschung und Änderung von Produktionsverfahren. Verlag und Autoren haben große Sorgfalt darauf gelegt, dass alle in diesem Buch gemachten Angaben dem derzeitigen Wissensstand entsprechen. Da jedoch die Medizin als Wissenschaft ständig im Fluss ist, da menschliche Irrtümer und Druckfehler nie völlig auszuschließen sind, können Verlag und Autoren hierfür jedoch keine Gewähr und Haftung übernehmen. Jeder Benutzer ist daher dringend angehalten, die gemachten Angaben, insbesondere in Hinsicht auf Arzneimittelnamen, enthaltene Wirkstoffe, spezifische Anwendungsbereiche und Dosierungen anhand des Medikamentenbeipackzettels und der entsprechenden Fachinformationen zu überprüfen und in eigener Verantwortung im Bereich der Patientenversorgung zu handeln. Aufgrund der Auswahl häufig angewandeter Arzneimittel besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechteinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Dieses Werk enthält Hinweise/Links zu externen Websites Dritter, auf deren Inhalt der Verlag keinen Einfluss hat und die der Haftung der jeweiligen Seitenanbieter oder -betreiber unterliegen. Zum Zeitpunkt der Verlinkung wurden die externen Websites auf mögliche Rechtsverstöße überprüft und dabei keine Rechtsverletzung festgestellt. Ohne konkrete Hinweise auf eine solche Rechtsverletzung ist eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten nicht zumutbar. Sollten jedoch Rechtsverletzungen bekannt werden, werden die betroffenen externen Links soweit möglich unverzüglich entfernt.

5. Auflage 2023

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-044063-0

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-044064-7

epub: ISBN 978-3-17-044065-4

Inhalt

Zur Autorin und zur Wahl des Themas	7
Vorwort zur vierten Auflage	9
Vorwort zur ersten Auflage	11
Das Asperger-Syndrom – Übersicht und Diagnosekriterien	13
Historisches	13
Ursachen	14
Neuropsychologische Theorien zum Verständnis autistischer Störungen	14
Diagnosekriterien	19
Diagnostik	22
Verlauf	23
 Allgemeiner Teil	
Die psychotherapeutische Behandlung und Beratung	27
Die therapeutische Beziehung	27
Rahmenbedingungen und Therapiebeginn	32
Praxisräume und Sprechzimmer	37
Therapeutisches Vorgehen	38
Neuere Entwicklungen und Ansätze	49
Therapieziele und unerfüllbare Wünsche	50
Wirtschaftliche Aspekte	54
 Spezieller Teil	
Wichtige Themen in Therapie und Beratung	59
Freundschaft und Beziehungen	59
Sexualität	77
Geschlechtsspezifische Beratung	89
Wohnen	91
Schulausbildung	98

Arbeit und Beruf	110
Freizeitgestaltung	121
Gesundheit, Krankheit und Alter	131
Überforderungssituationen	137
Krisensituationen	139
Familienangehörige und sonstige Bezugspersonen	154
Vermittlung weiterführender Hilfen	157
 <i>Ich möchte Sie ermutigen –</i>	
ein Nachwort der Autorin an die Therapeuten	160
 Anhang	
 Wichtige Adressen	167
 Literatur	169
 Sachregister	175

Zur Autorin und zur Wahl des Themas

Noch immer gibt es sehr viel Bedarf, was die therapeutische Versorgung von Menschen mit Autismus betrifft. Wartezeiten von mehreren Monaten sind für eine qualifizierte Behandlung keine Seltenheit, in vielen Fällen ist nur ein eingeschränktes Wissen vorhanden über die autistische Störung in all ihren Facetten und über die Bedürfnisse der Betroffenen sowie eine oft nur geringe Bereitschaft, sich auf eine Zusammenarbeit mit autistischen Menschen, die als schwierig und häufig nur wenig erfolgreich gilt, einzulassen. Gleichzeitig jedoch ist unumstritten, dass ein möglichst früher Therapiebeginn von größter Bedeutung für die Erfolgsaussichten der Behandlung ist.

