

Was ist Autismus

Als Autismus wird eine tiefgreifende Entwicklungsstörung des Gehirns bezeichnet. Als Spektrum Störung weist sie ein weites Spektrum der Ausprägung und der Intensität auf.

Sie gilt als Behinderung, aber wie ein mitbetroffener es nennt:

„Ich bin nicht behindert; ich werde behindert!“

Die normalen Menschen werden als neuro-typisch oder NT bezeichnet. Von den Normalen geht die Intensität fließend über zu den schweren Fällen welche oft nicht sprechen können und nur geistesabwesend in der Ecke sitzen und den Kopf gegen die Wand schlagen. Die leichteren Fälle, welche oft nur schwer von den Normalen abzugrenzen sind, werden auch nach ihrem Entdecker Asperger Syndrom oder hoch funktionaler Autismus genannt. Die schwereren Fälle werden schon in der Kindheit erkannt und auch als frühkindlicher oder Kanner-Autismus bezeichnet. Wobei der natürlich im Alter nicht wieder weg geht.

Bei Autismus besteht ein Ungleichgewicht der Fähigkeiten und der Kommunikation zwischen verschiedenen Fähigkeiten. So wird berichtet, dass ein Autist nicht sprechen lernte. Die Fähigkeit auf der Schreibmaschine Texte zu verfassen konnte er erwerben. Anschließend konnte er diese Texte auch vorlesen. Er muss zum Sprechen immer über den Umweg des Schreibens und Lesens gehen. Der direkte Weg blieb ihm verschlossen. Diese Wege müssen aber erst gefunden werden. Leider werden aber viele Autisten als dumm und entwicklungsresistent angesehen, weil kein Zugang zum reichhaltigen Innenleben gefunden wurde. Oder würden Sie Stephen Hawking als dumm bezeichnen? Sie wissen schon, der Professor mit Muskelschwäche im Rollstuhl, der mit Computerstimme regungslos Vorträge über schwarze Löcher und den Kosmos hält. Ohne seinen Sprachcomputer würde er in irgend einem Pflegebett in seiner Windel von der Welt vergessen werden und niemand wüsste, dass er kein nutzloser Idiot ist, sondern den gesamten Kosmos im Kopf hat. Die einzige Ansprache wäre nicht im Hörsaal sondern von einer demotivierten Pflegekraft über Happa Happa sowie Kacka Kacka.

Die Ausprägung der jeweiligen Fähigkeiten ist dabei bei jedem Asperger unterschiedlich und kann sich auch im Laufe des Lebens ändern. Aber wie bei einer zu kleinen Bettdecke: wenn man die Füße warm haben will, wird was anderes dafür kalt.

Bei Intelligenztests fällt auf, dass die verschiedenen Bereiche des Tests stark unterschiedliche IQ Werte ergeben. Da aber immer nur der Endwert als Durchschnitt aller Fähigkeiten angeschaut wird, fällt dem Tester hier oft nichts auf. Ich hatte da immer einen ganz durchschnittlichen IQ-Wert. Als ich mal einen in der Schule selbst genauer auswertete kam bei Kopfrechnen aber ein IQ von 60, also lebensunfähig und bei Zusammenhänge erkennen 140, also Genie heraus. Im Schnitt also wieder eine durchschnittliche 100. Da wusste ich aber damit noch nichts anzufangen. Außerdem misst ein Intelligenztest nur die Fähigkeit wie gut man Intelligenztests ausfüllen kann. Und die alternativen Antworten kann man auch nirgends eintragen, weil der Testersteller nie auf die Alternativen gekommen ist.

Ich möchte es mit einem Tisch mit vielen Gläsern für die einzelnen Fähigkeiten vergleichen. Bei den Normalen sind alle Gläser etwa halb voll. Bei Intelligenzbestien sind alle Gläser etwas voller. Bei Autisten sind alle Gläser unterschiedlich voll. Da gibt es ein leeres Glas für das Schuhe zubinden und dafür ein ganz volles Glas für höhere Mathematik. Bei Savants werden dann die vollen Gläser auch noch aufeinander gestapelt und sie lernen das Telefonbuch von New York auswendig oder können aus der Erinnerung Rom zeichnen und zwar mit der korrekten Anzahl aller Fenster, Antennen und Kamine. Manche überdurchschnittliche Fähigkeiten können im Leben nützlich eingesetzt werden, andere erscheinen sinnlos aber faszinierend. Leider fehlt bei Arbeitgebern oft der Wille jemanden so zu nehmen wie er gerade ist.

