



GesundheitsMosaik

Der unsichtbare Autismus

Asperger-Autisten haben Schwierigkeiten, Körpersprache oder Mimik so wahrzunehmen wie andere. Doch meist lernen sie, diese Defizite zu kompensieren. Aber auch ihren Mitmenschen ist es möglich, das Miteinander mit Betroffenen harmonischer zu gestalten, wenn sie sich an einige Regeln halten.

Autismus ist nicht heilbar. Die Symptome lassen sich aber durch Erziehung, Bildung und Therapie positiv beeinflussen. Die Ursachen dieser Entwicklungsstörung sind bis heute nicht geklärt. Experten machen die Gene dafür verantwortlich: Autismus ist vererbbar. Gemäss des Vereins «Autismus Deutsche Schweiz» zeigen neuere Untersuchungen eine Häufigkeit von eins zu 100, dass ein Mensch betroffen sein kann. Es sind acht Mal so viele Jungen und Männer darunter wie Mädchen oder Frauen.

Asperger ist eine milde Ausprägung aus dem Autismus-Spektrum. Es handelt sich sozusagen um Autismus Light. Während Autisten oft ein Leben lang Betreuung benötigen, schaffen es Asperger-Patienten in der Regel, ihren Alltag auf eigene Faust zu meistern. Bekannteste Beispiele aus Film und TV sind die Figur des Dr. Sheldon Cooper aus der Serie «Big Bang Theory» oder Ben Affleck, der gerade im Kino zu sehen war als autistischer Buchhalter von gefährlichen Unterweltorganisationen.

Asperger-Autisten besitzen oft Spezialbegabungen, können nicht genug kriegen von Technik, Mathematik und Naturwissenschaft. Ihre Umgebung nimmt sie jedoch als Sonderlinge wahr.

Nicht gestört, sondern anders

Denn sie haben Probleme, soziale Kontakte zu knüpfen und tun sich schwer, Mimiken oder gar Gesichter zu erkennen. Sie haben Schwierigkeiten damit, ihre Emotionen so zu äussern und die Gefühle anderer so zu erkennen, wie es ihre Mitmenschen tun. Stirnrunzeln, Lächeln oder das Erheben der Stimme müssen sie sich regelrecht antrainieren. Schnell fühlen sie sich reizüberflutet. Ihr Alltag muss genau geordnet sein.

Das kann unter Umständen zu Ausgrenzung in der

Schule oder im Beruf führen. Also entwickeln sie Anpassungs- und Tarnstrategien, um andere möglichst wenig vor den Kopf zu stossen. Sie zwingen sich dazu, den Augenkontakt im Gespräch zu halten. Sie nehmen sich vor, lange Vorträge über ihre nerdigen Spezialinteressen zu unterlassen. Und unterdrücken Äusserungen, die Nicht-Autisten vielleicht weniger gut verarbeiten können, etwa freierherzige Kritik oder unangenehme Wahrheiten, die ja für die Mehrheit nicht der Lüge fähigen Autisten kein Problem darstellen. Zur täglichen Überlebensstrategie gehört es auch, Rückzugsmomente einzuplanen, denn sie schöpfen ihre Kraft aus dem Alleinsein und aus immer gleichen Ritualen.

Vielen Zeitgenossen ist gar nicht bewusst, was das Asperger-Syndrom ist und warum sich Menschen mit dieser Entwicklungsstörung anders verhalten.

Sensibilisierung auf das Thema trägt zur besseren Verständigung bei. Ganz wichtig ist es, Grenzen zu respektieren. Viele Asperger-Autisten können Körperkontakt nicht ertragen. Auch können sie weniger gut mit Wut umgehen. Ihnen Freiraum und Ruhe bei einer Wutreaktion zu lassen, hilft. Auch sollte man realistische Erwartungen an emotionale Reaktionen haben. Wenn ein Asperger-Autist einen Traurigen nicht tröstet, heisst das nicht, dass er sich nicht sorgt. Hilfreich ist des Weiteren eine klare, nicht irreführende Sprache. Um Hilfe darf durchaus direkt gebeten

werden, denn Autisten sind überaus hilfsbereit. Vorsicht walten zu lassen gilt es bei Witzen und Sarkasmus. Und zu guter Letzt, aber nicht abschliessend: Wer die Interessen, Hobbys und Talente eines Autisten findet, erobert darüber am ehesten sein Herz. **sb**



Autor: sb
Kreuzlinger Zeitung
9320 Arbon
tel. 071 447 83 83
www.kreuzlinger-zeitung.ch

Auflage 23'500 Ex.
Reichweite n. a. Leser
Erscheint woe
Fläche 44'863 mm²
Wert 1'600 CHF

Auf einen Blick

asperger-autismus.ch

Die Internetseite der selbst mit Asperger diagnostizierten Webmasterin versammelt Nützliches für Eltern und Interessierte, Autisten und Nicht-Autisten.

www.autismus.ch

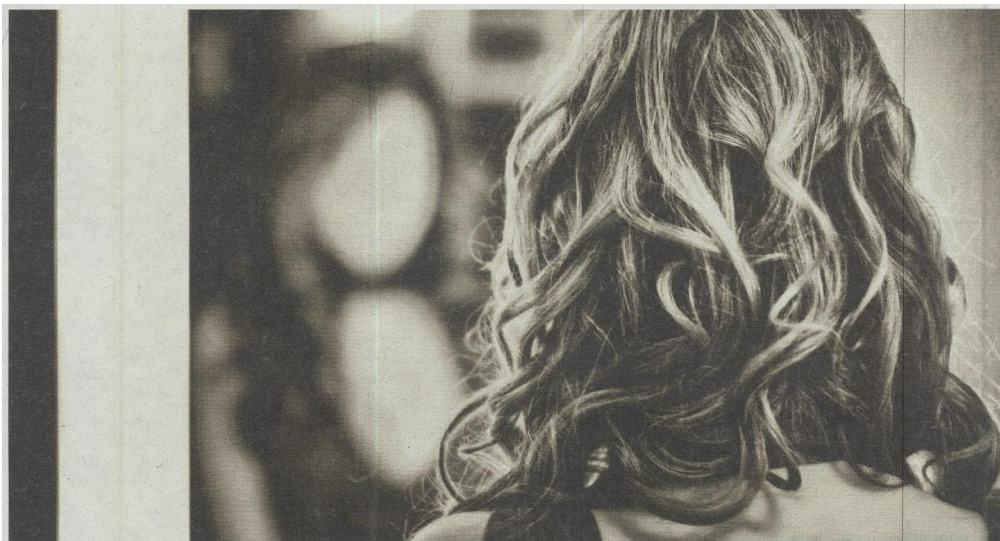
Autismus Deutsche Schweiz ist die grösste Non-Profit-Organisation zum Thema Autismus in der Schweiz.

autismushilfe.ch

Die Autismushilfe Ostschweiz bietet einen monatlichen Aspergertreff in St. Gallen und unter anderem Elterngruppen in Wil, Buchs und St. Gallen. an.

www.begabung-plus.ch

Monika Dudler bietet in Kreuzlingen individuelle, an die Bedürfnisse der Kinder angepasste Förderung an. Sie arbeitet auch mit Asperger-Kindern.



Weil sie sich keine Gesichter merken könne, entwickeln Asperger-Patienten Strategien, um dies zu überspielen, etwa das Erkennen von Menschen an Kleidung oder Stimme. Bild: Lara Dengs/pixelio.de