In diesem Buch geht es daher um grundsätzliche Überlegungen zur Psychotherapie und Beratung von Menschen mit Asperger-Syndrom sowie um deren spezielle Bedürfnisse und Wünsche in einer therapeutischen Beziehung. Ihre Behinderung sieht man den Betroffenen manchmal auf den ersten Blick kaum an, erst bei genauerem Hinsehen wird deutlich, dass sich hinter ihrer oft durch hohe Schauspielkunst aufrechterhaltenen Fassade nicht selten massive Probleme verbergen. Im vorliegenden Buch wird daher erläutert, welche wesentlichen Themen bei der Therapie von Menschen mit Autismus eine Rolle spielen müssen. Viele wichtige Aspekte werden nicht nur beschrieben, sondern anhand von Beispielen aus der eigenen Erfahrung der Autorin als Patientin verdeutlicht. Dies stellt die Besonderheit des Buches dar. Dabei erscheint diese Herangehensweise an das Thema eigentlich naheliegend, ist doch das eigene Erleben der Betroffenen von größter Wichtigkeit für das Verständnis Derjenigen, die beruflich mit autistischen Menschen zu tun haben. Fachliche Inhalte werden durch viele hervorragende Fachleute abgedeckt, aber erst durch die Kombination mit den eigenen Erfahrungen von Menschen mit Autismus kann es gelingen, ein umfassendes Verständnis zu erzielen und die Behandlung bestmöglich an die tatsächlichen Bedürfnisse anzupassen. Um die persönlichen Erfahrungen der Autorin deutlich zu kennzeichnen, werden sie durch *Kursivschrift* hervorgehoben.

Dr. med. Christine Preißmann, geb. 1970, ist Fachärztin für Allgemeinmedizin, Notfallmedizin und Psychotherapie. Sie ist derzeit als Stationsärztin im Suchtbereich einer psychiatrischen Klinik tätig. Erst im Alter von 27 Jahren wurde bei ihr die Diagnose einer autistischen Störung im Sinne eines Asperger-Syndroms gestellt; seither hat sie es sich zur Aufgabe gemacht, über die Situation der Betroffenen sowie deren Wünsche und Bedürfnisse zu informieren und so zu einem besseren Verständnis dieser Menschen beizutragen. Sie hat mehrere Bücher für Fachleute aus Pädagogik, Medizin und Therapie sowie für autistische Menschen selbst und ihre Angehörigen veröffentlicht und hält seit über zehn Jahren bei Kongressen und

anderen Fachveranstaltungen Vorträge, Lesungen und Seminare zum Thema Autismus. Seit über 20 Jahren arbeitet sie erfolgreich mit ihrer eigenen Therapeutin und wird im vorliegenden Buch auch hierüber berichten.

Mit ihren Ausführungen möchte Christine Preißmann nicht nur zu einem besseren Verständnis für die Situation der Betroffenen beitragen, sie möchte auch für ein stärkeres, gleichberechtigtes Miteinander von Patienten und Therapeuten werben, vor allem aber möchte sie interessierte Therapeuten und auch Angehörige anderer Berufsgruppen zu einer Zusammenarbeit mit autistischen Menschen ermutigen. Durch ihre eigene psychotherapeutische Weiterbildung kann sie dabei von beiden Seiten berichten.

Vorwort zur vierten Auflage

Über die Möglichkeit, mein Buch nun bereits für die vierte Auflage zu überarbeiten, freue ich mich sehr, zeigt das große Interesse doch, dass nach wie vor viel Bedarf auf diesem Gebiet besteht.

Für die Neuauflage wurde das Buch komplett überarbeitet und aktualisiert. Die bisherige Gliederung in allgemeine therapeutische Aspekte sowie Unterstützung in den verschiedenen Lebensbereichen (Schule, Arbeit, Freizeit, Freundschaft etc.) bleibt bestehen, zudem werden neuere therapeutische Ansätze vorgestellt, die auch spannende Möglichkeiten der Mitarbeit durch autistische Menschen selbst aufzeigen.

Unverändert wichtig ist das Thema Inklusion. Dabei geht man ja davon aus, dass eine Gesellschaft aus Individuen besteht, die sich alle mehr oder weniger unterscheiden, und somit die Unterschiedlichkeit der einzelnen Menschen die wahre Normalität ist. Daher muss die Gesellschaft dafür Sorge tragen, dass der Zugang zu Institutionen und Dienstleistungen für alle Bürger unter Berücksichtigung ihrer jeweiligen Möglichkeiten eröffnet wird. Bestehende Strukturen und Auffassungen müssen sich verändern, damit jeder Mensch die Hilfe und Unterstützung erhält, die er für die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben benötigt.

