

Wie man Menschen mit autistischen Störungen ihre Beeinträchtigung näher bringt

Wie man autistischen Personen Autismus erklärt

Menschen mit autistischen Zügen Autismus zu erklären ist keine leichte Aufgabe, da es sich bei Autismus um ein sehr komplexes Phänomen handelt. Nicht einmal Experten mit langjähriger Erfahrung auf diesem Gebiet sind sich über die Kriterien des Autismus einig. Wenn selbst Fachleute dieses Phänomen oftmals nicht erklären können, wie sollen wir dann den so leicht zu verwirrenden Menschen mit autistischen Zügen Autismus erklären? Man sollte auf keinen Fall die eigene Unsicherheit auf sie übertragen.

Menschen mit autistischen Störungen verstehen Dinge auf ihre eigene Weise. Häufig verstehen sie die gesprochene Sprache nicht richtig, auch wenn sie selbst eine sehr gute Ausdrucksfähigkeit besitzen. Versucht man mit einer autistischen Person über Autismus zu sprechen, so ist das, als ob man einem Blinden anhand von Zeichnungen und Bildern erklären wollte, was Blindheit bedeutet.

Menschen mit Störungen aus dem autistischen Formenkreis haben insbesondere Schwierigkeiten mit dem Verständnis abstrakter Begriffe. Bei Autismus handelt es jedoch um einen solchen abstrakten Begriff, da die zugrunde liegende Störung nicht sichtbar ist. Es ist sehr schwierig, Autismus zu konkretisieren, jedoch sind konkrete Informationen genau das, was diese Menschen so sehr benötigen.

Autistische Personen denken häufig in Begriffen wie entweder/oder oder schwarz und weiß. Selbst die mit größter Vorsicht formulierte Beschreibung wird wahrscheinlich als eine absolut geltende allgemeine Aussage interpretiert. Sagt man Ihnen beispielsweise, „die Tatsache, dass du eine autistische Störung hast, bedeutet nicht, dass du keine Stärken besitzt“, könnten sie zum Beispiel folgendermaßen interpretieren: „Da ich eine autistische Störung habe, werde ich es nie zu etwas bringen“, jedoch könnte es ebenfalls für sie bedeuten „Ich kann alles“.

Ebenso wie andere beeinträchtigte Personen versuchen sie, ihre Beeinträchtigung zu verbergen und zu kompensieren. Daher ist bei der Beurteilung dessen, was sie wirklich verstehen, höchste Vorsicht geboten. Sehr schnell neigt man dazu, ihr Verständnis zu überschätzen und spricht im Endeffekt über Dinge, die sie nicht begreifen.

Schließlich müssen autistische Menschen, denen gesagt wird, mit ihnen stimme etwas nicht, diese Information – ebenso wie jeder Andere – erst einmal verarbeiten, um damit zurecht zu kommen. Daher reicht ein einziges Gespräch über Autismus nicht aus, denn es handelt sich hierbei um einen komplexen Erklärungsprozess.

Wann?

Es gibt verschiedene Gründe, um jenen Prozess einzuleiten, im Rahmen dessen einer Person erläutert wird, was es bedeutet, eine autistische Störung zu haben:

- Ein guter Zeitpunkt ist dann gegeben, wenn eine autistische Person offensichtlich unrealistische Erwartungen im Hinblick auf ihre Zukunft hat und diese über einen längeren Zeitraum beibehält, wie zum Beispiel, „später werde ich heiraten, Kinder haben, ein schönes Haus bauen und einen schnellen Wagen fahren.“ In den meisten Fällen sind Menschen mit autistischen Zügen einfach nicht fähig, ein solches Leben zu führen, und nur wenige erreichen dies tatsächlich. Daher ist es besser, sie darauf vorzubereiten, statt auf ihre zunehmende Frustration und Depression zu warten.
- Ferner kann der Prozess eingeleitet werden, wenn eine autistische Person jetzt oder in Kürze regelmäßig Situationen ausgesetzt ist, die ihr weder Schutz noch Sicherheit bieten, so zum Beispiel, wenn junge Leute beginnen, sich mit öffentlichen Verkehrsmitteln fortzubewegen, beispielsweise zu dem Ort, an dem sie ihre praktische Ausbildung erhalten, oder wenn sie ins Kino oder in ein Lo-

kal gehen. Ihr seltsames Verhalten wird Reaktionen anderer Menschen hervorrufen und wird früher oder später Probleme aufwerfen. Wissen autistische Personen, dass und worin sie sich von den Anderen unterscheiden, werden sie auf manche Situationen besser vorbereitet sein und diese vermeiden. Dann wird es leichter sein, über eine sich ergebende Schwierigkeit zu sprechen. Vor allem wird ein autistischer Mensch, der seine Situation versteht, Reaktionen Anderer besser nachvollziehen können und nicht mehr überrascht sein, wenn er ausgelacht oder gehänselt wird. Diesen Menschen Informationen über ihre Beeinträchtigung zu geben ist deshalb eine Präventivmaßnahme.

- Weiterhin bietet sich eine günstige Gelegenheit, wenn die autistische Person schwierigen Situationen jeglicher Art ausgesetzt ist. Schikane, Beziehungsprobleme und Schwierigkeiten bei der Suche nach einem Arbeitsplatz, sind für diese Menschen sehr häufig auftretende Probleme. Es ist einfacher, mit ihnen darüber zu sprechen und Lösungen aufzuzeigen, wenn sie die Ursachen kennen. Verstehen sie die Bedeutung von Autismus, kann man ihnen leichter verdeutlichen, dass die Arbeit in einer Behindertenwerkstatt besser ist als eine normale regelmäßige Tätigkeit. Es wird dann für sie keine große Überraschung mehr sein, keiner normalen Arbeit nachgehen zu können.
- Ferner ist der Prozessbeginn angezeigt, wenn die autistische Person Fragen stellt, wie, „was stimmt mit mir nicht?“, „warum kommt diese Frau (die Sozialarbeiterin) hierhin und spricht mit dir über mich?“, „warum spielt niemand mit mir?“, „warum hänseln mich meine Klassenkameraden?“. All diese Fragen bergen die Gefahr der Überinterpretation, da Menschen mit Störungen aus dem autistischen Formenkreis aufgrund ihrer eigenen Art, Wörtern eine Bedeutung zu verleihen, möglicherweise etwas ganz anderes meinen als Sie denken. Mit anderen Worten: Sie müs-



sen vor Ihrer Antwort immer wissen, welche Frage sich wirklich hinter der Frage der autistischen Person verbirgt.

In welchem Alter?

Es gibt kein bestimmtes Alter, in dem man diesen Prozess beginnen sollte, denn vieles hängt in starkem Maße von der individuellen Intelligenz, den bereits gemachten Erfahrungen und den Reaktionen im Umfeld der autistischen Menschen ab. Alles in allem ist es am besten, keine schlafenden Hunde zu wecken und den autistischen Personen nicht mehr Informationen zu geben als sie verarbeiten können. Sowohl ein zu früher als auch ein zu später Beginn kann schwerwiegende Probleme verursachen. Ein zu frühes Gespräch kann zu Verwirrung und eine zu späte Aufklärung zu Unwissenheit über ihre Beeinträchtigung führen und somit Frustration verursachen.

Bei Kindern mit durchschnittlicher oder nahezu durchschnittlicher Intelligenz können bereits erste Schritte unternommen werden, wenn sie zur Grundschule gehen, indem man ihnen den Unterschied von „innen“ und „außen“ sowie ihr Anderssein erklärt. Dies setzt allerdings den Entwicklungsstand eines Vierjährigen voraus. Um zu verstehen, dass man sich von anderen Kindern unterscheidet, sind bestimmte Fähigkeiten und Kenntnisse erforderlich, über die Kinder auf einem niedrigeren Entwicklungsstand noch nicht verfügen, wie zum Beispiel: abstrakte Wörter verstehen, vergangene Ereignisse oder das eigene Verhalten reflektieren, sich Gedanken über sich selbst machen, das Prinzip von Ursache und Wirkung verstehen und vor allem, sich selbst aus einer anderen Perspektive betrachten. Um sich selbst besser zu verstehen, muss man in der Lage sein, sich mit den Augen der Anderen zu sehen.

Wer?

Ein einziges Gespräch reicht nicht aus, um einer autistischen Person Autismus zu erläutern. Es handelt sich dabei vielmehr um einen langfristigen Anleitungsprozess, der folglich nur von jemandem begonnen werden sollte, der ausreichende Kontinuität bieten kann. Darüber hinaus sollte diese Person genügend Zeit haben, um die zahlreichen und manchmal dringenden Fragen des autistischen Menschen zu beantworten.