So gibt es eigentlich auch keine Ausschlusskriterien. Oft hört man von Ärzten der Patient ist kein Autist, er kann doch sprechen... Leider ist der Bildungsstand bei den meisten Ärzten lückenhaft und an erwachsene Autisten trauen die meisten sich gar nicht heran. So werden die leichteren Formen

oft nicht erkannt oder als AD(H)S, Borderline oder sonst was asoziales diagnostiziert. Ich habe 40 Jahre gebraucht um herauszufinden warum ich so seltsam bin. Oder alternativ warum die Welt mir so seltsam und unvernünftig erscheint.

Es gibt unterschiedliche Zahlen. Früher wurde von etwa einem Autisten auf 5000 Normale gesprochen. Neuere Schätzungen sprechen von einem von 100. Es scheint also gerade eine Epidemie zu geben. Zum Vergleich: Bei etwa einem von 5000 bis 100 Neugeborenem lässt sich keine eindeutige Geschlechts-Bestimmung durchführen. Auch hier sind die Schätzungen sehr unterschiedlich. Meist schneidet man einfach ab was hervorsteht und zieht es als Mädchen auf. Leider nehmen sich in den folgenden 40 Jahren etwa die Hälfte der falsch zugewiesenen „Mädchen“ das Leben. Die diversen Geschlechtsaspekte werden etwa in der 6.- 14.

Schwangerschaftswoche festgelegt. Vorher sind wir beides und deshalb haben auch alle Menschen Brustdrüsen. Das Geschlechtsempfinden des Gehirns sollte tunlichst zu dem passen was anderswo rumbaumelt. In allen Phasen der Geschlechts-Differenzierung können Fehler auftreten. Mit Zwang, Skalpell oder Erziehung ist an der Geschlechtsidentität dauerhaft nichts mehr zu ändern. Allerdings ist auch die Geschlechter-spezifische Entwicklung des Gehirns großen Variationen unterworfen, so dass die Variationen innerhalb eines Geschlechts größer sind als die Unterschieden zwischen den Geschlechtern und so jeder Mensch ein Sammelsurium von weiblichen und männlichen Aspekten darstellt, welche manchmal auch zwischen den Geschlechtern oder im anderen Geschlecht enden kann. Auch hier gibt es nicht nur zwei Zustände sondern ein Spektrum mit allen Zuständen dazwischen.

Auch die echte Gluten-Unverträglichkeit, die Zöliakie wird mit etwa 1 von 100 angegeben. An den Absatzzahlen der glutenfreien Produkten lässt sich das nicht ablesen. Die Anderen haben meist eine Unverträglichkeit gegen bestimmte schwerverdauliche Zucker im Getreide (FODMAPs). Diese bleiben bei den heutigen Turbo-Brotmischungen weitgehend erhalten. Erst nach mindestens 4 Stunden Gehzeit wird ein Großteil der FODMAPs abgebaut.

Auch mehr Männer als Frauen scheinen von Autismus betroffen. Allerdings sind Mädchen krampfhaft bemüht sich in die Gruppe zu integrieren und nicht aufzufallen, so dass hier eine höhere Dunkelziffer zu erwarten ist. Später werden dann Auffälligkeiten auf die Periode geschoben, oder dass es halt Frauen sind... Nachdem nun aber genauer hingeschaut wird, werden immer mehr Frauen gefunden, so dass das Verhältnis immer kleiner wird. Auch immer mehr Erwachsene werden nun, da man genauer hinschaut, und das Phänomen bekannter wird, nachträglich als Asperger erkannt. Da der Druck in der Arbeitswelt immer weiter steigt, können die Asperger irgendwann nicht mehr kompensieren und fallen massiv auf.

