



Schneider • Köneke

Warum manchmal ein Brett vorm Kopf klebt und wieso man im Sitzen miteinander gehen kann

Ratgeber für Jugendliche mit Autismus

3.
Auflage

 reinhardt

 reinhardt

Karla Schneider • Vanessa Köneke

Warum manchmal ein
Brett vorm Kopf klebt
und wieso man im Sitzen
miteinander gehen kann

Ratgeber für Jugendliche mit Autismus

Mit einem Nachwort von Gerd Lehmkuhl

Mit Illustrationen von Ruth Baum

3., aktualisierte Auflage

Ernst-Reinhardt-Verlag München

Dr. iur. Dr. rer. medic. *Karla Schneider* ist Richterin und Psychologin und betreute ehrenamtlich Menschen mit Autismus am Autismustherapiezentrum Köln. Sie war außerdem in der International Research Training Group „Brain-Behavior Relationship of Emotion and Social Cognition in Schizophrenia and Autism“ am Universitätsklinikum Aachen tätig.

Vanessa Köneke ist Journalistin und hat außerdem als Wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Medizin und Psychologie gearbeitet.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-497-03270-9 (Print)

ISBN 978-3-497-61902-3 (PDF-E-Book)

ISBN 978-3-497-61903-0 (EPUB)

3., aktualisierte Auflage

© 2024 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Der Verlag Ernst Reinhardt GmbH & Co KG behält sich eine Nutzung seiner Inhalte für Text- und Data-Mining i. S. v. § 44b UrhG einschließlich Einspeicherung/Nutzung in KI-Systemen ausdrücklich vor.

Printed in EU

Cover unter Verwendung eines Fotos von © oneinpunch / Fotolia

Satz: Sabine Ufer, Leipzig

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de E-Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

| | |
|--|----|
| Einleitung | 9 |
| Was ist das für ein Buch? | 10 |
| Autismus – Was bedeutet das? | 14 |
| | |
| 1 Wahrnehmung | 20 |
| 1.1 Wahrnehmung – Warum ist alles so laut? | 21 |
| 1.2 Gefühle – Wie erkenne und zeige ich sie? | 29 |
| | |
| 2 Sprache | 38 |
| 2.1 Gesprochene Sprache – Wieso sagen Menschen oft so merkwürdige Dinge? | 39 |
| 2.2 Small Talk – Warum muss ich übers Wetter reden, wenn ich doch sehe, dass die Sonne scheint? | 47 |
| 2.3 Körpersprache – Was bedeuten Gesichtsausdrücke? | 51 |
| | |
| 3 Verhaltensweisen | 57 |
| 3.1 Routinen und Rituale – Warum kann ich es nicht ertragen, wenn sich etwas ändert? | 58 |
| 3.2 Spezialinteresse – Warum interessiere ich mich für andere Dinge als andere Menschen? | 66 |

| | | |
|-----|--|-----|
| 4 | Andere Menschen | 72 |
| 4.1 | Familie – Bin ich vielleicht adoptiert? | 73 |
| 4.2 | Freunde – Wie findet man Freunde? | 79 |
| 4.3 | Liebe – Wieso kann man Schmetterlinge im Bauch haben und wie fühlt sich das an? | 86 |
| 4.4 | Mobbing – Warum sind manche Menschen so gemein zu mir? | 93 |
| 4.5 | Tiere – Tiere sind mir viel lieber als Menschen. Warum eigentlich? | 104 |
| 5 | Körper und Sex | 108 |
| 5.1 | Körper – Warum muss ich zum Friseur? | 109 |
| 5.2 | Pubertät und Sex – Warum kann man wach miteinander schlafen? | 117 |
| 6 | Pflichten | 127 |
| 6.1 | Schule – Wie komme ich in der Schule besser klar? | 128 |
| 6.2 | Beruf – Werde ich jemals einen Job haben? | 137 |
| 7 | Wer bin ich? | 147 |
| 7.1 | Sich outen – Wem soll ich erzählen, dass ich autistisch bin? | 148 |
| 7.2 | Sich ändern – Muss ich versuchen, normal“ zu werden? | 153 |
| 7.3 | Zukunft – Wie werde ich wohl als Erwachsener leben? | 158 |