Eltern können häufig Kontinuität bieten und verfügen zumeist über genügend Zeit. Dennoch sollten sie nicht den Anfangszeitpunkt dieses Prozesses bestimmen, sondern in erster Linie Eltern und keine Therapeuten sein. Übernehmen Eltern zusätzlich die Aufgabe, ihre Kinder über ihre Diagnose zu informieren, besteht das Risiko, dass sich die Rollen vermischen. Das Kind sollte jederzeit in der Lage sein, seine Eltern um Unterstützung und Hilfestellung zu bitten, um besser mit den emotionalen Auswirkungen der „schlechten Nachrichten“ zurechtzukommen. Niemand vertraut sich gern der falschen Person an, und es ist nicht leicht, sich von der Person, die einem die schlechte Nachricht überbracht hat auch noch trösten zu lassen. Es ist durchaus denkbar, dass sich ein autistischer Mensch von seinen Eltern abwendet, wenn sie erst einmal versucht haben, ihn von seiner Beeinträchtigung zu überzeugen. Zusätzlich zu der Vermischung der einzelnen Rollen, besteht auch die Gefahr, dass autistische Personen das Vertrauen in ihre Eltern verlieren. Eltern mögen mit einer solchen Doppelrolle zwar zurecht kommen, für den autistischen Menschen wäre dies jedoch eher schwierig. Abgesehen von möglichen negativen Auswirkungen für die Eltern, wäre es doch vor allem für die autistische Person sehr verwirrend.

Auf der anderen Seite bedeutet dies nicht unbedingt, dass Eltern im Lernprozess ihres Kindes, in dessen Rahmen es vieles über seine Beeinträchtigung lernt, überhaupt keine Rolle spielen sollen. Ganz im Gegenteil kommt ihnen eine wesentliche Rolle zu, indem sie ihr Kind dabei unterstützen, sich allmählich mit seiner Diagnose vertraut zu machen. Sie können dem Kind helfen, seine Form des Autismus als eine Beeinträchtigung zu akzeptieren, die auch positive Seiten hat. Indem Eltern zum Ausdruck bringen, dass Autismus einen Platz in ihrem Leben gefunden hat, können sie Gefühle von Schuld, Angst oder Traurigkeit abbauen, die das Kind aufgrund seines „mysteriösen Andersseins“ empfindet.

Dasselbe trifft auf Pädagogen und/oder Berater zu, die tagtäglich mit dem autistischen Kind arbeiten. Für die Kinder ist es besser, nicht von ihnen über ihre Beeinträchtigung aufgeklärt zu werden, sondern von einer ihnen absolut fremden Person. Hierbei könnte es sich um einen Sonderpädagogen oder Psychologen einer be-

stimmten Einrichtung handeln oder um einen Berater einer anderen Gruppe oder Vereinigung. Ein fundiertes Wissen und ausreichend Erfahrung hinsichtlich des autistischen Formenkreises sowie Erfahrung in der Kommunikation mit autistischen Personen sind hierbei wichtiger als Zeugnisse!

Im Idealfall sollte der autistische Mensch in der Lage sein, jemanden mit diesen Erfahrungen als Vertrauensperson und persönlichen Mentor anzusehen, und eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern ist hierbei unerlässlich. Die Eltern können helfen, Prioritäten zu setzen und sollten rechtzeitig und in ausreichendem Maße über den Ablauf informiert werden. Dazu gehört ein regelmäßiges Feedback darüber, was mit ihrem Kind passiert und wie es die Informationen erhält und aufnimmt.

Die verschiedenen Stufen des Prozesses

Autismus sollte einer autistischen Person stufenweise erläutert werden. Es macht keinen Sinn, direkt mit der Erläuterung des Autismus zu beginnen. Zunächst müssen der betreffenden Person verschiedene Konzepte vermittelt und spezifische Einblicke ermöglicht werden, damit sie die Diagnose verstehen kann. Zu diesen Konzepten zählen:

- Wissen über den Körper erlangen, insbesondere über seinen eigenen Körper, und zwar sowohl äußerlich als auch innerlich.
- Grundwissen über die Funktionen und Abläufe im Gehirn erlangen (Autismus ist letztendlich eine Hirnstörung).
- Unterschiede zwischen dem „Äußeren“ und „Inneren“ von Personen verstehen und wissen, dass Menschen sich sowohl äußerlich als auch innerlich unterscheiden können.
- Die Begriffe „Krankheit“, „Störung“ und „Beeinträchtigung“ verstehen können.

Nur wenn die Person diese Dinge verstanden hat, können Sie eine Art Schlussfolgerung ziehen:

„Du bist in einigen Dingen gut und in anderen nicht so gut. Die für dich schwierigen Dinge haben einen Namen: Autismus. Autismus ist eine Beeinträchtigung, es ist keine Krankheit. Es ist das Ergebnis einer Hirnstörung. Das

Gehirn von autistischen Personen arbeitet anders als das von Menschen ohne autistische Züge und da Autismus mit dem Gehirn zu tun hat, ist es Teil deines Inneren und nicht von außen erkennbar. Allerdings ist Autismus nicht vollkommen unsichtbar, denn Menschen mit autistischen Zügen verhalten sich und reagieren anders als andere Menschen. Alle Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus haben unterschiedliche Ausprägungen, und daher unterscheidest auch du dich von anderen autistischen Personen. Du hast jedoch auch einige Gemeinsamkeiten mit ihnen.“

Der Selbstachtung besondere Aufmerksamkeit schenken

Möchte man autistischen Menschen die Bedeutung von Autismus näherbringen, bedeutet dies mehr als nur die reine Vermittlung von Fakten. Man vermittelt den betroffenen Menschen vielmehr Wissen über sich selbst. Wie bei jedem anderen Menschen auch, werden durch diese Informationen Gedanken, Wünsche und Emotionen hervorgerufen. Mit anderen Worten, es geht nicht um die reine Informationsvermittlung, sondern Sie müssen darüber hinaus Verantwortung übernehmen und die autistische Person hinsichtlich ihrer emotionalen Reaktion auf diese Informationen unterstützen. Die Auswirkungen dieser Informationen auf die Selbstachtung der Person müssen kontinuierlich überprüft werden.

Menschen mit autistischen Zügen reagieren sehr empfindlich auf Kritik und negative Äußerungen, und zwar nicht deshalb, weil sie keine Kritik vertragen können, sondern, weil sie nicht wissen, wie sie damit umgehen sollen und weil sie nicht fähig sind, sich dagegen auf dieselbe Art zu wappnen, wie wir es können. Kritik ist für diese Menschen wie ein Schock, und negative Bemerkungen treffen sie völlig unvorbereitet. Sie sind nicht fähig zur Antizipation, und Gespräche über ihre Probleme und Kommentare zu Dingen, die sie nicht so gut können, lösen wahrscheinlich negative Reaktionen aus oder können sogar eine Abwehrhaltung erzeugen. In beiden Fällen handelt es sich um eine sehr menschliche Reaktion auf schlechte Nachrichten und daher sollte die Person, die die schlechte Nachricht überbringt, darauf vorbereitet sein.

Andererseits ist es nicht sinnvoll, ihnen die Wahrheit vorzuenthalten. Man sollte ihnen nicht sagen, dass sie gut in etwas sind, wenn es nicht stimmt. Es ist sowieso schon äußerst schwierig für autistische Personen, positiv über sich selbst zu denken, auch ohne alles noch komplizierter zu machen, indem man sie belügt. Ehrlichkeit ist demzufolge oberstes Gebot. Aufgrund ihres Schwarz-Weiß-Denkens werden sie Ihnen dankbar sein, wenn Sie sich daran halten.

Darüber hinaus ist es wichtig darauf zu achten, ihr Selbstwertgefühl nicht zu verletzen. Gespräche mit autistischen Personen sollten niemals zu Frustration führen, denn sie haben bereits mit genügend Stress und Frustrationen zu kämpfen. Der gesamte Prozess, im Rahmen dessen mit Ihnen über ihre Beeinträchtigung gesprochen wird, sollte in einer guten Atmosphäre stattfinden und schließlich mit einer positiven Aussage beendet werden, ohne jedoch falsche Hoffnungen zu wecken.

Folgende Tipps könnten Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus Hilfestellung bieten, um mit den schlechten Neuigkeiten zurechtzukommen:

- ✓ Planen Sie während der Sitzungen ausreichend Pausen ein und ermöglichen Sie der autistischen Person, die neuen Informationen mittels körperlicher Betätigung zu verarbeiten.
- ✓ Die Informationen sollten stückweise und nicht auf einmal vermittelt werden.
- ✓ Fragen Sie sie nach ihrem liebsten Zeitvertreib oder ihrem bevorzugten Gesprächsthema.
- ✓ Verwenden Sie einen adaptierten Kommunikationsstil, damit die autistische Person ihre ganze Aufmerksamkeit auf die eigentliche Nachricht richten kann.
- ✓ Geben Sie der autistischen Person ausreichend Zeit, um Fragen zu stellen und kommentieren Sie sie.
- ✓ Und vor allem: Setzen Sie Ihren Sinn für Humor ein! Wenn Sie mit ihnen mit einem düsteren und humorlosen Gesichtsausdruck über Autismus sprechen, können Sie wohl kaum eine positive Reaktion erwarten.