Die Ursachen sind unklar oder umstritten. Früher ging man davon aus, dass die Mutter das Kind nicht genug geliebt hat. Das mag stimmen, wenn Sie Ihr Baby im Keller eingemauert haben und nur über einen Schlauch ernähren. Nur bei einem kleinerem Teil können Krankheiten als Ursachen gefunden werden. Auffällig ist, dass in den meisten Fällen andere Familienmitglieder auch geistige Auffälligkeiten aufweisen. Eine genetische Vererbung über viele verschiedene Genabschnitte macht die Forschung aber kompliziert. Bei mir scheint es von meines Vaters Seite zu kommen. Als Impfschaden konnte bisher kein Autismus nachgewiesen werden. Alkoholkonsum in der Schwangerschaft bewirkt auch Gehirnschäden, welche vereinzelt als Autismus diagnostiziert werden können. Auf frühkindliche Darmprobleme durch Antibiotika gibt es Hinweise. Hier zeigen normal erscheinende Kleinkinder nach häufiger Antibiotikagabe plötzlich starke autistische Symptome. Als Wirkmechanismus wird hier die Förderung von resistenten Clostridium Difficile Bakterien durch die Vernichtung der restlichen Darmflora angenommen. Diese Darmbakterien sondern Gifte ab welche zu Durchfall und bei Kleinkindern offenbar zu permanenten Störungen der Gehirnentwicklung führen. Eine Gabe von Vankomycin welches die Clostridien noch dezimiert zeigte hier ein vorübergehendes Verschwinden des Autismus.

Autismus ist keine Krankheit und ist nicht heilbar. Eine Verbesserung ist durch langwieriges, motiviertes Lernen, Erfahrung, Verständnis und Anpassung an die Stärken möglich. Druck Stress

und Bestrafung verschlimmern alles. Manche „Therapien“ über Dressur mit negativer Verstärkung oder Chlorreiniger zerstören mehr als sie nutzen. Die Selbstmordrate ist deshalb bei Autisten erheblich höher als bei der normalen Bevölkerung.

Autisten funktionieren einfach anders als normale Menschen. Autisten möchte ich mal mit Schrauben vergleichen. Nun Schrauben funktionieren eigentlich ganz gut. Sie sind auch Nägeln überlegen, aber man muss den passenden Schraubenzieher haben. Normale Menschen sind Nägel und Vorgesetzte haben nur einen Hammer. Auf alles was rausschaut wird einfach solange eingedroschen bis es weg ist. Wenn die aber mal eine Schraube erwischen ist die übliche Vorgehensweise für beide Parteien sehr unbefriedigend.

Auch die Ausdauer ist unterschiedlich. Wenn ein normale Mensch eine Kerze anzündet um zu arbeiten, geht bei einem Autisten gleich ein ganzer Christbaum an. Es wird viel mehr beleuchtet und geschafft als durch die bloße Betrachtung der Brennzeit zu vermuten ist. Allerdings ist der Verbrauch an Kerzen (Energie) erheblich größer und es braucht mehr Zeit bis alle verbrauchten Kerzen wieder ersetzt sind. Auch sind die Kerzen nicht gleich wieder aus wenn der Christbaum erst mal brennt. Mein Chef wollte mir nie glauben, dass das so ist und ich nach 7 Stunden schon ausgebrannt bin. Er war ja auch von 9 Uhr morgens bis 10 Uhr abends da. Dass er alle halbe Stunde eine Raucherpause machte hat er verdrängt und sein Missfallen geäußert, wenn ich ein mal die Woche mich eine halbe Stunde den Büropflanzen gewidmet habe. Leider hatte diese Überforderung seinen Preis und meine Leistungsfähigkeit sank im Laufe der Jahre immer weiter ab.

Auch die Umgebungsbedingungen sind für einen Autisten wichtiger als für normale Menschen. Da die Wahrnehmungsfilter meist schlechter funktionieren verpufft ein großer Teil der Konzentration dabei, schwatzende, telefonierende, kaffeetassenklappernde oder sich bewegende Kollegen auszublenden. Nun weiß ich, dass ich besser nicht in einem Großraumbüro gearbeitet hätte. Andererseits gehe ich nicht mit den Scheuklappen der normalen Menschen durchs Leben. Früher habe ich häufiger Geld auf der Straße gefunden. Heute sehe ich hauptsächlich Batterien und Kaffeebecher herumliegen.