| | |
|---|-----|
| 8 Was sonst noch wissenswert ist... | 162 |
| 8.1 Was sagt der Intelligenzquotient über einen Menschen aus? | 163 |
| 8.2 Wie viele Autisten gibt es eigentlich? | 165 |
| 8.3 Warum ist Lügen manchmal gut und manchmal schlecht? | 166 |
| 8.4 Muss ich an Gott glauben? | 167 |
| 8.5 Warum trinken Menschen Alkohol? | 169 |
| 8.6 Was ist eine Selbsthilfegruppe? | 170 |
| | |
| Anhang | 172 |
| 1 Redewendungen und Metaphern | 173 |
| 2 Glossar | 189 |
| 3 Internet | 194 |
| 4 Hilfreiche Adressen (Auswahl) | 200 |
| 5 Ausweiskartchen | 209 |
| 6 " STOP"-Karte | 210 |
| | |
| Literatur | 211 |
| Nachwort zur ersten Auflage | 212 |
| <i>Von Gerd Lehmkuhl</i> | |



Einleitung

Was ist das für ein Buch?

Autismus - Was bedeutet das?

Was ist das für ein Buch?

Hallo,

schön, dass du dich entschlossen hast, dieses Buch zu lesen. Vielleicht haben deine Eltern es dir gegeben, vielleicht hast du es dir selbst gekauft. Nun bist du sicher neugierig und gespannt, worum es genau geht und ob dir das Buch bei Fragen, die du hast, weiterhelfen kann.

Für wen ist dieses Buch also gedacht und was soll es bringen?

Menschen sind unterschiedlich. Das klingt selbstverständlich, denn natürlich gibt es unterschiedliche Menschen: Menschen mit blonden Haaren oder mit dunklen, mit lauter Stimme und mit leiser, große Menschen und kleine Menschen. Es mag dir unnötig vorkommen, dass wir es hier extra aufschreiben. Aber es ist wichtig, dass du dir das noch mal vergegenwärtigst. Kein Mensch ist richtig oder falsch – Menschen sind nur unterschiedlich. Sie denken anders, fühlen anders, wissen unterschiedlich viel und haben unterschiedliche Erwartungen und Wünsche. Sie haben unterschiedliche Schwächen und Stärken und sie nehmen Dinge unterschiedlich wahr. Das gilt auch für Menschen mit Autismus und Menschen ohne Autismus. Vermutlich wirst du in diesem Buch etliche Fragen und Situationen finden, die du kennst und die du genau nachvollziehen kannst. Mit manchen der beschriebenen Situationen wirst du aber auch nichts anfangen können. Denn selbstverständlich unterscheiden sich autistische Menschen untereinander ebenfalls. Dennoch machen sie viele ähnliche Erfahrungen und stoßen auf ähnliche Probleme. Das Buch soll dir dabei helfen, zu verstehen, woher die Probleme kommen, und die Erfahrungen besser einordnen zu können. Außerdem werden wir dir zeigen, wie du lernen kannst, mit verschiedenen schwierigen Situationen besser umzugehen.

Vielleicht bist du schon mit dem Wissen, „autistisch“ zu sein, aufgewachsen. Vielleicht haben du und deine Eltern gerade erst von dieser Diagnose erfahren. Aber vermutlich haben sowohl deine Eltern als auch du immer schon gespürt, dass du „irgendwie anders“ bist als Gleichaltrige. Philipp, ein Asperger-Autist, schreibt zum Beispiel, er habe dieses Gefühl wahrscheinlich das erste Mal in der Schule

gehabt, weil er im Sportunterricht nicht so gut den Ball fangen konnte wie die anderen und weil er Witze, über die die anderen gelacht haben, nicht verstanden habe (*Persönliches Interview, Fragebogen*).

Als würden sie von einem anderen Planeten oder zumindest aus einem fremden Land stammen, so beschreiben viele Menschen mit einer autistischen Störung dieses Gefühl, das Philipp in der Schule hatte. Für sie scheint es, als sprächen sie eine andere Sprache als die Menschen in ihrer Umgebung. Manche mögen deshalb Figuren aus Science-Fiction-Filmen und -Serien, zum Beispiel den Androiden Data aus „Star Trek“ oder Mr. Spock aus „Raumschiff Enterprise“ – sie fühlen sich ihnen mehr verbunden als den Menschen.