Ein adaptierter Kommunikationsstil

Natürlich ist ein Gespräch mit autistischen Menschen über Autismus immer eine wechselseitige Kommunikation. Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus haben bekanntermaßen Schwierigkeiten mit der Kommunikation, insbesondere mit verbaler Kommunikation. Daher muss der Berater oder Programmleiter seinen Kommunikationsstil entsprechend auf autistische Personen zuschneiden und dabei berücksichtigen, dass Menschen mit autistischen Zügen ein ganz eigenes Sprachverständnis haben.

Autistische Personen verstehen die Welt anders als wir. Sie geben bestimmten Worten und Begriffen häufig eine andere Bedeutung. Sprechen Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus beispielsweise über „Freunde“ könnte es sein, dass sie Menschen meinen, die zu ihnen freundlich waren oder sie einfach nur anlächeln und „hallo“ sagen. Wir dürfen ihre Worte nicht vorschnell interpretieren oder denken, dass wir verstanden haben, was sie sagen wollten.

Aufgrund dieser Gefahr der fehlerhaften Interpretation (was noch dadurch verkompliziert wird, dass auch autistische Personen ihre Aussagen falsch interpretieren können) haben wir entschieden, bei der Vermittlung von Informationen über Autismus nicht von ihrem Standpunkt aus zu beginnen, sondern ihnen ein sehr gut strukturiertes Ganzes in Form eines Arbeitsbuches zu präsentieren.

Denken Sie daran, dass die Worte, mit denen wir ihre Probleme und Autismus zu erklären versuchen, nicht einfach für sie zu verstehen sind. Wie verstehen sie Begriffe wie „stereotypes Verhalten“, „Ritual“ und „soziale Interaktion“? Auch einfach erscheinenden Wörtern können manchmal seltsame Bedeutungen verliehen werden. Zur Vermeidung solcher Missverständnisse, konzentriert man sich in dieser Broschüre auf die Definition und Erläuterung von Begriffen wie „Störung“, „Beeinträchtigung“ und „Kommunikation“. Sprechen wir mit einem Menschen mit einer Störung aus dem Formenkreis Autismus, müssen wir sein Verständnis kontinuierlich überprüfen. Am besten bittet man die betreffende Person in regelmäßigen Abständen, das Gesagte in ihren eigenen Worten noch einmal zu wiederholen.

Bei Gesprächen mit autistischen Personen ist es auch wichtig, kontinuierlich den Langzeiteffekt im Auge zu behalten. Manchmal können scheinbar nichtige Dinge in den Köpfen von autistischen Menschen eine große Rolle spielen. Schnell wird aus einer Mücke ein Elefant. Deshalb sollte man unbedingt versuchen, die Dinge aus ihrer Perspektive zu sehen und immer einen Schritt voraus zu sein. Aus diesem Grund sollte das vorliegende Arbeitsbuch am besten erst nach eingehender Beratung über das weitere zukünftige Vorgehen mit den im Umfeld der autistischen Person maßgebenden Personen verwendet werden (in erster Linie die Eltern). Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus verarbeiten Informationen weitaus langsamer als wir, insbesondere wenn es sich dabei um emotionale Informationen handelt. Sie sprechen wahrscheinlich auch nicht so spontan über ihre Gefühle, und bestimmte Fragen oder Bemerkungen über die in dieser Broschüre beschriebenen Sitzungen kommen eventuell wochen- oder sogar monatelang nicht an die Oberfläche. Falls dies doch der Fall sein sollte, müssen die Fragen beantwortet werden, und die autistische Person wird Unterstützung benötigen.

Wie bei jeder Art der Kommunikation mit autistischen Personen muss man seine eigene Sprache auch während der Erläuterung der Beeinträchtigung dementsprechend anpassen. Wichtig ist die Verwendung konkreter Beschreibungen und das Verweisen auf Dinge, die sie sehen können. Auf abstrakte Begriffe sollte verzichtet werden und Gespräche über Emotionen können eine heikle Angelegenheit sein. Dennoch muss über ihre Gefühle gesprochen werden, denn autistische Menschen haben sehr wohl Emotionen, aber sie scheinen für sie nicht konkret und greifbar zu sein.

Die Erfahrung hat gezeigt, dass Menschen mit autistischen Zügen durch zu häufige und intensive Gespräche über Gefühle nur noch stärker verwirrt werden. Sie kommen mit den abstrakten Begriffen nicht zurecht und sind dann schnell überfordert, da sie zwischen Gesprächen über Gefühle und den tatsächlichen Emotionen nicht differenzieren können. Manchmal verlieren sie sich sogar im Meer der Wörter. Aus diesem Grund ist die Broschüre „Ich bin was Besonderes“ ein sehr konkretes und auf Fakten aufgebautes Arbeitsbuch. In den Gesprächen

beginnen wir mit konkreten Handlungen und schlagen später den Bogen zu den Emotionen. Wenn sie eine bestimmte Aufgabe erledigen sollen, haben sie einen Anfangspunkt für ihr weiteres Vorgehen. Die besten Einblicke und Lösungen bekommt man durch Aufgabenstellungen wie „schreib ein Beispiel eines von dir verwendeten Hilfsmittels auf“. Über Autismus zu sprechen bedeutet im Grunde, Dinge gemeinsam zu tun anstatt nur über sie zu sprechen. Die Broschüre „Ich bin was Besonderes“ wurde bewusst nicht als eine Geschichte über Autismus geschrieben. Sie soll ausschließlich ein Arbeitsbuch sein.

Ebenso wie es auf die Kommunikation mit autistischen Personen im Allgemeinen zutrifft, gilt auch für Gespräche über Autismus die goldene Regel, Dinge zu veranschaulichen: Übermitteln sie ihre Nachricht mit so vielen Veranschaulichungen wie möglich. Eine einfache Zeichnung kann bereits eine große Hilfe sein. Sie könnten ihnen zum Beispiel eine Zeichnung von einem nicht angeschlossenen oder fehlenden Draht zeigen, um die Hirnstörung als Grundlage von Autismus zu verdeutlichen. Ferner können Auflistungen eine praktische Hilfe darstellen. Menschen mit autistischen Zügen lieben es, Dinge zu klassifizieren, zu ordnen und aufzulisten, denn dies hilft ihnen, die Welt in einem geordneten Zustand wahrzunehmen. Aus diesem Grund enthält die Broschüre „Ich bin was Besonderes“ viele verschiedene Listen, zum Beispiel, Listen von Dingen, die sie gut bzw. nicht so gut können, oder eine Liste von Lösungen und Hilfestellungen für autistische Personen.

Auch durchschnittlich intelligente Menschen mit autistischen Zügen haben Schwierigkeiten mit verbaler Kommunikation. Darüber hinaus finden sie es außerordentlich schwierig, ihre Gedanken zu ordnen und sie aus ihrer eigenen Perspektive zu sehen. Um sie in dieser Hinsicht zu unterstützen, sollte man sie soviel wie möglich schreiben lassen. Schreiben geht bei ihnen langsamer vonstatten als Sprechen. Dabei bekommen sie ein visuelles Feedback, und bei dieser Art der Kommunikation muss nicht gleichzeitig auf die Reaktionen der an der Kommunikation beteiligten Personen geachtet werden. Autistischen Personen, die schreiben können, fällt es erfahrungsgemäß erheblich leichter, ihre Gefühle und Gedanken auf Papier auszudrücken als in Gesprächen. Aus diesem Grund

wird in dem Arbeitsbuch der Schwerpunkt darauf gelegt, Dinge aufzuschreiben und auszufüllen.

Gespräche mit autistischen Menschen sollten eine klare Struktur haben, auf ein eindeutig definiertes Ziel ausgerichtet sein und vorzugsweise nach einem ausgearbeiteten Plan durchgeführt werden. Man sollte möglichst nicht die autistische Person über Thema, Dauer oder Ablauf des Gespräches entscheiden lassen, denn liegt dies in ihrer Hand, wird sich das Gespräch (aufgrund der entstehenden Assoziationen) in eine endlose, sinnlose und chaotische Diskussion verwandeln und würde nicht ergebnisorientiert verlaufen. Im Gespräch mit autistischen Menschen sollten Sie die Führung übernehmen, dabei aber auch eine positive Atmosphäre schaffen. Schneidet die autistische Person aufgrund bestimmter konkreter Assoziationen ein neues Thema an, sollte man dieses in Bahnen lenken, indem man beispielsweise sagt: „Wir werden später darüber sprechen, denn zuerst müssen wir unser jetziges Thema beenden“ oder „Ich werde das notieren, und wir werden später noch einmal darauf zurückkommen.“ Aus diesem Grund ist das Arbeitsbuch „Ich bin etwas Besonderes“ ein strukturiertes Ganzes und erfordert klare Anweisungen durch den Programmleiter.