In Deutschland leben mehr als 11 % der Bevölkerung mit einer Behinderung (Quelle: Bundesministerium für Arbeit und Soziales 2011). Nimmt man noch die nächsten Angehörigen hinzu, wobei wir nur zwei Menschen pro behindertes Familienmitglied rechnen, wären wir damit bei fast 30 Millionen direkt oder indirekt betroffener Menschen. Mehr als ein Drittel der Bevölkerung, das ist ein ungeheuer großer Anteil. Warum gelingt es uns noch immer nur so wenig, dieses Gewicht in die Waagschale zu werfen? Wenn wir es täten, wenn wir uns unserer Bedeutung bewusst wären, bräuchten auch wir Menschen mit Autismus nicht länger als Bittsteller in der Gesellschaft aufzutreten.

Ich glaube, erst wenn eine inklusive Gesellschaft als Chance für alle Bürger gesehen und als Ziel von der breiten Bevölkerung getragen wird, kann die Vision ihre Wirkung entfalten. Erst dann muss das Anderssein nicht mehr versteckt werden, sondern kann als bunte Vielfalt positiv gewertet und als Bereicherung erlebt werden. So danke ich sehr für die Möglichkeit, auch weiterhin durch meine Referate und Publikationen, durch Information und Aufklärung mitzuhelfen, autistische Störungen besser zu verstehen und den betroffenen Menschen dadurch zu helfen.

In den letzten Jahren hatte ich viele sehr gute Monate, aber auch mehrere sehr problematische Situationen durchzustehen, angeführt von einer schweren eigenen Krankheitsphase, über die ich im Kapitel »Krisensituationen« berichten werde, da ich anhand dieser Schilderung verdeutlichen möchte, wie wichtig eine effektive

Unterstützung insbesondere in schwierigen Zeiten ist und welch bedeutende Fortschritte sich andererseits auch und gerade durch solche Erfahrungen ergeben können. Für mich hat sich seither vieles verbessert, ich konnte mich gerade in den letzten Jahren sehr stark weiterentwickeln, was mich sehr freut. Auch habe ich die Möglichkeit einer zusätzlichen ergotherapeutischen Behandlung erhalten, die für mich eine sehr wertvolle Unterstützung darstellt und die noch viel zu selten bei Menschen mit Autismus zur Anwendung kommt.

Dank der Hilfe und Begleitung durch meine Psycho- und Ergotherapeutinnen konnte ich in den letzten Jahren daher auch immer wieder sehr schöne Zeiten erleben und meine Lebendigkeit und Lebensfreude auch nach der Erkrankung wiedererlangen. Inzwischen habe ich das Gefühl, leistungsfähiger und belastbarer, aber auch glücklicher zu sein als je zuvor. Das ist das Verdienst dieser lieben Menschen, die mich unterstützen und denen ich dafür von Herzen danke.

Vielen Dank außerdem auch diesmal den Mitarbeitern des Kohlhammer-Verlags, insbesondere der Lektorin Frau Dr. Annegret Boll, für die kompetente Hilfe und die hervorragende Zusammenarbeit.

Darmstadt, im Sommer 2018

Christine Preißmann

Vorwort zur ersten Auflage

Viele autistische Menschen haben bereits einige frustrierende Erfahrungen machen müssen, sie fühlten sich in ihrer Therapie überfordert, falsch behandelt oder zumindest missverstanden. Wieder andere haben große Angst, sich auf eine therapeutische Beziehung überhaupt einzulassen, da sie fürchten, der Therapeut könnte versuchen, sie »normal« zu machen, also quasi ihren Autismus »wegtherapieren« zu wollen und ihnen dadurch all die Merkmale zu nehmen, die ihre Persönlichkeit ausmachen.

Daher ist es für viele Betroffene gar nicht vorstellbar, dass sie von einer Therapie profitieren könnten. Dies ist traurig und sehr bedauerlich, da »kluge, einfühlsame Therapeuten einer autistischen Persönlichkeit sehr dabei helfen (können), ihr Potenzial auszuleben« (O'Neill 2001, 79). Eine auf sie zugeschnittene Therapie bei einem passenden Therapeuten in der richtigen »Dosierung« kann betroffenen Menschen zu einem erfüllten Leben im Rahmen ihrer Möglichkeiten und zu deutlich mehr Selbstständigkeit verhelfen, sie kann damit eine große Chance für sie sein, die sie nicht ungenutzt verstreichen lassen sollten.