Umgekehrt stehen aber auch viele Eltern, Geschwister, Freunde und Lehrer erstaunt und unsicher vor einem autistischen Kind. Genauso, wie ein autistischer Mensch seine Umwelt nicht (immer) versteht, so sind autistische Verhaltensweisen nichtautistischen Menschen oft unverständlich.

Dieses Buch ist deshalb gedacht für „Betroffene beider Seiten“ – für Autisten und für Nichtautisten. Es ist für dich und alle anderen Kinder und Jugendlichen, die wegen einer autistischen Störung „ein bisschen anders“ sind und die genauer wissen wollen, was mit ihnen los ist. Es ist aber auch für deine Familie und deine Freunde, wenn sie erfahren möchten, wie du manche Situationen wahrnimmst. Wir möchten dir gerne helfen, deine Umwelt besser zu verstehen – und umgekehrt deiner Umwelt zeigen, dass du keine Androiden-Figur aus „Star Trek“ bist, sondern ein ganz „normaler“ Mensch, der sich nur manchmal ein bisschen anders verhält als erwartet.

Manche Autisten fühlen sich sehr wohl und empfinden den Autismus nicht als Behinderung, sondern als eine besondere Begabung. Anderen geht es mit dem Autismus nicht so gut. Sie möchten gerne mit Gleichaltrigen mithalten, Freunde haben, einfach „normal“ sein. Doch sie können es nicht. Sie empfinden sich als „behindert“. Wieder andere schwanken je nach Situation zwischen dem einen und dem anderen hin und her.

Wie auch immer du dich fühlst, nichts daran ist verkehrt. Daher werden wir in diesem Buch den Autismus weder als etwas besonders Wertvolles noch als Behinderung darstellen. Wir versuchen, offen und sachlich zu reden und werden an den Stellen, an denen es uns angemessen erscheint, nichts beschönigen, sondern durchaus auch einmal von „Störung“ oder „Behinderung“ sprechen.

Wir wollen damit niemandem ein „schlechtes Etikett“ aufdrücken und niemanden in eine Richtung drängen, mit der er sich nicht identifizieren kann. Vielmehr möchten wir dir und jedem, der dieses Buch liest, mögliche Schwierigkeiten und

Fähigkeiten gleichermaßen aufzeigen und so zu einem besseren Verständnis von allen und allem beitragen.

Auch die im Buch verwendeten Begriffe „Betroffene“ sowie „Autist“, „autistische Menschen“ und „Menschen mit Autismus“ sollen keine Etiketten sein. Manche Menschen mit Autismusdiagnose mögen einen Ausdruck davon lieber oder finden einen unpassend. Zum Beispiel finden einige Betroffene, dass „Autist“ sie zu sehr auf den Autismus beschränkt. Schließlich sind sie ein Mensch mit ganz vielen Eigenschaften, von denen nur eine Autismus ist. Andere hingegen mögen den Ausdruck „Autist“, weil sie finden, dass der Autismus sie stark ausmacht und vielleicht sogar etwas Gutes ist. Im Buch verwenden wir meist den Begriff „Autist“ – einfach weil er kürzer ist als die anderen Varianten.

Das Buch ist, wie du im Inhaltsverzeichnis sehen kannst, eine Zusammenstellung von Fragen ähnlich der FAQ (Frequently Asked Questions, häufig gestellte Fragen), die du vielleicht von Internetseiten kennst. Kinder und Jugendliche mit Autismus haben sie uns im Laufe der Arbeit an dem Buch gestellt. Die Fragen sind nach Themen geordnet, aber es ist nicht notwendig, sie der Reihe nach zu lesen. Du kannst stattdessen die Abschnitte auswählen, die dich besonders interessieren, und immer wieder nachlesen. Ebenso kannst du andere, die du nicht lesen magst, auslassen.

Neben der Erklärung autistischer „Eigenheiten“ findest du in jedem Kapitel Beispiele und Zitate, die alle von Betroffenen und ihren Angehörigen oder Freunden stammen. Dinge, die wir für besonders wichtig halten, findest du gesondert markiert in den einzelnen Kapiteln, zum Beispiel als ganz konkrete Tipps für deinen Alltag.