Reaktionen auf die Diagnose

Zahlreiche Reaktionen von autistischen Menschen auf die Aussage, dass etwas mit ihnen nicht stimmt (wie Depressionen, Ärger und Ablehnung) sind immer wieder zu beobachten. Davon sind viele eigentlich sehr menschlich und nicht unbedingt nur bei Menschen mit autistischen Zügen zu finden. Erzählt man ihnen über Autismus werden diese Personen in der Regel versuchen, die Informationen aufzunehmen und sich bemühen, Wege zu finden, um damit leben zu können. Ihre andere Denkweise spielt hier jedoch auch eine Rolle.

Menschen mit autistischen Zügen werden sich zunächst einmal mit anderen Menschen vergleichen, was eine normale Reaktion ist. Sie konzentrieren sich jedoch auch häufig auf konkrete Details. Aus diesem Grund werden sie Autismus zu ihrem konkreten Verhalten in Beziehung setzen. So werden sie den Satz „Autisti-

sche Personen sprechen nur über das Thema 'Züge' wahrscheinlich auf die Bedeutung „Autistische Personen sprechen nicht mit anderen Menschen“ oder „Autistische Personen haben keinen Freunde“ reduzieren. Es ist wichtig, ihnen die Vielfalt innerhalb der Ähnlichkeiten zwischen Menschen mit autistischen Störungen unterschiedlicher Ausprägung zu zeigen. Sie könnten zum Beispiel antworten: „Diese andere Person spricht nur über Züge, aber du sprichst immer über deine Freundin, was ebenso stereotypes Verhalten ist.“

Autistische Personen mit durchschnittlicher oder hoher Intelligenz versuchen, ihren Mangel an „Gefühl“ zu kompensieren, indem sie alles Mögliche „kalkulieren“. Autismus ist für sie etwas, das sie messen, kalkulieren und vergleichen wollen. Sie werden Fragen stellen wie, „Wie stark ist mein Autismus ausgeprägt?“ „Wie lange muss man über ein Thema sprechen, um es als stereotypes Verhalten einzustufen?“ Diese alles kalkulierenden Menschen sind der Ansicht, dass sie sich von anderen autistischen Personen unterscheiden. Manchmal machen sie Bemerkungen wie, „mein Autismus ist schwächer“, „ich bin weniger autistisch“, „ich habe nur das Asperger-Syndrom“. Wie schon gesagt, ist es auch hier am besten, die Verschiedenheit der Menschen hervorzuheben und Dinge zu individualisieren, wie zum Beispiel durch die Frage, „was sollte man deiner Meinung nach unbedingt über dich wissen?“ Darüber hinaus kann man ebenfalls hervorheben, dass Autismus nicht etwa eine Frage des „Mehr“ oder „Weniger“ ist, sondern vielmehr der Unterschiedlichkeit. An dieser Stelle lässt sich auch anhand des Begriffs „Störung aus dem Formenkreis Autismus“ einiges verdeutlichen.

In einigen Fällen geraten Menschen mit autistischen Zügen außer sich, wenn sie erkennen, was mit ihnen nicht stimmt. Ihre Beeinträchtigung ist dann von ständigem Interesse und wird zum Hauptanliegen. Diese Gefahr muss vor Beginn der Sitzungen über Autismus sehr sorgfältig bedacht werden. Wenn der Autismus zum Dauerthema wird, sollte man die Länge der Sitzungen beschränken und – falls nötig – vorher Vereinbarungen treffen, wann, wo, für wie lange und mit wem die autistische Person über Autismus sprechen kann. Auch in diesen Fällen liegt es in der Verantwortung des Beraters, für Klarheit zu sorgen und die Führung zu über-

nehmen, denn Zurückhaltung ist sehr schwierig für sie.

Manchmal benutzen Menschen mit autistischen Zügen ihren Autismus als Entschuldigung, wenn etwas schiefgegangen ist oder um bestimmte Dinge zu umgehen. Eine häufige Bemerkung ist, „fragen Sie nicht mich, ich bin Autist“. Daher sollte man am besten keine Verbindung herstellen zwischen Autismus und der Unfähigkeit, etwas Bestimmtes zu tun, und man sollte auch „Ja-und-Nein-Spiele“ über das, was Autismus ist bzw. nicht ist, vermeiden. Wenn die autistischen Menschen nicht in der Lage sind, etwas Bestimmtes zu tun, könnten Sie fragen, wie Sie ihnen behilflich sein sollen, die Sache beherrschen zu lernen. Häufig ist das Verschieben einer autistischen Störung ein von anderen abgeschautes Verhalten, das heißt, eine Form imitierten Verhaltens. Sagen Eltern oder Fachleute etwa, „Du kannst aufgrund deiner Störung aus dem Formenkreis Autismus nicht nach draußen gehen“ oder „Das kannst du wegen deiner autistischen Störung nicht verstehen“, wird diese Person aufgrund ihrer Echolalie oder Echopraxie dieselben Worte oder Strategien verwenden.

Daher ist es so wichtig, einen autistischen Menschen nicht als solchen anzusehen, sondern in erster Linie als eine Person, als ein Individuum mit Problemen und Einschränkungen, das sich von anderen Menschen unterscheidet, ungeachtet der Tatsache, ob diese anderen Menschen ebenfalls autistische Züge aufweisen oder nicht. Es ist sehr wichtig, in dieser Person noch weitere Eigenschaften als nur Autismus zu sehen. Auch wenn Autismus zwangsläufig das Hauptthema der Sitzungen sein wird, sollte jedoch ausreichend viel Zeit und Aufmerksamkeit auf die anderen Eigenschaften der Person verwendet werden, wie zum Beispiel auf Persönlichkeit, Interessen, kompensatorisches Verhalten, Verschleierungsstrategien, Fähigkeiten und Wünsche.

Viele der oben genannten Reaktionen sind wirkliche Strategien, um mit der autistischen Störung zurechtzukommen und die positiven Aspekte der Beeinträchtigung zu sehen. Wie jeder von uns, versuchen auch Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus zu überleben und ein positives Selbstwertgefühl zu entwickeln. Mit Hilfe dieser Strategien sind sie

bemüht, ihr Leben zu leben und mit sich zu-frieden zu sein.

Allerdings tun manche autistische Personen genau das Gegenteil und sehen sich nur als Versager. Sie sagen zum Beispiel: „Ich bin Au-tist, ich kann nichts richtig machen, ich bin zu nichts zu gebrauchen“. Forschungsergebnisse zeigen, dass Menschen mit autistischen Zügen und hohem Funktionsniveau insbesondere ein negatives Selbstwertgefühl entwickeln. Auf-grund ihrer hohen Intelligenz sind sie fähig, bestimmte Dinge aus einer umfassenderen Per-spektive zu sehen. Sie haben eine bessere Wahr-nehmung hinsichtlich der Reaktionen anderer Menschen und Gedanken über sie, weshalb sie ihre eigenen Schwächen besser verstehen. Die-se Menschen sind sehr häufig depressiv. Dies geschieht meist an der Schwelle zum Erwach-senwerden, wenn sie sehen, wie Klassenkame-raden Dinge tun, die sie nicht können oder dür-fen, wie zum Beispiel Auto fahren, allein leben, eine Freundin haben, etc. Ihr Selbstbild basiert auf Vergleichen sehr konkreter Fakten. Daher ist es von großer Bedeutung, sie die Dinge auf-listen zu lassen, die sie tun können und nicht nur über ihre Schwächen und Einschränkungen zu sprechen. Manchmal ist es äußerst hilf-reich, sie zu zwingen, nur ihre positiven Eigen-schaften aufzulisten und für eine Weile nicht

über ihre Probleme zu sprechen. Falls eine De-pression jedoch länger als drei Monate andau-ert und sehr ernst ist, sollte die Hilfe eines Spe-zialisten in Anspruch genommen werden (Psy-chotherapie und eventuell Medikation).

Schließlich sollte man immer daran denken, dass es für Menschen mit autistischen Zügen aufgrund ihrer Beeinträchtigung nahezu un-möglich ist, anders zu denken als in absoluten, klaren Schwarz-Weiß-Begriffen. Selten entwik-keln autistische Personen ein realistisches Selbstbild, aber das ist auch bei anderen Men-schen selten. Haben wir nicht auch alle einige Illusionen über uns? Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus sind dennoch in geringerem Umfang in der Lage, die Dinge aus einer weiteren Perspektive zu sehen. Es wäre unsererseits unrealistisch zu erwarten, dass sie dasselbe Bild von sich haben wie wir. Daran kann noch nicht einmal das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ etwas ändern. Wir möchten deshalb davor warnen, seine Wirkung zu überschätzen.

Dieses Arbeitsbuch ist nur ein erster Schritt in einer langen Reihe einzelner Stufen eines Pro-zesses, im Rahmen dessen eine autistische Per-son ihrer Beeinträchtigung einen Platz in ih-rem Leben gibt.



Programmbeginn

Anwendung der Broschüre „Ich bin was Besonderes“

Zielgruppe

Das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ lässt sich bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit einer Störung aus dem Formenkreis Autismus anwenden, jedoch setzen sowohl Inhalte als auch Form dieses Arbeitsbuches bei autistischen Personen bestimmte Grundfertigkeiten und -fähigkeiten voraus. Die Vorgabe eines exakten Mindestalters ist nicht möglich, jedoch haben die Probedurchläufe gezeigt, dass für einige der eher schwierigen Teile des Arbeitsbuches, wie zum Beispiel jener über das Gehirn, hinsichtlich der verbalen Fähigkeiten der Entwicklungsstand eines Neun- oder Zehnjährigen erforderlich ist.