Falls Sie eine Liste mit allen möglichen Marotten eines **Asperger Autisten** brauchen möchte Ich Ihnen die Fernsehserie The Big Bang Theorie und Jounng Sheldon auf Pro7 empfehlen. Der Protagonist Doktor Sheldon Cooper hat alle möglichen Macken die ein Asperger Autist haben kann. Falls Sie mehr als 3 dieser Macken auch bei sich wiedererkennen dann sind Sie vermutlich auch einer. Willkommen! In der Realität hat natürlich niemand alle Macken gleichzeitig. Auch Sheldon hat keine Ahnung warum er so schwierig ist. Seine Mutter hatte ihn doch erfolglos testen lassen. Offenbar ein weiteres Symptom des Asperger Autismus. Hier ein paar weitere Highlights:

- Er sagt immer die Wahrheit die keiner hören will: Laut Schulordnung ist der Oberlippenbart seiner Lehrerin nicht erlaubt! (Young Sheldon; Erster Schultag).
- Er kann nicht Auto fahren, besteht aber auf dem ihm zustehenden Parkplatz.
- Er sitzt immer am gleichen Platz und wenn ihn jemand fragt warum, gibt's einen 5 min Vortrag.
- Er flippt aus, wenn der chinesische Donnerstag mit dem Pizza Mittwoch vertauscht wird.
- Das gleiche Gericht muss immer vom gleichen Laden sein. Da der China-Laden schon vor Jahren zu gemacht hat, haben seine Freunde alle restlichen Kartons aufgekauft und füllen vorbeugend das Essen um, damit Sheldon nichts merkt und ausflippt. Bei manchen geht es soweit, dass jegliche Nahrung außer Grießbrei für mehrere Jahre verweigert wird.
- Um Sicherheit zu bieten gibt's 50 seitige Mitbewohner- und Beziehungs-Rahmen-Vereinbarungen mit monatlichen Katastrophenübungen. Für den unwahrscheinlichen Fall dass Kannibalismus notwendig wird, ist eine feste Reihenfolge vertraglich vereinbart.
- Kontakte zum anderen Geschlecht sind nicht zwingend und gestalten sich anders als

erwartet.

- Witze und Ironie funktionieren nicht zuverlässig.
- Aufforderungen werden wörtlich genommen: Kannst du das Fenster schließen? Ja (ich bin fähig dazu). Machst du das Fenster zu? Nein (ich sitze hier gerade und schreibe ein Buch). Schließt du bitte das Fenster? Ja (ich mache es wie gewünscht).
- Einsilbige Antworten, da es sich nicht lohnt alles zu erklären oder die Worte, oder die Aufmerksamkeit für ausführlichere Antworten fehlen.
- Mimik und Emotionen sind unverständlich, Empathie mangelhaft.
- Das Gedächtnis ist überdurchschnittlich, fotografisch aber selektiv.
- Sinnloser Krimskrams wie alle benutzten Zahnbürsten oder kaputten Computer werden aufgehoben.
- Sachen werden sortiert und kategorisiert (Gewürze nach Kontinent, Region, Samengröße...).
- Alles wird ordentlich beschriftet: Gabel, Löffel, Socken, Hosen...
- Obskures Wissen und Spezialgebiete werden ausgiebig erforscht und führen zu Monologen.
- Er hat immer die gleiche Kleidung an. Eventuell unpassend wie T-Shirt im Winter, Mütze im Sommer. Natürlich in mehrfacher Ausfertigung.
- Irrationale Ängste, Abneigungen und Phobien (Keime, Körperkontakt, Hunde, Vögel, Texturen wie die Haut von Pfirsichen, Muster wie gepunktete Stoffe, Lärm, Geräusche, Menschen, alle Arten von Gewässern...).
- Empfindlichkeit auf Licht, Lärm und Gerüche.
- Überraschende und ungewöhnliche Lösungen für alltägliche Probleme (Wenn der Ausgießer der Milchtüte oben ist spuckt sie nicht. Steinobst äquatorial aufschneiden erleichtert die Steinentfernung).
- Es gibt Regeln und Rhythmen. Der Bedarf von Spontanität muss vorher angekündigt werden. "Die beste Überraschung ist die, die drei Tage im Vorraus angekündigt wird!"
- Seltsame Sprechweisen, Laute, Körperhaltungen und Bewegungen wie flatternde Hände beim Laufen.
- Zwangshandlungen wie dreimaliges klopfen im Wechsel mit dreimaligem rufen des Namens.
- Erfinden neuer Worte wie Bazinga.
- Freundschaften werden nicht gesucht. Man kommt besser alleine zurecht und nimmt andere Menschen einfach hin, solange es nicht zu viele auf einen Haufen sind. Andere Menschen werden eher als Stolper-Steine im Weg wahrgenommen.
- Die Sprachentwicklung ist bei Asperger normal, aber der Wortschatz ist größer und wirkt erwachsener als bei anderen Kindern. Oft klingt sie aber roboterhaft monoton und auswendig heruntergeleiert oder falsch betont und nicht richtig durch Gesten unterstützt.
- Mit gleichaltrigen Kindern wird wenig Kontakt aufgenommen, sondern eher mit Erwachsenen.
- Tätigkeiten müssen einen Sinn ergeben. Wenn ein sinnvolles Ziel gewählt wurde, wird dieses mit wenig Rücksicht auf eigene oder fremde Verluste erreicht.