Am Ende fast aller Kapitel stehen außerdem (Literatur-)Tipps für alle, die mehr zu einem Thema lesen und erfahren wollen.

Zudem haben wir für dich im Anhang einige Redewendungen und Begriffe, die eine übertragene Bedeutung haben, zusammengestellt und erklärt. Denn viele autistische Menschen haben Schwierigkeiten, diese übertragenen Bedeutungen zu erkennen. Einige der Redewendungen haben wir bereits im Buch verwendet. Du erkennst sie an diesem Sternchen „*“.

Nun aber genug der Einleitung – wir wünschen dir viel Spaß beim Lesen!

Karla und Vanessa

PS: Wir verwenden im Text überwiegend männliche Formen (zum Beispiel im Kapitel „Mobbing“ „der Täter“). Das soll nur der Übersichtlichkeit und Einfachheit dienen. Damit sind ebenso alle Personen gemeint.

PPS: Eine Anmerkung besonders für Eltern und Therapeuten: In dem Buch finden sich immer wieder kleine Tipps für den Umgang miteinander und mit Schwierigkeiten im Alltag. Sie stammen aus unserer persönlichen Erfahrung beziehungsweise aus den Erfahrungen, die Betroffene uns berichtet haben. Die Tipps haben sich im Einzelfall als hilfreich erwiesen. Aber keinesfalls sind sie als therapeutische Ratschläge zu verstehen oder können gar eine Therapie ersetzen!

Autismus - Was bedeutet das?

„**A**utismus“ ist ein Wort, das aus dem Altgriechischen (von auto = selbst) abgeleitet ist und hatte zunächst gar nichts mit einer Diagnose zu tun. Zunächst meinte es in der Psychiatrie eine „Selbstbezogenheit“ in einem ganz anderen Zusammenhang. Doch heute wird der Begriff Autismus hauptsächlich für einen Kreis von Auffälligkeiten verwendet, die sich vor allem in Problemen im Umgang mit anderen Menschen äußern – zum Beispiel darin, Freunde zu finden.

„Den“ Autismus gibt es allerdings nicht. Hast du im Physikunterricht schon mal etwas über Spektren und Spektralfarben gelernt? So ähnlich ist es bei autistischen Störungen auch: „Autismus“ bezeichnet ein Spektrum an verschiedenen Syndromen. Ein Syndrom besteht aus mehreren gleichzeitig vorhandenen Merkmalen (Symptomen) einer „Störung“ oder Krankheit. Und manche Syndrome lassen sich zu einer Familie zusammenfassen. So wie mit dem Wort „Farben“ alle unterschiedlichen Farbtöne zusammengefasst sind, von Gelb über Rot bis Blau und Grün. Alles sind Farben, aber alle sind unterschiedlich.

Die „Farben“ des Autismus waren bisher vor allem drei autistische Phänomene, nämlich der **frühkindliche Autismus**, auch **Kanner-Autismus** genannt, der **atypische Autismus** und das **Asperger-Syndrom (AS)**. Oft findet man außerdem noch den Begriff **hochfunktionaler Autismus (HFA)**. Dabei handelt es sich aber nicht um eine offizielle diagnostische Kategorie. In der Regel werden damit Personen bezeichnet, die als Kind die Merkmale für den frühkindlichen Autismus erfüllt haben, beim Älterwerden aber „nur“ noch die des Asperger-Syndroms. Hieran sieht man schon, dass eine genaue Trennung zwischen den verschiedenen autistischen Syndromen manchmal nur schwer möglich ist.

Viele Wissenschaftler und Experten sprechen daher lieber von **Autismus-Spektrum-Störung**, als sich auf eine Autisuskategorie festzulegen. Inzwischen ist das auch im sogenannten DSM V (= die 5. Auflage des „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders“, der Beschreibung von Erkrankungen in der Psychiatrie) umgesetzt. In dem in Deutschland vor allem verwendeten „Diagnosehandbuch“ ICD 10 (= 10. Auflage der Internationalen Klassifikation der Krankheiten) werden die oben genannten drei „autistischen Farben“ aber noch getrennt. In der Folge-

version, dem ICD 11 wird dann zwar auch vom Spektrum gesprochen. Doch in Deutschland verwendet man derzeit (2024) weiter die 10er-Version. Und im allgemeinen Sprachgebrauch vieler Autisten und Autismus-Therapeuten sind die Unterformen ohnehin noch weitverbreitet.