Betrachtet man das übergeordnete Ziel des Arbeitsbuches (sich selbst und seine eigene Form des Autismus besser kennen zu lernen), so ist im Hinblick auf den sozialen Entwicklungsstand ein Mindestalter von drei bis vier Jahren notwendig. Die betreffende Person muss in der Lage sein, sich Gedanken über sich selbst zu machen (dabei spielt es im Grunde keine Rolle, ob diese Gedanken richtig oder falsch sind) und den Unterschied zwischen dem „Inneren“ und dem „Äußeren“ einer Person zu differenzieren.

Im Prinzip kann dieses Arbeitsbuch sowohl bei durchschnittlich intelligenten Kindern (IQ > 90) im Alter von zehn Jahren und älter als auch bei Jugendlichen mit unterdurchschnittlicher Intelligenz (IQ > 70) im Alter von zwölf Jahren und älter angewendet werden.

In Anbetracht der unterschiedlichen Ausprägungen von Störungen aus dem autistischen Formenkreis und insbesondere angesichts der typischerweise sehr unterschiedlichen Entwicklungsprofile von autistischen Personen im Kindes- oder Jugendalter, kann dies nicht als Faustregel gelten. Bestimmte Teile des Arbeitsbuches, wie zum Beispiel die Abschnitte über „das Äußere“ und über Beeinträchtigungen (ausgenommen der Begriff „Störung“) können auch mit jüngeren Kindern durchgearbeitet werden.

Auch nach oben gibt es keine Altersbegrenzung: Die Probeläufe mit Jugendlichen liefen gut. Bei hochintelligenten und älteren Erwachsenen muss das Material an das jeweilige Alter angepasst werden. Jedoch sind Vorgehensweise und Kommunikationsstil des Programmleiters weit wichtiger als die Arbeitsblätter an sich.

Voraussetzungen und Indikationen

Allgemeine Indikationen

Die Anwendung des Arbeitsbuches „Ich bin was Besonderes“ ist zu dem Zeitpunkt empfehlenswert, zu dem autistische Menschen oder Personen aus deren Umfeld weitere Informationen über die Beeinträchtigung erhalten möchten. Allerdings können die Kapitel „Ich bin einzigartig“ und „Mein Körper“ schon vor Entstehen dieses Bedürfnisses angewandt werden, zum Beispiel zur Vorbereitung auf spätere Sitzungen über Autismus und Beeinträchtigungen. Auf jeden Fall ist darauf zu achten, dass nicht zuviel Zeit zwischen den einzelnen Sitzungen liegt, denn die Wirkung der Arbeitsblattabfolge könnte dadurch verloren gehen.

Allgemeine Kriterien

Das Kind muss bereits folgende Fertigkeiten und Fähigkeiten mitbringen:

- Die Fähigkeit, sich zu einem gewissen Grad auf eine Aufgabe konzentrieren zu können.
- Ausreichende Lese- und Schreibfähigkeiten (wenn Schreiben zu schwierig ist, kann der Therapeut behilflich sein oder für das Kind etwas aufschreiben).
- Die Fähigkeit über seinen Körper nachzudenken, zu sprechen und sein Inneres zu reflektieren.

Weitere Voraussetzungen für den Abschnitt über Autismus

- Der Patient muss realisieren, dass etwas mit ihm nicht stimmt und er anders ist als Andere, auch wenn er den Grund dafür nicht kennt.

- Die Selbstachtung darf nicht zu gering sein.
- Der Patient sollte ausreichend motiviert sein, um sich mit dem Arbeitsbuch auseinander zu setzen.
- Eltern und Betreuer müssen bereit sein, Dinge nachzuarbeiten und dem Patienten bei der Informationsverarbeitung behilflich sein – einige der Kapitel konfrontieren die Patienten in starkem Maße mit ihrer Beeinträchtigung und den damit verbundenen Schwierigkeiten.
- Eine Zusammenarbeit mit den Eltern ist unabdingbar.

Zusammenarbeit mit den Eltern

Da es sehr schwierig ist, genaue Indikationskriterien und -bedingungen aufzustellen und sich diese darüber hinaus individuell unterscheiden, ist eine enge Zusammenarbeit mit den Eltern vor, während und nach den Sitzungen essentiell. Ist der Jugendliche oder Erwachsene in einer Einrichtung untergebracht, ist ebenfalls eine enge Zusammenarbeit mit den Betreuern notwendig.

Vor den Sitzungen

Die Indikationen und Voraussetzungen für die Anwendung des Arbeitsbuches „Ich bin was Besonderes“ sollten mit den Eltern diskutiert werden. Handelt es sich bei der betreffenden autistischen Person um ein Kind oder einen Jugendlichen, müssen die Eltern ausdrücklich genehmigen, dass ihrem Sohn oder ihrer Tochter Autismus erklärt werden darf. Hat man erst einmal mit dem Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ begonnen, ist eine Unterbrechung des Prozesses sehr schwierig. Vor Beginn der Sitzungen sollte der Programmleiter mit den Eltern über die Diagnose des Kindes sprechen und herausfinden, wann sie gestellt wurde, was ihr Kind bereits über Autismus weiß und welche Einstellung es dazu hat. Eltern sind darüber hinaus eine in den Sitzungen unverzichtbare Informationsquelle. Sie können konkrete Beispiele zur Triade der Beeinträchtigungen geben und schließlich den Programmleiter mit wesentlichen Informationen hinsichtlich der besten Form der Kommunikation mit ihrem Kind versorgen: Die Eltern können zum Beispiel erläutern, ob es ihm leichter fällt, sich schriftlich auszudrücken oder verbal.

Während der Sitzungen

Der Therapeut muss die Eltern zu jeder Zeit über Diskussionsinhalte informieren, und auch der Patient kann in diesen Informationsaustausch mit einbezogen werden. Der Programmleiter kann den Patienten auffordern, seinen Eltern zu Hause alle oder einige Arbeitsblätter zu zeigen. Ferner kann man ihnen Aufgaben geben, bei denen elterliche Unterstützung erforderlich ist oder die Patienten bitten, den Eltern eine Zusammenfassung zu geben. Auf jeden Fall sollte den Patienten von Beginn an klar gemacht werden, dass das Arbeitsbuch zwar ihnen gehört, sie es jedoch den Eltern zeigen sollten, damit auch sie mehr über ihre Beeinträchtigung lernen ...

Auch sollten die Eltern zwischen den einzelnen Sitzungen kontaktiert werden, um herauszufinden, ob das Kind die Arbeitsblätter zu Hause anwendet oder nicht. Der Therapeut könnte fragen: „Spricht ihr Kind spontan über die Sitzungen und falls ja, was sagt es darüber? Hat ihr Kind Spaß daran? Ist es seit Beginn der Sitzungen gereizter, aggressiver oder depressiver?“

Nach den Sitzungen

Hat das Kind das Arbeitsbuch erst einmal durchgearbeitet, sollte eine Bewertung der Sitzungen durch den Programmleiter erfolgen. In Absprache mit den Eltern sollten konkrete Abmachungen über die weitere Vorgehensweise getroffen werden:

- Vereinbaren Sie – falls möglich – eine zusätzliche Frage- und Antwortsitzung.
- An wen kann sich der Jugendliche mit weiteren Fragen wenden? Wo und wann?
- An wen können sich die Eltern wenden, wenn ihr Kind ein schlecht einzuordnendes Verhalten zeigt, mit dem sie allein nicht umgehen können? Wo und wann?
- Der autistischen Person sollten – falls nötig – Experten zur psychologischen Betreuung vermittelt werden.

Um eine klare Vorstellung über den Langzeiteffekt zu bekommen, könnte der Therapeut nach einigen Wochen oder Monaten ein Treffen zur Evaluation vereinbaren.

Häufigkeit und Dauer der Sitzungen

Das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ kann sehr leicht auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der autistischen Personen, Berater oder Programmleiter sowie der sie umgebenden Personen abgestimmt werden. Das Arbeitsbuch kann als Ganzes benutzt werden, oder der Therapeut wählt nur bestimmte Teile aus. Allerdings geht der logische Aufbau des Arbeitsbuches verloren, sofern nur bestimmte Teile verwendet werden.

Das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ kann in wöchentlichen Sitzungen durchgearbeitet werden, jedoch sollten nicht mehr als zwei Wochen zwischen den Sitzungen liegen, damit nicht zuviel wiederholt werden muss, bevor man mit der nächsten Übung fortfährt. Zur sinnvollen Überbrückung der Zeit zwischen den Sitzungen kann man den Patienten Hausaufgaben machen lassen, zum Beispiel ein zusätzliches Arbeitsblatt ausfüllen oder bestimmte Seiten noch einmal durchlesen lassen. Wichtig ist eine sinnvolle Planung der Sitzungen: So sollten diese zum Beispiel nicht vor den Sommerferien begonnen werden, da jeder bis zu diesem Zeitpunkt erzielte Fortschritt aufgrund der sechswöchigen Sommerpause verloren ginge und man noch einmal von vorn beginnen müsste.