- Überreden funktioniert nicht, Überzeugen schon.

Offenbar sind auch andere Auffälligkeiten gehäuft wie ein Magnesiummangel (Krämpfe, Schluckauf), Abweichungen im Schlafrhythmus, Gesichtsbildheit (wenn sich jemand die Haare färbt oder eine Brille aufsetzt ist es eine andere Person), Legasthenie (Verdrehen von Wörtern oder Silben, Rechts-Links Probleme), Dyskalkulie (Probleme mit Kopfrechnen), Synästhesie (immaterielle Objekte wie Zahlen oder Töne besitzen zusätzlich individuelle, feste Farben, Muster und Gerüche als Überlagerung zur realen Wahrnehmung).

Die Unterscheidung und Ausprägung von Rechts und Links ist oft schwierig. Ich bezeichne mich immer als beidhändig, was in Formularen nicht aufgeführt ist. Mit Spiegelschrift habe ich keine Schwierigkeiten. Mit Glastüren auf denen Drücken und Ziehen gleichzeitig steht schon, da ich einige Sekunden brauche um zu erkennen welche Information in Spiegelschrift dasteht. Eigentlich wäre es einfacher, wenn man am Ende einer Zeile die nächste einfach wieder zurück lesen könnte, wie es die alten Hetiter praktizierten. Spiegelbuchstaben wie db und qp finde ich schwierig. Auf meine Schulbank schrieb ich mir ein L und ein R, da die Eselsbrücke: „Rechts ist da wo der Daumen links ist!“ nicht half. Nach ein paar Jahren hatte ich es dann endlich gelernt.

Ich sehe meinen Autismus als alternativen Versuch der Evolution an. Die Welt wurde noch nie von den „Was immer Sie meinen, Chef“-Menschen vorangebracht. Die seltsamen Querulanten, die nicht aufgeben bringen die Welt voran! Kaum verlässt man das egozentrische „Hamma imma scho so gmacht“-Weltbild und lässt mal die Sonne in den Mittelpunkt, schon werden die komplizierte spiralen drehenden Planetenbahnen ganz simple Ellipsen. Traurig ist nur, dass schon viel früher mal die Sonne im Mittelpunkt stand bis jemand sich alleine in den Mittelpunkt stellen musste und alle Anderen zwang sich fortan um ihn zu drehen, „Weil ich es sage!“