Der **frühkindliche (oder Kanner-) Autismus** wurde erstmals von einem Psychiater namens Leo Kanner beschrieben. Er kommt dem Bild am nächsten, das viele Leute von Autisten haben. Menschen, die sich noch nie mit Autismus beschäftigt haben, denken meist, dass ein Autist nicht spricht und nur allein in einer Ecke sitzt und schreit, wenn man ihn oder sie anfasst. Tatsächlich können viele frühkindliche Autisten nicht sprechen und nehmen zumindest auf den ersten Blick keinen oder nur ganz wenig Kontakt mit anderen Menschen auf. Viele sind außerdem geistig behindert, jedenfalls soweit es mit den heute zur Verfügung stehenden Intelligenztests feststellbar ist. Wenn man ganz aufmerksam ist, spürt man aber oft ziemlich schnell, dass frühkindliche Autisten nur auf eine ganz besondere Art mit anderen Menschen umgehen und Nähe suchen. Manche haben sogar besondere Begabungen. Zum Beispiel können sie ausgezeichnet Klavier spielen oder bemerkenswert gut rechnen – und zwar ohne dass sie jemals Klavierstunden oder Mathematikunterricht gehabt haben. In diesem Zusammenhang spricht man von **Inselbegabungen** (auch: „Savant-Fähigkeiten“). Solche Fähigkeiten sind aber sehr selten und finden sich nicht nur bei Menschen mit Autismus.

Vom **Asperger-Syndrom** Betroffene – nach dem österreichischen Kinderarzt Hans Asperger – sind meist normal intelligent, manche sogar hochbegabt, und besitzen gute Sprachfähigkeiten. Wenn diese Diagnose bei dir gestellt wurde, bist du vielleicht auch schon einmal „kleiner Professor“ oder „sprechendes Lexikon“ genannt worden, weil du eine so genaue Sprache hast.

Der **atypische Autismus** unterscheidet sich von den anderen Formen dadurch, dass er entweder später beginnt, man also erste Symptome erst nach dem dritten Lebensjahr findet. Oder es werden nicht alle Diagnosekriterien erfüllt, die in den „Diagnosehandbüchern“ stehen, zum Beispiel Schwierigkeiten in der Interaktion und Kommunikation mit den Menschen in der Umgebung oder die Neigung zu gleichförmigen Verhaltensweisen. Was genau darunter zu verstehen ist, erfährst du in diesem Buch.

Trotz der unterschiedlichen Namen haben alle autistischen Erscheinungsformen bestimmte Gemeinsamkeiten, zum Beispiel Schwierigkeiten in der Interaktion und Kommunikation mit den Menschen in ihrer Umgebung und die Neigung zu gleichförmigen Verhaltensweisen. Was genau darunter zu verstehen ist, erfährst

du in diesem Buch. Anhand solcher Gemeinsamkeiten diagnostizieren Ärzte und Psychologen eine Autismus-Spektrum-Störung.

Im medizinischen Sprachgebrauch gehört Autismus beziehungsweise gehören autistische Störungen zu den tiefgreifenden Entwicklungsstörungen. So wurden sie zumindest in den Diagnosehandbüchern bisher genannt; ab dem DSM-V und dem ICD 11 wird von „neurologische Entwicklungsstörungen“ gesprochen. Das hört sich erst mal sehr schlimm an, denn wer will schon „gestört“ oder sogar „tiefgreifend gestört“ sein? Es bedeutet aber zunächst nur, dass in der Entwicklung eines Kindes mit einer autistischen Störung etwas anders ist als bei anderen Kindern. Dieses Anderssein äußert sich vor allem in folgenden Bereichen:

Vielleicht hast du schon selbst bemerkt, dass du nicht so ein großes Interesse an anderen Menschen hast, wie sie es vielleicht von dir erwarten, oder wie du es bei anderen, zum Beispiel deinen Geschwistern, bemerkst. Oder dir kommt es manchmal fast so vor, als würden die Menschen um dich herum eine ganz fremde Sprache sprechen, die du nicht beherrschst. Vielleicht haben dich andere schon mal als „unhöflich“ bezeichnet oder sich darüber beschwert, dass du sie beim Sprechen nicht ansiehst. Ärzte fassen diese Auffälligkeiten unter dem Diagnosepunkt der **qualitativen oder andauernden Beeinträchtigungen der sozialen Interaktion** zusammen. Das heißt, das Miteinander mit anderen Menschen ist „unnormale“ und für beide Seiten schwierig. Diese Schwierigkeiten im Miteinander liegen unter anderem daran, dass autistische Menschen sich nicht gut in einen anderen Menschen hineinversetzen können. Es fällt ihnen schwer, nachzuvollziehen, wie die Welt wohl aus Sicht des anderen aussieht, welche Wünsche, Absichten und Gefühle derjenige vermutlich hat. In der Fachsprache sagt man, Autisten besäßen nur eingeschränkte **Theory of Mind-** oder **Mentalizing-Fähigkeiten**. Unter anderem diese Mentalizing-Fähigkeiten untersuchen Ärzte, wenn sie eine autistische Störung diagnostizieren wollen. Dabei bekommen die Kinder zum Beispiel Fotos von Personen oder auch nur von Gesichtern vorgelegt und sollen anhand der Abbildungen verschiedene Stimmungen oder Absichten der abgebildeten Personen erkennen. Autistische Menschen schneiden hier meist nur unterdurchschnittlich ab.

Häufig wirst du auch hören, Autisten seien nicht empathisch, das heißt nicht mitfühlend. Das stimmt allerdings nicht unbedingt. **Empathie** und Theory of Mind hängen eng zusammen. Aber der Autismus erschwert es Betroffenen vor allem, sich in andere Menschen hineinzudenken. Dennoch können sie mitfühlen. So verstehst du vielleicht manchmal nicht, warum dein Vater, dein Bruder oder dein Freund gerade traurig ist (oder wütend oder glücklich). Doch wenn du weißt, dass er traurig (oder wütend oder glücklich) ist, werden dich die Gefühle oft anstecken, so dass du dich mit dem anderen traurig (wütend, glücklich) fühlst.

Ein weiteres Merkmal für Autismus ist eine Vorliebe für immer gleiche Verhaltensweisen, wie **Rituale und Routinen**. Ist es dir auch wichtig, dass Dinge immer gleich ablaufen, zum Beispiel wann gegessen wird? Oder möchtest du, dass in deinem Zimmer nichts verändert wird? Dass zum Beispiel deine Geschwister nicht einfach ein Buch aus dem Regal nehmen und es irgendwo ablegen? Das ist typisch für Menschen mit Autismus. Ihr Tagesablauf folgt oft bestimmten Gewohnheiten. Manche autistische Menschen haben außerdem sogenannte **Stereotypien**, das heißt, sie vollführen immer gleiche Bewegungsmuster.

Besonders auffallend, vor allem beim Asperger-Syndrom (AS), ist außerdem ein ganz besonderes Interesse an bestimmten Themen. Wofür interessierst du dich? Für Eisenbahnen, physikalische Fragen oder Pflanzen? Oder für Pferde, Hunde oder einen bestimmten Star? Was auch immer dich besonders interessiert, es fällt dir vermutlich schwer aufzuhören, dich damit zu beschäftigen. Vielleicht wirst du unruhig, wenn man dir sagt, du solltest dich etwas anderem zuwenden und zum Beispiel etwas mit Gleichaltrigen unternehmen. Diese besonderen Themen nennt man **Spezialinteressen**.

Die sozialen Schwierigkeiten und die festen Gewohnheiten bzw. Verhaltensweisen sind für eine Autismus-Diagnose entscheidende Merkmale. Aber es gibt darüber hinaus noch einige „Eigenheiten“ autistischer Menschen, manchmal zum Beispiel die Sprache oder besondere Ausprägungen der Sinneswahrnehmung.