Ich selbst hatte damals, vor mehr als 20 Jahren, wirklich großes Glück gehabt und nach nur kurzer Suche meine Therapeutin gefunden, eine sehr liebe Psychologin, mit der ich seither in der Regel einmal wöchentlich arbeite und zu der ich sehr gern gehe. Sie heißt Frau Sauerwein, aber ich werde sie der Einfachheit halber im Folgenden Frau S. nennen. Zuvor hatte ich zwei Sitzungen bei einer anderen Psychologin verbracht, die aber offensichtlich keine große Lust hatte, sich auf mich und meine Schwierigkeiten einzulassen, und die mir mitteilte, sie werde keinesfalls mit mir sprechen, wenn ich sie im Gespräch nicht ansähe. Da merkte ich recht schnell, dass sie nicht die Richtige für mich sein würde.

Ich hatte damals bereits die ersten Jahre meines Medizinstudiums absolviert und vom Asperger-Syndrom noch keine Ahnung, habe erst später beim Lernen für die Prüfungen im Fach Kinder- und Jugendpsychiatrie davon gelesen. Aber ich hatte einen doch erheblichen Leidensdruck, da ich zunehmend depressiv wurde, was mein Studium stark beeinträchtigt hat. So bin ich glücklicherweise dem Rat meines damaligen Psychiaters gefolgt, es noch bei einer weiteren Therapeutin zu versuchen, und so kam es, dass ich schließlich Frau S. kennenlernen durfte.

Nachfolgend möchte ich, basierend auf dieser langjährigen eigenen Erfahrung, einige Anregungen für eine erfolgreiche Behandlung und Beratung von Menschen mit Autismus geben, speziell auch von Jugendlichen und Erwachsenen mit Asperger-Syndrom, die sich sprachlich ausreichend ausdrücken können und für die es nach wie vor nur sehr wenig Hilfe und Unterstützung gibt. Ich möchte mit diesem

Band die Lücke schließen zwischen der Fachliteratur einerseits und den Erfahrungsberichten der Betroffenen auf der anderen Seite, und ich möchte beide Seiten, sowohl die vom Autismus betroffenen Menschen, vor allem aber auch immer mehr Therapeuten und andere beteiligte Berufsgruppen, ermutigen, sich der gemeinsamen Herausforderung einer Behandlung von Menschen mit Autismus zu stellen.

Derzeit gibt es keine Therapiemethoden, mit denen die Ursachen der autistischen Störung behandelt werden könnten (und ob das wirklich wünschenswert wäre, ist noch einmal eine ganz andere Frage). Daher ist die Behandlung immer unterstützender Art, die sich an der jeweiligen Symptomatik, aber auch an den Wünschen, Vorstellungen und Zielen der Betroffenen orientieren muss. Ein mehrdimensionaler Ansatz, der die Kooperation verschiedener Fachdisziplinen notwendig macht, ist hier am ehesten Erfolg versprechend. In der vorliegenden Darstellung geht es dabei um die psychotherapeutische Behandlung und Beratung von Menschen mit Autismus. Andere Behandlungsansätze, die ebenfalls beim Autismus angewandt werden und durchaus erfolgreich sein können, können im Rahmen dieses Buches nicht besprochen werden. Es sei hierzu auf die entsprechende Fachliteratur verwiesen.

Mein herzlicher Dank gilt all den lieben Menschen, die sich in sehr vielfältiger Weise um uns Menschen mit Autismus bemühen und die oftmals einen Großteil ihrer Freizeit für uns opfern. Vieles wird heute als selbstverständlich angesehen, was es jedoch nicht ist. Ohne die Arbeit der vielen haupt-, vor allem aber der vielen ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den verschiedensten Vereinen und Verbänden und ohne das Engagement unserer Eltern und sonstiger Bezugspersonen hätten wir längst nicht die Lebensqualität, die wir heute haben.

Ein besonderes Dankeschön geht an meine Therapeutin, Frau Dipl.-Psych. Elke Sauerwein, die sich unermüdlich um mein Wohlbefinden sorgt, die mich durch ihr eigenes Beispiel gelehrt hat, was es bedeutet, einen respekt-, würde- und liebevollen Umgang mit Patienten zu pflegen, und die mir durch ihre Arbeit hilft, ein schönes und erfülltes Leben zu führen, so wie es zu mir passt. Dafür danke ich ihr sehr herzlich und widme dieses Buch ihr und allen weiteren engagierten Therapeuten von Menschen mit Autismus als Dank für ihre Hilfe und Unterstützung.