Das Durcharbeiten des gesamten Arbeitsbuches nimmt ungefähr 10-15 Stunden in Anspruch (ohne jegliche Zusatzaktivitäten), unabhängig von seiner Anwendung bei einer Einzelperson oder einer Gruppe, was einer Mindestanzahl von acht Sitzungen entspricht. Allerdings lässt sich die Anzahl der in einer Sitzung durchzuarbeitenden Abschnitte nicht genau festlegen, und der Programmleiter sollte Häufigkeit, Anzahl und Dauer der Sitzungen je nach Alter und Entwicklungsstand des Patienten entsprechend anpassen. Einige Abschnitte können, wenn es dem Therapeuten angemessen scheint, wiederholt werden, was von Fall zu Fall tatsächlich notwendig sein kann.

Zur Aufrechterhaltung der Aufmerksamkeit des Patienten, sowie seiner Motivation und Konzentration, sollte man nicht zu viele Sitzungen auf einmal veranschlagen. Bei über 15 Sitzungen besteht das Risiko, dass die autistische Person den Überblick verliert, gelangweilt ist und ihre Motivation verloren geht, da sie alles schon zu wissen glaubt.

Erfahrungen haben gezeigt, dass eine Sitzung, insbesondere bei Kindern, nicht länger als 45-60 Minuten dauern sollte. Bei älteren Patienten oder bei Gruppenarbeit können die Sitzungen bis zu eineinhalb Stunden dauern, allerdings sollte der Therapeut in diesem Fall mindestens eine Pause einplanen. Am besten sind kurze Unterbrechungen, denn bei zu langen Pausen werden die Patienten unruhig und haben Schwierigkeiten, von „Freizeit“ auf „Arbeit“ umzuschalten.

Zum Abbau der Spannungen bei den Aufgaben lassen sich mit den Patienten auch einige, mit dem Thema verknüpfte leichtere und spielerische Aktivitäten durchführen. Die Anleitungen für die Programmleiter enthalten diesbezüglich einige Tipps zu jedem Abschnitt des Arbeitsbuches.

Jede Sitzung sollte auf positive Weise beendet werden: Dies kann in Form eines Snacks, eines Getränks, eines kurzen Spiels oder einer Unterhaltung über ein beliebtes Thema erfolgen.

Schließlich ist es wichtig, dass eine autistische Person im Vorhinein über den zeitlichen Ablauf der Sitzungen Bescheid weiß: wann sie beginnen und enden, wie lange sie dauern und wie häufig sie stattfinden und wann Pausen veranschlagt werden.

Der Programmleiter oder Berater (Anleitung)

Die Broschüre „Ich bin was Besonderes“ sollte möglichst unter Anleitung einer Person mit adäquater Berufserfahrung im Bereich Autismus durchgearbeitet werden. Vorzugsweise sollte diese Person dem Patienten nicht bekannt sein, das heißt, nicht aus seinem alltäglichen Umfeld stammen. Dies hat folgende Vorteile:

- Ein Fremder genießt häufig mehr Autorität als eine Person aus dem täglichen Umfeld.
- Der Patient wird nicht von früheren (negativen) Erfahrungen mit dem Programmleiter beeinflusst, denn er genießt den Status der „weißen Weste“. Dasselbe trifft auch für die andere Seite zu: Für den Programmleiter wird es ebenfalls leichter sein, eine neutrale und positive Einstellung dem Patienten gegenüber einzunehmen.

- Haben Therapeut und Patient erst einmal ein gegenseitiges Vertrauensverhältnis aufgebaut, wird es dem Patienten leichter fallen, seine Gefühle zu zeigen, denn er braucht keine spätere Strafe für das in den Sitzungen Gesagte zu befürchten.

Das Engagieren einer fremden Person bedeutet jedoch andererseits, dass man sich in verstärktem Maße mit der Informationsvermittlung sowie engen Zusammenarbeit mit dem pädagogischen Umfeld befassen muss (z.B. Eltern, Betreuer).

Bei in bestimmten Einrichtungen untergebrachten Kindern und Jugendlichen können folgende Personen die Funktion des Programmleiters ausüben:

- der Psychologe, der Psychotherapeut oder der Sozialpädagoge dieser speziellen oder einer anderen Einrichtung;
- ein Mentor, Therapeut, Lehrer oder Betreuer, der nicht den die Patienten ständig umgebenden Teams angehört (zum Beispiel: der Lehrer einer anderen Gruppe).

Der Programmleiter muss eine positive Einstellung gegenüber autistischen Menschen haben. Er muss tolerant sein, anleiten und ermutigen können. Es wäre auch von Vorteil, wenn der Therapeut, zum Beispiel hinsichtlich der Behandlungsergebnisse und der Auswirkungen seines Handelns Verläufe gut einschätzen kann, so dass keine zu hohen Erwartungen an den Patienten gestellt werden. Eine gute Portion Humor wäre für den Patienten ebenfalls sehr hilfreich, um mit jenen Situationen umzugehen, in denen er sehr stark mit seiner Beeinträchtigung und den damit verbundenen Schwierigkeiten konfrontiert wird.

Behandlungsort und Materialien

Die Sitzungen sollten in einem Raum stattfinden, in dem Therapeut und Patient nicht gestört werden. Am besten nutzt man einen Raum, der nicht für andere Zwecke benötigt wird, um unnötige Assoziationen oder unbeabsichtigte Interpretationen des Patienten zu vermeiden, und alle Sitzungen sollten möglichst im gleichen Raum abgehalten werden.

Eine Wandtafel und zusätzliches Papier werden zur Veranschaulichung benötigt.

Findet die Pause im gleichen Raum statt (mit einem Getränk, einem Spiel etc.) sollte man deutlich veranschaulichen, wann und wo der Patient seine Pause verbringen kann.

Ist für eine Sitzung spezielles Material erforderlich, wird dieses in den entsprechenden Abschnitten der Anleitungen aufgelistet.



Gruppensitzungen

Das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ kann in Einzel- oder Gruppensitzungen durchgearbeitet werden. Allerdings ist es in vielen Fällen angezeigt, eine Gruppe von Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus zusammenzuführen, damit sie mit Anderen über ihre Beeinträchtigung sprechen können. Dies kann folgende Vorteile haben und nachstehende Möglichkeiten eröffnen:

- Sie sehen, dass sie mit ihren Problemen nicht allein sind, was insbesondere für Kinder sehr hilfreich sein kann, die eine Regelschule besuchen und sich daher immer als Außenseiter fühlen. Für sie ist es häufig erleichternd zu wissen, dass sie nicht als einzige mit Problemen zu kämpfen haben.
- Sie lernen, dass Autismus unterschiedliche Formen haben kann, auch wenn es sich um dieselbe Störung handelt. Jeder kann Schwierigkeiten im Umgang mit anderen Menschen haben, jedoch wird jeder auf unterschiedliche Weise mit diesen Problemen fertig. In einer Gruppe bekommen sie eher eine Vorstellung davon, was der Begriff „Formenkreis autistischer Störungen“ bedeutet: Die verschiedenen Ausprägungen sind visuell und konkret fassbar. Viele autistische Personen vergleichen sich häufig mit anderen Menschen und haben deshalb in einer Gruppe die Möglichkeit, dies in einem mehr

oder weniger kontrollierten Rahmen zu tun. Im Grunde machen wir uns nur ihre Eigenart zunutze, sich mit anderen zu vergleichen.