Die **Sprache** ist vor allem beim frühkindlichen Autismus und beim HFA gestört. Diese Gruppe von Autisten vertauscht beispielsweise oft die Pronomen wie „du“ und „ich“. Manche wiederholen auch wie ein Echo das, was gerade zu ihnen gesagt wurde (sogenannte Echolalie). Beim Asperger-Syndrom finden sich diese Auffälligkeiten nur selten. Meistens lernen die Betroffenen früh und schnell, fließend zu sprechen. Dennoch gibt es manche Besonderheit: Asperger-Autisten entwickeln zum Beispiel manchmal eigene fantasievolle Worte und Wendungen, zum Beispiel „Augenwasser“ für Tränen. Das nennt man **idiosynkratischer Wortgebrauch** (übersetzt in etwa „Eigenmischung“ von Worten).

Typisch für Autismus aller Arten ist eine besondere Art der **Reizverarbeitung**, das bedeutet eine ungewöhnliche Wahrnehmung und Verarbeitung von Sinnesindrücken, zum Beispiel von Geräuschen, Gerüchen und Berührungen. Zur besonderen Wahrnehmung gehört auch, dass Autisten sich meist auf kleine Einzelheiten, auf „Details“, konzentrieren. Eigentlich ist das eine positive Begabung. Das Problem ist aber, dass diese „Detailfokussierung“ oft zulasten der Fähigkeit geht, eine Situation im Ganzen zu überblicken. Man nennt das eine **mangelnde zentrale Kohärenz**, das heißt, Einzelheiten werden gesehen, aber nur für sich und

nicht im Zusammenhang miteinander (sie werden als nicht „kohärent“, also als nicht zusammenhängend wahrgenommen).

Die mangelnde Kohärenz kann nicht nur die Wahrnehmung, sondern auch das Verhalten erschweren. So sprechen Psychologen von einer Störung der exekutiven Funktionen, wenn jemand nicht gut in der Lage ist, Dinge voranzuplanen, etwa weil er oder sie entsprechend einer mangelnden zentralen Kohärenz nicht in der Lage ist, eine Situation zu überschauen. Fällt es dir manchmal schwer aufzuräumen, weil du einfach nicht weißt, wie du am besten vorgehen sollst, ob es besser ist, zuerst die Bücher, dann die Kleidung, dann die Stofftiere wegzuräumen oder umgekehrt? Das gehört genau hierhin.

Nicht immer liegt allein eine autistische Störung vor. Manchmal ist sie begleitet von weiteren Besonderheiten oder Krankheiten. Das können zum einen positive Dinge sein wie eine Hochbegabung, also eine besonders hohe Intelligenz, oder ein fotografisches Gedächtnis, das heißt die Fähigkeit, sich Gesehenes haargenau* zu merken und dadurch zum Beispiel Bilder ganzer Städte genau aus dem Gedächtnis nachzeichnen zu können. Es können aber auch negative Dinge sein, zum Beispiel häufig auftretende Angst oder Konzentrationsprobleme wie bei der sogenannten Aufmerksamkeitsdefizitstörung, die außerdem manchmal mit Hyperaktivität, also vor allem einem besonderen Bewegungsdrang, verbunden ist (AD[H]S). Auch eine besondere Empfindlichkeit, etwa gegenüber Nahrungsmitteln (Allergien, Unverträglichkeiten), kommt vor. Das sind alles keine Merkmale speziell des Autismus, aber sie begleiten ihn oft. Man spricht dann von **Komorbiditäten**.

Warum aber werden manche Menschen autistisch und andere nicht?

So genau weiß man das heute noch nicht. Früher nahm man an, die Mütter würden ihre Kinder nicht genug lieben, aber heute weiß man, dass das nicht der Grund ist. Stattdessen haben Wissenschaftler herausgefunden, dass die Gene eine große Rolle spielen. Gene enthalten Informationen darüber, wie ein Mensch später einmal sein wird, also zum Beispiel ob er blonde oder schwarze Haare haben wird. Gene werden von Eltern, Großeltern, Urgroßeltern usw. vererbt. Daher haben viele Autisten weitere autistische Verwandte. Das Auffinden eines „Autismusgens“ oder mehrerer „Autismusgene“ ist bisher allerdings nicht gelungen. Forscher gehen daher davon aus, dass noch weitere Umstände hinzu kommen müssen, damit jemand autistisch wird, etwa eine Erkrankung im Säuglingsalter oder eine Abweichung im Hormonsystem.