Herzlichen Dank schließlich auch den Mitarbeitern des Kohlhammer-Verlags, Stuttgart, für die gute Zusammenarbeit und für die Unterstützung bei der Verwirklichung dieses Buchprojektes.

Christine Preißmann

Das Asperger-Syndrom – Übersicht und Diagnosekriterien

Historisches

In den 1940er Jahren beschrieben zwei Wissenschaftler unabhängig voneinander fast zum gleichen Zeitpunkt eine Störung des Kindesalters, der sie den Namen »Autismus« gaben. Die von Leo Kanner erwähnten jungen Patienten (Kanner 1943) waren dabei meist geistig retardiert, sie schienen ganz in ihrer Welt gefangen zu sein und insgesamt schwerer betroffen als die von Hans Asperger in seiner Habilitationsschrift als »autistische Psychopathen« bezeichneten Kinder (Asperger 1944). Letztere neigten zu ungewöhnlichen Spezialinteressen, sie waren meist normal- bis hochintelligent und zeigten zwar eine autistische Symptomatik, dabei jedoch keine gravierende Sprachentwicklungsverzögerung. Da der Begriff »Psychopath« allerdings heute einen sehr negativen Beigeschmack hat und mit dissozialem Verhalten in Verbindung gebracht wird, wurde in der Folge nach dem Erstbeschreiber der Begriff »Asperger-Syndrom« verwendet.

Der sogenannte »frühkindliche Autismus« nach Kanner fand schnell weltweite Beachtung, während das Asperger-Syndrom lange Zeit in Vergessenheit geriet. Erst in jüngerer Vergangenheit, insbesondere durch die Publikation von Lorna Wing zu Beginn der achtziger Jahre (Wing 1981 bzw. 2005), hat das Interesse an dieser ausgeprägten Kontakt- und Kommunikationsstörung zugenommen. Die bereits von ihr aufgestellten drei Hauptkriterien für die diagnostische Beurteilung blieben bis heute bestehen:

- A. Störung der sozialen Interaktion;
- B. Störung der verbalen und nonverbalen Kommunikation;
- C. eingeengte, stereotype, sich wiederholende Interessen (Wing 1981).

Das Asperger-Syndrom wurde schließlich 1992 in das Klassifikationssystem ICD-10 der Weltgesundheitsorganisation aufgenommen. Die Auswirkungen können »auf vielfältige Weise die Beziehungen zur Umwelt, die Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft und die Fähigkeit zur Eingliederung in die Gesellschaft behindern, da sowohl kognitive als auch sprachliche, motorische, emotionale und interaktionale Fertigkeiten betroffen sind« (Kumbier 2005).

Zukünftig wird man nicht mehr die unterschiedlichen Autismusformen diagnostizieren, sondern zusammenfassend von einer »Autismus-Spektrum-Störung« sprechen, um zu verdeutlichen, dass wir es mit einer großen Bandbreite an Auffälligkeiten zu tun haben und die Übergänge fließend sind.

Ursachen

Trotz vielfältiger Forschungsbemühungen gibt es bis heute noch kein Erklärungsmodell, das vollständig und schlüssig die Entstehungsursachen der autistischen Störungen belegen könnte. Die genetische Komponente gilt mittlerweile als gesichert, bereits Hans Asperger (1944) fand heraus, dass nahezu alle der von ihm diagnostizierten Kinder mindestens einen Elternteil mit ähnlichen Persönlichkeitsmerkmalen hatten. Zahlreiche Studien lieferten inzwischen weitere Argumente für eine genetische Verursachung (u. a. Rutter 2000 bzw. 2005), indem sie eindeutig eine familiäre Häufung autistischer Störungen nachwiesen. Ein gesicherter Erbgang konnte bislang allerdings nicht nachgewiesen werden, es wird jedoch vermutet, dass mindestens drei bis zehn Gene, eher mehr, für die Symptomatik verantwortlich sind (Poustka 2006). Mittlerweile diskutiert man ein Zusammenspiel von genetischer Veranlagung und bestimmten Umweltfaktoren (z. B. prä- und perinataler Stress, pränatale virale Infektionen wie Röteln-, Masern- oder Zytomegalieinfektion, Zinkmangel, mütterlicher Diabetes, Exposition gegenüber Toxinen wie Pestiziden, Barbituraten oder Antiepileptika; vgl. Christensen 2013).