Wie ich / wir behandelt werden möchte

- Ich will niemanden ärgern oder absichtlich Schaden zufügen. Wir funktionieren anders und sind uns anderer Dinge bewusst als Sie. Wenn Sie unbedingt einen Fehler begehen möchten und über den Rand in die Schlucht springen möchten, dann werden wir Sie darauf aufmerksam machen. Erfahrungsgemäß können Sie die Schlucht nicht erkennen und lassen sich nicht abhalten.
Bitte zwingen Sie uns nicht dazu mitzuspringen. Ich würde lieber die Brücke nehmen. Vielleicht treffen wir uns später wieder und schmettern Ihnen ein: „Ich habs dir doch gesagt!“ entgegen. Sein Sie nicht wieder beleidigt. Es ist einfach so. Wir sind nicht rechthaberisch, wir haben oft einfach recht.
Vielleicht ist das, was für uns eine Schlucht ist für Sie wirklich nicht real. Sagen Sie doch mal einem mit Flugangst, dass Flugzeuge das sicherste Verkehrsmittel sind und wir vermutlich heute nicht sterben werden. Er hat trotzdem Angst davor und würde lieber einen anderen Weg wählen.
- Falls wir einen anderen Weg sehen als Sie, so seien Sie nicht beleidigt. Lassen Sie sich überraschen. Vielleicht ist Ihr Weg wirklich besser. Aber wenn Sie die Alternative gleich abschmettern (Ham ma doch imma scho so gmacht...) und uns daran hindern werden wir es nie erfahren. Natürlich ist es beschämend wenn 5 Menschen 2 Jahre rumoptimieren um 0,5% Verbesserung zu erreichen. Und wir schaffen dann 5% in 2 Tagen und sparen damit monatlich Millionen ein. Wenn man uns dann aus der Firma raus-mobbt, dann erfahren Sie nie was wir den Rest der Woche Ihnen ersparen könnten. (Beispiel von einem Bekannten bei der Chipproduktion) Andere Wege sind unsere große Stärke! Leider ist die Welt durch Ego manen verseucht, welche ihren Erfolg durch den Misserfolg aller Anderen sicherstellen.
- Bitte erklären Sie uns was sie vorhaben und warum. Wir können Ihre Gedanken nicht lesen. Nur so können wir Sie verstehen.

- Bitte fragen Sie uns was wir davon halten oder tun möchten. Entscheiden Sie nicht über unsere Köpfe hinweg wie unser Leben zu sein hat.
- Bitte halten Sie etwas Abstand. Unaufgefordertes Haarewuscheln, Backenkneifen, Umarmungen, Küsschen, mit Spucke das Gesicht waschen oder Händeschütteln ist uns so zuwider wie Weinen, Schreien, Jubeln und sonstige emotionale Entgleisungen.
- Bitte lügen Sie uns nicht an. Wir merken das wenn Sie nur Scheinargumente haben, oder nur dagegen sind weil jemand anderes dafür ist. Sagen Sie einfach wie es ist. Sie wissen es gerade nicht besser und möchten es einfach mal so probieren. Wir können sowas besser akzeptieren als Ihre Lügen.
- Wenn Sie meinen wir machen einen Fehler, dann fragen Sie uns, ob wir diese oder jene Tatsache bedacht haben. Vielleicht waren uns nicht alle Umstände bekannt oder wir nehmen einen Nachteil in Kauf um das Große Ziel für Alle zu erreichen.
- Geben Sie uns Zeit eine Lösung zu finden. „Auch wenn man am Gras zieht, wächst es nicht schneller.“ (fernöstliche Weisheit)
- Halten Sie uns nicht für dumm oder unfähig. Wir brauchen vielleicht noch etwas oder können es Ihnen nicht erklären. Finden Sie einen Weg wie es für uns beide funktionieren könnte.
- Räumen Sie uns einfach die kleinen Steine aus dem Weg, damit wir nicht darüber stolpern. Wenn ich gerade eine Schraube für 10 Cent brauche, dann brauche ich sie. Da hilft es mir nichts, dass das Budget gerade aufgebraucht ist oder dafür gerade niemand zuständig ist und ich auch keine Schraube im Baumarkt besorgen darf, weil es das Formular dafür nicht mehr gibt. Für mich bedeutet diese Schraube gerade den Unterschied zwischen Erfolg und Scheitern. Ich kann diese Schraube gerade nicht ignorieren und auf das göttliche Wunder warten. Sie ist gerade das wichtigste in meiner Welt. Andere nennen sowas Achtsamkeit.
- Wir legen uns Ticks zu um den inneren Druck möglichst schadlos abzubauen. Meist ist es irgendwas rhythmisches wie summen oder Knie-wippen. Ignorieren sie es. Dies ist unser Sicherheitsventil. Wenn sie es unterbinden, brauchen Sie sich nicht zu wundern wenn wir explodieren und jemand oder etwas Schanden nimmt. Nehmen Sie es einfach als Indikator wie es uns geht und handeln Sie danach.