Eine einzige Antwort auf die Frage, warum jemand autistisch wird und ein anderer nicht, gibt es bis heute nicht. Vielleicht findet man sie auch nie. Die Erscheinungsformen des Autismus sind zu unterschiedlich: Auf der einen Seite gibt es

geistig schwer behinderte Betroffene, die nie in ihrem Leben selbstständig leben können. Auf der anderen Seite stehen hochbegabte Autisten, die von ihrer Umgebung vielleicht als etwas ungewöhnlich wahrgenommen werden, aber geniale Leistungen in der Wissenschaft vollbringen. Und es gibt ganz viele, die irgendwo dazwischen liegen.



Zum Weiterlesen

Bücher

- Attwood, T. (2022): Das Asperger-Syndrom. 5. Aufl. TRIAS, Stuttgart
- Attwood, T. (2019): Leben mit dem Asperger-Syndrom: Von Kindheit bis Erwachsensein – alles was weiterhilft. 3. Aufl. TRIAS, Stuttgart
- Hofmann, A. (2013): Menschen mit Meer. Kleine Wege, Nordhausen
- Schreiter, D. (2014): Schattenspringer: Wie es ist, anders zu sein. Panini, Stuttgart

Kapitel

1

Wahrnehmung

1.1 Wahrnehmung -

Warum ist alles so laut?

1.2 Gefühle - Wie erkenne und zeige
ich sie?

1.1 Wahrnehmung - Warum ist alles so laut?

„Eine Überempfindlichkeit ist einfach auf allen Gebieten da. Ich kann ein wenig zu viel hören und zu viel sehen, aber die Sinnesorgane sind o. k. Einfach innen geht alles durcheinander. [...] Die Lautstärke und das Durcheinander sind einfach unzumutbar.“

Birger Sellin

Autistische Störungen äußern sich, wie du im Kapitel „Autismus“ lesen kannst, sehr unterschiedlich. Es gibt Betroffene, die geistig behindert sind und nie alleine leben können. Und es gibt andere, die auf ihre Umgebung, auf Freunde und Familie vielleicht „merkwürdig“ oder „still“ wirken. Aber sie besuchen wie alle anderen Kinder auch eine normale Schule, studieren oder machen eine Ausbildung. Trotz dieser Unterschiede haben alle Autisten eine Gemeinsamkeit: eine besondere Wahrnehmung der Welt, wie zum Beispiel Birger Sellin sie im obigen Zitat beschreibt. Autisten scheinen die Welt anders wahrzunehmen als Nichtautisten. Genauer gesagt läuft bei Menschen mit Autismus vermutlich die „Reizverarbeitung“ ein bisschen anders ab, also das „Sortieren“ von dem, was täglich auf das Gehirn einwirkt. Von Musik bis zum Signal „Ich habe Bauchschmerzen“.

Was ist eigentlich „Wahrnehmung“? Wahrnehmung setzt sich aus verschiedenen Sinnen zusammen: **Sehen, Riechen, Hören, Schmecken** und **Tasten** beziehungsweise **Fühlen**. Für jeden Sinn ist ein Organ zuständig – die Augen fürs Sehen, die Nase fürs Riechen, die Haut fürs Tasten. Fürs Schmecken ist der Mund beziehungsweise die Zunge zuständig, und die Ohren regeln gleichzeitig das Hören sowie den Gleichgewichtssinn.

Bei manchen Menschen funktioniert eines der Organe nicht richtig oder gar mehrere. Dann sind sie blind oder taub und ihre Wahrnehmung ist verändert. Die Wahrnehmung kann aber auch dann anders funktionieren, wenn alle Organe vollkommen gesund sind. Denn zur Wahrnehmung gehört nicht nur, dass man einen Reiz spürt, etwa einen Geschmack oder eine Berührung, sondern der Reiz muss auch ins Gehirn geleitet und dort richtig verarbeitet werden. Genau hier liegt vermutlich ein Problem beim Autismus.