Überzufällig häufig bestehen beim Asperger-Syndrom komorbide psychopathologische Störungen, insbesondere depressive Verstimmungen oder Angststörungen, weiterhin Aufmerksamkeitsstörungen, Störungen der Motorik, Zwangssymptome, aggressives Verhalten sowie Schlafstörungen, außerdem neuropsychologische und kognitive Auffälligkeiten, Hirnschädigungen und Hirnfunktionsstörungen sowie biochemische Anomalien (Kißgen et al. 2005; Remschmidt & Kamp-Becker 2006; Preißmann 2017).

Neuropsychologische Theorien zum Verständnis autistischer Störungen

Die Neuropsychologie beschäftigt sich mit der Objektivierung der zerebralen Korrelate von Verhalten und Erleben. Alle menschlichen Verhaltens- und Erlebnisweisen lassen sich letztlich auf Vorgänge im Gehirn zurückführen. Durch modernste Untersuchungsverfahren können Funktionen wie Aufmerksamkeit, Gedächtnis, Denken, Sprache, Motorik usw. erfasst und speziellen Strukturen des Gehirns zugeordnet werden. Unter den neuropsychologischen Modellen haben in den letzten Jahren vor allem die »Theory of Mind«, die exekutiven Funktionen und die Theorie der schwachen zentralen Kohärenz zu einem besseren Verständnis der anderen Denkprozesse bei Menschen mit Autismus und damit zur Erklärung ihrer speziellen Auffälligkeiten beigetragen.

Die »Theory of Mind« (u. a. Baron-Cohen et al. 1985) beschreibt die Fähigkeit, psychische Zustände sich selbst und anderen Menschen zuzuschreiben und damit

die eigenen Gedanken, Gefühle, Wünsche, Absichten und Vorstellungen und diejenigen anderer Menschen zu erkennen, zu verstehen, vorherzusagen und in die eigenen Planungen einzubeziehen. Gemeint sind damit also Fähigkeiten, die es Individuen ermöglichen, erfolgreich an sozialen Interaktionen teilzunehmen. Menschen mit Autismus zeigen hier in der Regel doch deutliche Schwierigkeiten. Auch vermeintlich leichter betroffene Menschen mit High functioning-Autismus oder Asperger-Syndrom haben Probleme, subtilere soziale Vorgänge, Stimmungen, Anekdoten, Witze und Sarkasmen zu verstehen.

Auch das mangelhafte Verständnis für Metaphern und Ironie kann mit dem Theory-of-Mind-Defizit erklärt werden. Wenn man zum Beispiel die Augen verdreht und sagt: »Das war eine Spitzenleistung«, werden die meisten Menschen dies nicht als Lob verstehen, Menschen mit Autismus könnten das aber so auffassen. Dadurch kommt es immer wieder zu Konflikten. Es kann jedoch möglich sein, durch eigenes Üben im Lauf der Zeit hier einiges zu verbessern.

Ich selbst habe mit Hilfe des Internets unzählige Sprichwörter und Redewendungen auswendig gelernt. Aber manchmal ist es bei zweideutigen Äußerungen dennoch schwer, zu entscheiden, was nun genau gemeint ist, ob es sich um eine Redewendung handelt oder nicht. Eine meiner Kolleginnen in der Klinik, eine Psychologin, erklärte mir bei der Arbeit, sie könnte »in die Luft gehen«. Ich dachte, sie wollte mir mit über ihr Fernweh sprechen, und fragte sie, wohin sie gern fliegen würde. Dass sie sich über einen Patienten ärgerte, war mir entgangen.

Ein Theory-of-Mind-Defizit kann dazu führen, dass nonverbale soziale Hinweisreize wie Prosodie, Mimik oder Körperhaltung eines Menschen nicht erkannt werden können. Und auch die eigenen Fähigkeiten zur nonverbalen Kommunikation sind eingeschränkt. Dietmar Zöllner, ein Mann mit Autismus, erklärt: »Mein Lächeln scheint nicht eindeutig zu sein. Wenn ich will, dass jemand merkt, dass ich ihn mag, muss ich ihm schreiben. Sonst bekomme ich keine Reaktion« (Zöllner 2001, 140).