- Die Erfahrung hat gezeigt, dass sich autistische Menschen sehr viele Sorgen über ihre „Leidensgenossen“ machen und sie häufig fähig sind, ihnen gute Ratschläge auf der Grundlage ihrer eigenen Erfahrungen zu geben. Der Nachteil ist, dass einige dieser gutgemeinten Ratschläge aufgrund ihrer Unfähigkeit, Dinge aus einer anderen Perspektive zu betrachten, vollkommen aus dem Rahmen fallen, und daher kommt dem Programmleiter in Gruppensitzungen eine wichtigere Bedeutung als in Einzelsitzungen zu. Auch wenn sie sich untereinander nicht immer so gut verstehen, fühlen sie sich jedoch normalerweise von den Anderen verstanden.
- Erfahrungsgemäß akzeptieren die Teilnehmer in Gruppensitzungen eine provozierende Behauptung von einem anderen Teilnehmer eher als vom Gruppenleiter.
- Aus diesem Grund übernimmt der Programmleiter eventuell für die ganze Gruppe oder nur für bestimmte Teilnehmer die Funktion eines Katalysators. In einigen Gruppen kann es zum Beispiel Individuen geben, denen es leichter fällt als anderen, offen über bestimmte Themen zu sprechen (aufgrund von Scham, Naivität etc.). Eine solche Person kann zum Beispiel bei der Eröffnung einer Diskussion über ein bestimmtes Thema eine große Hilfe sein: Während einer Probesitzung gaben alle Teilnehmer zu, schikaniert worden zu sein, nachdem einer von ihnen von ähnlichen Erfahrungen berichtet hatte. Vor diesem Gespräch hatten sie alle angegeben, noch nie gehänselt worden zu sein.
- Gute Programmleiter können die Gruppe für ihre Zwecke als Instrument einsetzen und jeden Teilnehmer ermutigen, sich am Gruppengeschehen zu beteiligen.
- In einer Gruppe steht dem Programmleiter mehr Material zur Verfügung als in Einzelsitzungen, und dieses kann in den Prozess mit einbezogen werden.
- Bei Teilnehmern, die behaupten, sie hätten keine Schwierigkeiten, kann der Therapeut die sozialen Aspekte der Gruppendynamik

zur Veranschaulichung sozialer Schwierigkeiten und von Kommunikationsproblemen nutzen. In einer Gruppe muss man sich als Mitglied gegenseitig zuhören können, warten bis man an der Reihe ist und geeignete Kommunikationsmittel wählen. Ferner ist es in der Gruppe weitaus schwieriger, seine Probleme zu verbergen als in der sicheren, strukturierteren und künstlicheren Situation einer Einzelbehandlung mit einem Mentor, Therapeuten oder Berater.

- In einer Gruppe können sich die Teilnehmer vor Informationen schützen, bei denen sie besonders stark mit ihrer Beeinträchtigung und den damit verbundenen Schwierigkeiten konfrontiert werden. Von Vorteil ist es, wenn der Programmleiter eine sich auf eine spezielle Person beziehende Bemerkung oder einen Kommentar verallgemeinert und somit an die ganze Gruppe richtet, denn dies ist für die angesprochene Person weitaus weniger bedrohlich.
- Letztendlich ist die Arbeit in der Gruppe auch noch ökonomischer: In derselben Zeit, in der man bei einer Einzeltherapie lediglich einer Person helfen könnte, kann man nun mehreren Teilnehmern Hilfestellung bieten.

Auf der anderen Seite haben Gruppensitzungen auch ihre Nachteile und stoßen an Grenzen:

- In einer Gruppe besteht die Möglichkeit, dass die Teilnehmer aufgrund von Vergleichen zu übertrieben positiven Schlussfolgerungen kommen, die sogar zum Verleugnen ihrer eigenen Schwierigkeiten führen können. („Die Anderen sind viel beeinträchtigt als ich.“) Allerdings muss ein positiver Vergleich nicht immer schlecht sein. Die Teilnehmer können dadurch auch ermutigt werden und zu einer besseren Selbstachtung gelangen. („Alles in allem bin ich gar nicht so schlecht.“)
- Manchmal führt die Zusammenführung von autistischen Personen aber auch zu Konflikten. Sie ärgern sich häufig unfreiwillig gegenseitig und nehmen üblicherweise kein Blatt vor den Mund, wenn sie bei Anderen auf Mängel hinweisen. Dennoch wird ein fähiger Programmleiter das Konfliktpotential in den Sitzungen sinnvoll verwenden

können, zum Beispiel als eine Möglichkeit, Themen, wie zwischen verschiedenen Personen bestehende Unterschiede, Empathie etc. aufzugreifen.

- Natürlich können solche Konflikte sehr viel Zeit beanspruchen, und der Gruppenleiter wird möglicherweise nach den Sitzungen die Aussprache mit verschiedenen Teilnehmern suchen.
- Ferner sollte darauf hingewiesen werden, dass eine Gruppe selbstverständlich weniger Möglichkeiten bietet, die Übungen auf die einzelnen Personen zuzuschneiden, und der Programmleiter wird nicht in der Lage sein, jedem Teilnehmer dieselbe Aufmerksamkeit zu schenken wie in Einzelsitzungen. Es besteht immer die Gefahr, dass einer oder mehrere Gruppenmitglieder das Gespräch an sich reißen. Jedoch wird dieses Risiko durch eine adäquate Gruppenführung und individuelle Nachbesprechungen minimiert. Gruppenarbeit schließt die Anleitung einzelner Personen allerdings nicht ganz aus: Ein erfahrener Programmleiter mit ausreichendem Wissen über Gruppenarbeit und genügend Erfahrung ist in der Lage, Möglichkeiten der individuellen Anleitung zu schaffen.
- Menschen mit autistischen Zügen sind nicht immer gute Zuhörer, daher wird vorausgesetzt, dass der Therapeut ein guter Moderator ist.
- Nicht jeder autistische Mensch eignet sich zur Gruppenarbeit (Bitte lesen Sie die unten aufgeführten Voraussetzungen aufmerksam durch.).

Die Arbeit mit einer Gruppe von autistischen Personen, bei der sie Gelegenheit zur Besprechung ihres Autismus bekommen, steckt immer noch in den Kinderschuhen, und sicherlich wird noch einige Zeit verstreichen, bis Erfahrungswerte gesammelt und in Form von Vorschlägen und Strategien präsentiert werden können. Alles in allem wurden allerdings bislang positive Erfahrungen gemacht.

Die Entscheidung für die Anwendung des Arbeitsbuches „Ich bin was Besonderes“ in Einzel- oder Gruppensitzungen hängt von der Art der Schwierigkeiten der autistischen Personen, den Fähigkeiten und den Erfahrungen des Programmleiters sowie von einer ganzen Reihe von

Erwägungen bezüglich der geeignetsten Art der Anwendung ab. So macht es beispielsweise einen Unterschied, ob sich die Teilnehmer kennen (zum Beispiel weil sie auf dieselbe Schule oder in dieselbe Klasse gehen oder zusammen in einer Wohngruppe leben) oder ob sie einander fremd sind. Kennen sich die Patienten, wird die Geschichte ihrer jeweiligen Beziehung zueinander, ihrer Konflikte, ihrer gemeinsamen Erfahrungen und Bindungen Teil ihrer Gruppendynamik werden. Dies kann Vor- und Nachteile haben, die sorgfältig abgewägt werden müssen.

Voraussetzungen für die Teilnahme an Gruppensitzungen

Zusätzlich zu den allgemeinen Voraussetzungen für die Verwendung des Arbeitsbuches „Ich bin was Besonderes“ sollten Menschen mit autistischen Zügen über die folgenden Fähigkeiten verfügen, um an Gruppensitzungen teilnehmen zu können:

- Sie müssen von einem Mentor, Betreuer oder Elternteil unterstützt werden, und diese Person muss – falls nötig – für die Nachbereitung der Sitzungen zur Verfügung stehen.
- Sie müssen zuhören können.
- Sie müssen warten können, bis sie an der Reihe sind, und sie müssen den Mut und die Fähigkeit haben, in der Gruppe Dinge über sich selbst sagen zu können.

Vorbereitung für den Gruppenleiter

Die Vorbereitung des Gruppenleiters sollte folgende Aspekte beinhalten:

- Beratung mit den Eltern und anderen involvierten Beteiligten (Mentor, Lehrer, Betreuer, etc.).
- Sammeln von Informationen über den Kommunikationsstil der Beteiligten, ihre Art zu lernen und Fähigkeit zur Arbeit in der Gruppe (Lerntempo, Aktivitätsniveau, Sozialkompetenz, etc.).
- Sammeln von Informationen über die Diagnose der Teilnehmer, den Zeitpunkt der Diagnosestellung, den Wissensstand der Teilnehmer und deren Einstellung gegenüber Autismus (zum Beispiel, ob sie sich deshalb fürchten oder schämen, ob sie irgend etwas verneinen oder gegenüber irgend et-

was Widerstand zeigen, sie Andere für ihre Probleme verantwortlich machen und wenn ja, wen, etc.).

Dies könnte während einer Informationsveranstaltung für die Eltern und/oder Betreuer geschehen, bei der das Programm erläutert wird und all diese Informationen gesammelt werden können.

Der Gruppenleiter muss die folgenden Grundvoraussetzungen erfüllen:

- Umfangreiche Kenntnisse des Formenkreises Autismus.
- Ausreichende Erfahrungen mit Gruppenprozessen, insbesondere in der Arbeit mit autistischen Personen, denn die vielen Vorteile der Arbeit mit autistischen Menschen in einer Gruppe bieten sich nur, wenn der Gruppenleiter eine gute Beziehung zur Gruppe hat und die einzigartigen Beiträge eines jeden Teilnehmers für die Vorteile der Gruppendynamik einzusetzen weiß.
- Fähigkeit zur Aufrechterhaltung einer guten Balance zwischen Gruppendynamik und individuellen Bedürfnissen.
- Fähigkeit, die „sokratischen Methoden“ in einer Gruppe anzuwenden (siehe unten).
- Eine gute Portion Flexibilität: Ein Gruppenleiter muss auf weitaus mehr Interaktionen reagieren können als ein Berater bei einer Einzeltherapie. Wir sagen manchmal im Spaß „Wenn du die Arbeit mit einer Gruppe beginnst, weißt du, was du angefangen hast, aber du weißt nicht mehr, wo es enden wird“. Berater mit großem Bedürfnis nach Kontrolle und Vorhersagbarkeit sollten besser nicht mit Gruppen arbeiten.
- Ausreichend Kontrolle über die Gruppe für den Abschluss des Programms: Dies erfordert ein hohes Maß an Führungsqualitäten. Das Schlimmste, was Menschen mit autistischen Zügen passieren kann, ist ein Gruppenleiter, der die Kontrolle über die Sitzungen verliert.

