

# «Das Gefühl war unerträglich»

**Autismus** Diana Bühler ist Autistin, der Alltag ist für sie ein ständiger Kampf. Jedes Gespräch macht sie müde, und manchmal klingt Deutsch in ihren Ohren wie die Sprache von Ausserirdischen.



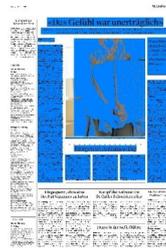
Nach dem Zügeln musste sich die St. Galler Autistin ein halbes Jahr lang erholen.

Bild: Getty

Hauptausgabe

St. Galler Tagblatt  
 9001 St. Gallen  
 071 227 69 00  
 www.tagblatt.ch

Medienart: Print  
 Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
 Auflage: 30'384  
 Erscheinungsweise: 6x wöchentlich



Seite: 21  
 Fläche: 71'816 mm²

Auftrag: 3005687  
 Themen-Nr.: 536.013

Referenz: 73054423  
 Ausschnitt Seite: 2/3

## Roger Berhalter

roger.berhalter@tagblatt.ch

Das Zügeln war am schlimmsten. «Danach ging gar nichts mehr», erinnert sich Diana Bühler. Erst einmal in ihrem Leben ist die 22-Jährige gezügelt, und danach musste sie sich ein halbes Jahr davon erholen. «Ich war nicht mehr funktionsfähig. Ich fühlte mich wie ein Browser, der zu viele Tabs offen hat und abstürzt.»

Bühler leidet an Autismus. Der Alltag ist für die St. Gallerin ein ständiger Kampf. Was gesunden Menschen leicht fällt, ist für die Autistin eine Riesenanstrengung. «Ich bin sehr reizempfindlich und ständig überfordert. Ich muss mich täglich dazu zwingen, aktiv zu werden.» Und sie muss sich ihre Energie gut einteilen. Ob es ein Treffen mit einer Freundin ist oder ein Tag im Büro: Danach braucht sie Ruhe. Manchmal ist sie so müde, dass sie keinem Gespräch mehr folgen kann. «Dann wird Deutsch zur Aliensprache», beschreibt sie diesen Zustand.

### 22 Jahre lang gelernt, normal zu sein

Im Gespräch mit der zierlichen Frau würde man nie vermuten, dass sie Autistin ist. «Das ist auch das Ziel, immerhin habe ich jetzt 22 Jahre lang gelernt, wie man sich normal verhält», sagt sie und lacht. Viele in ihrem Umfeld wüssten nichts von ihrer Einschränkung, und das soll auch so bleiben. Deshalb möchte Bühler

ihren richtigen Namen nicht nennen und sich für die Zeitung auch nicht fotografieren lassen.

Auch sie selber wusste lange nicht, dass sie Autistin ist. Sie ging zunächst normal zur Schule. «Niemand hat mir etwas angemerkt.» Wobei es im Rückblick durchaus Anzeichen gegeben habe. Als Baby zum Beispiel ass sie nur eine einzige Breisorte. Kartoffeln und Rüebli, etwas anderes ging nicht. Und später, als Kind, wenn ihre Schuhe nicht exakt gleich gebunden waren, riss sie sich weinend wieder von den Füßen. «Das Gefühl des unterschiedlichen Drucks war unerträglich.»

Doch sie passte sich an und lernte, sich auf andere Menschen einzustellen. «Ich dachte, es sei

**«Dann fühle ich mich wie ein Browser, der zu viele Tabs offen hat und abstürzt.»**

## Diana Bühler

Autistin

normal, dass man über Witze lacht, obwohl man sie nicht versteht.» Humor, Ironie, zwischenmenschliche Kontakte: Damit ha-

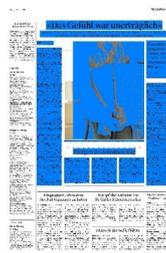
ben viele Autisten Mühe. Auch Bühler sagt trocken: «Hätte ich keine Freunde, wäre das nicht schlimm.»

### Die Arbeit mit Pferden tut gut

Ihre Diagnose bekam sie erst spät, mit 18 Jahren. Sie half damals in einem Pferdestall in Mörschwil aus. Nach Depressionen, Schlafproblemen und zwei stationären Aufenthalten in der Psychiatrie hatte sie die Fachmittelschule abbrechen müssen. Die Arbeit mit Pferden hingegen tat ihr gut, und endlich wusste sie, was mit ihr los war. Auch für ihre Eltern sei die Diagnose Autismus eine Erleichterung gewesen. «Sie mussten sich nicht mehr fragen: Was haben wir falsch gemacht?»

Inzwischen hat sich die 22-Jährige mit ihrer Einschränkung abgefunden. «Autismus ist nicht etwas, das besser wird. Man kann es nicht heilen.» Statt sich wie früher darauf zu konzentrieren, dass «es» besser wird, achtet sie heute stärker auf ihre Bedürfnisse, zieht sich öfter zurück. Jetzt ist sie auf bestem Weg, in einem Beruf Fuss zu fassen; derzeit absolviert sie eine kaufmännische Lehre in St. Gallen.

Manchmal kann sie dem Autismus sogar Gutes abgewinnen. «Ich achte bei Menschen überhaupt nicht aufs Aussehen und verstehe nicht, wenn jemand abschätziges Bemerkungen über andere macht.» Vorurteile kenne sie nicht: «Ich bin sehr tolerant.»



# Morgen ist Autismus-Tag

**Veranstaltungen** Am morgigen 2. April ist Weltautismustag. Bis Samstag finden im Rahmen einer Autismuswoche mehrere Anlässe in St. Gallen statt, organisiert vom Verein Autismushilfe, mit Unterstützung der Fachstelle Autismushilfe Ostschweiz. Die Woche startet morgen Dienstag, 18 bis 19.30 Uhr, mit einem öffentlichen Aspergertreff in der Denkbar an der Gallusstrasse 11. Am Mittwoch findet eine ganztägige Veranstaltung mit dem Titel «Frauen mit Autismus – schwierige Lebenssituationen, Krisen und Herausforderungen» an der Wassergasse 18 statt (Anmeldung unter [info@autismushilfe.ch](mailto:info@autismushilfe.ch) oder 0712225454). Ebenfalls am Mittwoch, 18 bis 19.30 Uhr, sind in der Denkbar Geschichten von Autisten zu hören. Am Donnerstag, 19 bis 21.30 Uhr, schildert der Psychologe und Autist Matthias Huber an der Wassergasse seine «Überlegungen zum Thema Autismus» (Anmeldung erforderlich). Am Freitag, 19 bis 21 Uhr, endet der öffentliche Teil der Autismuswoche mit einer Vorführung des Films «Adam» an der Wassergasse 18. (rbe)

.....  
**Hinweis**  
[www.autismushilfe.ch](http://www.autismushilfe.ch)