Eine mangelhaft entwickelte Theory of Mind hat nach Schirmer Auswirkungen auf folgende Fähigkeiten (Schirmer 2006, 127–128):

- Kommunikation;
- Empathie;
- soziales Verhalten zu verstehen;
- andere Menschen zu täuschen;
- Selbstreflexion;
- die Gedanken und Annahmen einer anderen Person durch die Informationen, die man ihnen gibt, zu beeinflussen;
- das Einbeziehen der Gefühle anderer in das eigene Handeln;
- Freundschaften zu knüpfen, indem man die Absichten anderer Menschen versteht und auf ihre Absichten eingeht;
- Einschätzen des Interesses anderer am eigenen Reden und Handeln;
- zu erkennen, was andere von der eigenen Handlung denken könnten;
- Missverständnisse als solche zu erkennen;
- das Verständnis ungeschriebener Sozialregeln.

Menschen mit Autismus sind oft nicht in der Lage, ihre Ängste oder andere Gefühlsqualitäten adäquat zu verbalisieren. Ambivalente oder uneindeutige Gefühle zu erleben bzw. auszuhalten, ist für sie eine große Schwierigkeit. Nicole Schuster, eine junge Frau mit Asperger-Syndrom, beschreibt es so: »Erst allmählich im Jugendalter wurde mir klar, wie wichtig es ist, zu sagen, dass etwas schön ist. Ich merkte, dass es gut tut, wenn ein geliebter Mensch durch mitgeteilte Freude ebenfalls glücklich wird. Wenn ich meiner Mutter heute für meinen Wirsing zum Mittagessen danke und ihr sage, wie gut es mir wieder geschmeckt hat, lächelt sie, und ich glaube, sie ist glücklich« (Schuster 2007, 99).

In meiner Therapie habe ich vieles gelernt. Aber auch heute noch kann ich manche Gefühlsqualitäten gar nicht und andere nur dann wahrnehmen, wenn sie ganz eindeutig sind. Besonders problematisch sind Emotionen wie Wut oder Ärger. Und noch viel schwerer und mühsamer ist es, auch auf die Gefühle anderer Menschen adäquat zu reagieren.

Die Schwierigkeiten in Bezug auf die Theory of Mind sind allerdings nicht spezifisch für autistische Störungen, sie kommen auch bei anderen Erkrankungen vor, außerdem gelingt es autistischen Menschen mit einer zumindest durchschnittlichen intellektuellen Begabung mit zunehmendem Alter immer besser, kompensatorische Strategien zur Beantwortung der für die Theory of Mind relevanten Fragestellungen zu entwickeln, was jedoch nicht unbedingt für die Bewältigung der Herausforderungen des Alltags gilt. Autisten legen in diesem Bereich eher rationale Lösungsstrategien an den Tag, während nicht autistische Menschen intuitiv vorgehen (Kißgen et al. 2005). Diese Fähigkeit der Betroffenen, erfolgreiche Strategien zu finden und zu erlernen, um einige ihrer Schwierigkeiten zu kompensieren, sorgt bei Angehörigen und Fachleuten häufig für Verwirrung. Sie führt aber auch dazu, dass der Hilfebedarf oft erst sehr spät erkannt wird und viele autistische Menschen daher über weite Strecken ihres Lebens ohne Unterstützung bleiben.

In umfangreichen Studien mit Verfahren der funktionellen Bildgebung konnte ermittelt werden, dass Personen mit Autismus signifikant weniger Aktivierung in dem als »Amygdala« (Mandelkern) bezeichneten Bereich des Gehirns aufweisen, während sie Aufgaben zum mentalen Zustand einer anderen Person lösen sollen. Man geht von einer frühen Fehlentwicklung der Amygdala bei ihnen aus (Baron-Cohen 2006). Weiterhin weisen autistische Menschen bei der Darbietung von Gesichtern eine erhöhte neuronale Aktivität im Bereich des Gyrus temporalis inferior auf, der eher bekannt ist für seine Funktion bei der Objekterkennung (Bruning et al. 2005). Es gibt also bei den Betroffenen im Bereich des Gesichtserkennungssystems funktionelle Abweichungen.

Da ich immer nur sehr kurz Blickkontakt herstellen kann, entgeht mir im Gespräch so manches, was andere Menschen ganz nebenbei erkennen können. Dies macht sich natürlich auch bei meiner Arbeit bemerkbar. Es fällt mir schwer zu erkennen, was genau meinem Gegenüber fehlt. Wenn also ein Patient berichtet, es gehe ihm nicht gut, dann weiß ich in der Regel nicht, was mit ihm los ist. Wenn meine Kollegen ihn dann fragen, warum er so traurig aussieht oder was ihn so wütend macht, dann verwundert mich das, denn ich erkenne nicht, dass er traurig oder wütend wirkt. So wende ich eine Hilfsmöglichkeit an, die

auf meiner derzeitigen Arbeitsstelle sehr gut funktioniert und dort sogar erwünscht ist: Ich frage den Patienten direkt nach seinem Befinden. Das klappt ganz gut, und ich habe die Erfahrung gemacht, dass es mir, wenn ich erst weiß, was ihm fehlt, durchaus gelingt, angemessen darauf zu reagieren und abzuschätzen, wie viele Sorgen ich mir um ihn machen muss.

Ähnliche Ergebnisse erzielten Fleck und Mitarbeiter an der Uniklinik Köln. Sie machten im Rahmen einer Studie die Erfahrung, dass die Betroffenen Schwierigkeiten beim Erkennen von Emotionen auf Fotos oder in Videos hatten, jedoch durchaus in der Lage waren, angemessen Mitgefühl zu empfinden, wenn ihnen die Emotion bekannt war (Vortrag von S. Fleck, Marl-Sinsen, 12. 9. 2007).

Mit der Bezeichnung »exekutive Funktionen« (Ozonoff & Jensen 1999) beschreibt man unterschiedliche Vorgänge, die mit Planungsprozessen, vorausschauendem Denken und zielgerichtetem problemorientierten Handeln verbunden sind. Solche Planungsprozesse ermöglichen erst das zielgerechte Handeln und das konstruktive Lösen von Alltagsproblemen. Exekutive Funktionen umfassen außerdem neben der Handlungsplanung noch eine Reihe von weiteren Aufgaben. Dazu gehören die Impulskontrolle, die Kontrolle über Aufmerksamkeit und motorische Funktionen, der Widerstand gegen Störungen, die Unterdrückung drängender, aber den Handlungsablauf störenden Reaktionen, planvolle, zielgerichtete Aktionen sowie Flexibilität in Denken und Handeln (im Sinne von Generierung neuer Lösungsmöglichkeiten; Remschmidt & Kamp-Becker 2006, 44). In diesen Bereichen zeigen autistische Menschen Defizite, die sie in ihrem Alltag erheblich einschränken. Sie können sich nur schwer auf neue Situationen einstellen und sind oft kaum in der Lage, einen geplanten Ablauf oder eine festgelegte Strategie kurzfristig zu ändern (z. B. beim Finden eines Weges durch die Stadt, bei der Organisation einer Reise, bei unerwartet anderen Mahlzeiten etc.). Es fällt ihnen selbst dann schwer, eine Lösungsstrategie zu ändern, wenn sich die alte als ungeeignet erwiesen hat. Sie sind somit nur unzureichend in der Lage, aus ihren Fehlern zu lernen.

Wahrnehmung und Denken sind nach Uta Frith (Frith 1989) bei nicht autistischen Menschen durch eine zentrale Kohärenz geprägt; das bedeutet, dass Reize stets in Bezug zu anderen Reizen und Informationen gesehen werden. Menschen, Objekte und Situationen werden damit kontextgebunden wahrgenommen. Bei Menschen mit autistischen Störungen dagegen ist die zentrale Kohärenz in der Regel nur schwach ausgeprägt. Sie beachten also weniger die Zusammenhänge von Gegenständen und Objekten, sondern richten ihre Wahrnehmung auf einzelne oder isolierte Details. Frith führte das Ablehnen von Veränderungen und den Wunsch nach Gleichförmigkeit auf die Schwierigkeiten der Betroffenen zurück, sich einen Überblick über ein komplexes Ganzes zu verschaffen. Normalerweise jedoch wird diese Fähigkeit bereits in der frühen Kindheit erworben. Autistische Menschen sind folglich oft nur unzureichend in der Lage, Beziehungen und Zusammenhänge zu erkennen. Sie müssen vielmehr zeitraubende rationale Überlegungen anstellen, um zum gewünschten Ergebnis zu kommen.

Viele Menschen mit Autismus fühlen sich von den berechenbaren Dingen der Welt angezogen und verbringen oft einen Großteil der Zeit damit, ihren Alltag in allen Einzelheiten zu planen. Unberechenbare oder unkontrollierbare Elemente wie