Setzt sich eine Gruppe aus Personen mit ähnlichem Hintergrund zusammen (zum Beispiel eine Schule, Gemeinschaft oder Einrichtung), ist es empfehlenswert, dass sich zwei Personen um die Gruppe kümmern. Eine dieser Personen ist der tatsächliche Gruppenleiter, der den Gesamtprozess leitet und sollte vorzugsweise

ein Außenstehender sein, der nicht zur Gruppe der Fachleute gehört, die mit den Kindern oder Jugendlichen täglich arbeiten. Dies wird den Teilnehmern helfen, zwischen sämtlichen Fachleuten, die mit ihnen Gespräche zur Anleitung führen, Verbindungen herzustellen, und zusätzlich bekommen die Gruppensitzungen einen klar definierten Platz in ihrem Leben. Wie bereits erwähnt wurde, wird Außenstehenden eine größere Wertschätzung entgegengebracht, und sie genießen bei den autistischen Personen größere Autorität als ihre Betreuer (oder Eltern). Der oben erwähnte zweite Leiter sollte dann als Kontrollleiter der Gruppe fungieren. Dabei kann es sich um eine Fachkraft handeln, die die Teilnehmer bereits kennt und ihnen bei der Klärung bestimmter Sachverhalte behilflich sein kann.

Auch wenn sich die Gruppe aus Kindern zusammensetzt, die sich nicht kennen, kann es trotzdem eine gute Idee sein, zwei Personen mit der Gruppenarbeit zu betrauen. Dadurch bieten sich mehr Gelegenheiten, auf den Einzelnen einzugehen, den Teilnehmern zusätzliche Hilfestellungen zu bieten oder bei bestimmten Aufgaben zu helfen.

Ihre unterschiedlichen Rollen sollten klar definiert sein. Wir empfehlen, nicht kontinuierlich und unerwartet die Rollen untereinander zu wechseln (zum Beispiel sollte der Gruppenleiter nicht die Kontrollfunktion übernehmen und vice versa). Dies würde zuviel Verwirrung hervorrufen, denn sie würden in einem solchen Fall nicht wissen, an wen sie sich wenden sollen, wenn sie etwas sagen oder fragen möchten. Daher ist die genaue Definition der beiden Rollen unerlässlich, was in folgendem Beispiel deutlich wird: Falls sich ein Teilnehmer an den Kontrollleiter mit einem Anliegen wendet, das eigentlich die ganze Gruppe etwas angeht, sollte dieser dem Teilnehmer sagen, er solle den Gruppenleiter ansprechen. Zur Vermeidung des sogenannten „Splittings“, bei dem einer Person alle guten Charakterzüge zugeschrieben werden und der anderen alle schlechten, ist eine gute Kommunikation zwischen Gruppenleiter und Kontrollleiter ein Muss.

Auswahl, Zusammensetzung und Größe der Gruppe

Im Idealfall sollte eine Gruppe aus fünf bis acht Teilnehmern bestehen. Die Teilnehmer sollten

anhand der oben genannten Kriterien ausgewählt werden, und bei einer optimalen Gruppe sollte ein gutes Gleichgewicht zwischen Heterogenität und Homogenität bestehen. Zur Sicherstellung einer guten Gruppendynamik (und im Hinblick auf die Erläuterung des Formenkreises Autismus ist es am besten, wenn man nicht zu viele Gruppenteilnehmer mit ähnlichen Eigenschaften hat. So wird eine Gruppe, die sich in erster Linie aus eher passiven, schüchternen und zurückhaltenden Teilnehmern zusammensetzt, nicht sehr energiegeladen sein. Demgegenüber wird wahrscheinlich zuviel Energie freigesetzt, wenn die gesamte Gruppe eher aus aktiven und „absonderlichen“ Charakteren besteht, was die Effektivität der Gruppensitzungen gefährden könnte. Auf der anderen Seite empfehlen wir, Teilnehmer auszuwählen, die sich im Hinblick auf Alter, Lernfähigkeit und verbale Fähigkeiten nicht sehr stark unterscheiden: Kurz gesagt ist es am besten, nach Heterogenität im Rahmen des Formenkreises Autismus zu schauen und gleichzeitig auf eine gewisse Homogenität bezüglich Alter, Intelligenz und Aktivitätsniveau zu schauen.

Um zu vermeiden, dass Sitzungen im Chaos enden, da die Gruppe aus sechs Teilnehmern mit Aufmerksamkeitsdefizit und Hyperaktivität besteht, ist es wichtig, zuvor Informationen über jegliche zusätzlichen Beeinträchtigungen oder Syndrome einzuholen. Darüber hinaus sollte man eine Gruppe vermeiden, in der alle Teilnehmer geringe Selbstachtung haben oder gegenüber Autismus besonders negativ eingestellt sind.

Ferner stellt sich die Frage, ob sich die Gruppenteilnehmer bereits kennen sollten oder nicht: Beides hat Vor- und Nachteile. Kennen sie sich nicht, wird der Gruppenleiter einige Zeit und Aufmerksamkeit darauf verwenden müssen, die Gruppe zusammen zu führen, und der Aufbau des Arbeitsbuches „Ich bin was Besonderes“ bietet Gelegenheit dazu. Die Übungen zu den Arbeitsblättern „mein äußeres Ich“ und „mein inneres Ich“ stellen eine ausgezeichnete Einführung dar. Bei Teilnehmern, die sich nie zuvor gesehen haben, wird diese Art des Angebots einer Vorhersagbarkeit und Klarheit behilflich sein, sich sicherer zu fühlen.

Falls sich die Teilnehmer bereits kennen, sollten die schon bestehenden Beziehungen und Verknüpfungen bei der Zusammensetzung der

Gruppe mit einbezogen werden, da sie sicherlich in den Sitzungen eine Rolle spielen werden. So kann es zum Beispiel sein, dass die Sitzung zum Thema „meine schwächere Seite“ für einen Teilnehmer sehr unangenehm sein kann, da er derselben Gruppe zugeordnet wurde, wie jener, der ihn im Alltagsleben schikaniert. Positive Beziehungen sollten daher in der Gruppe vorherrschen.

Die Art der Platzierung der einzelnen Teilnehmer im Raum ist ebenfalls sehr wichtig: Leicht abzulenkende Teilnehmer sollten zum Beispiel besser nicht so nah ans Fenster gesetzt werden, und häufig wird ein Umsetzen nach der ersten oder zweiten Sitzung notwendig. Sollten zwei Teilnehmer eine sehr enge Beziehung haben, ist es besser, sie voneinander zu trennen. Teilnehmer, die spezielle Aufmerksamkeit benötigen, können sich neben den Gruppenleiter setzen.

Klare Vereinbarungen im Vorfeld

Aufgrund ihrer Schwierigkeiten mit sozialer Interaktion weisen Teilnehmer mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus häufig Defizite im Hinblick auf bestimmte Fähigkeiten zur Teilnahme an Gruppendiskussionen auf. Daher ist die Aufstellung klarer Regeln für die Sitzungen für sie und für den Gruppenleiter eine große Hilfe. Im Folgenden sind einige Beispiele für diese Regeln aufgeführt:

- Wir hören einander zu.
- Wir lassen den Anderen den Satz beenden.
- Wir heben unsere Hand, wenn wir etwas fragen oder sagen möchten.
- Wir berühren Andere nicht.
- Wir kritisieren niemanden.
- Wir schreiben alle Fragen auf, die während der Woche aufkommen oder bitten unsere Eltern dies für uns zu tun.

Diese Regeln können visualisiert werden, indem sie auf die Tafel oder ein Flip-Chart geschrieben werden.



Einführung der autistischen Person in das Thema Autismus

Zuallererst setzen wir uns ein Ziel: Wir möchten uns selbst und unsere Form des Autismus besser kennen lernen.

Der Gruppenleiter erläutert zunächst, dass sich das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ in erster Linie an die Teilnehmer selbst richtet und ihnen behilflich sein soll, sich selbst besser kennen zu lernen. Die Broschüre wird zum persönlichen Arbeitsbuch der jeweiligen autistischen Person und ist gewissermaßen ein Buch, bei dem sie Co-Autor ist. Das Abgeben des Buches in den Sitzungen ist nicht unbedingt notwendig, und die Teilnehmer können sich Teile des Arbeitsbuches nach den Sitzungen noch einmal durchlesen.

Das Arbeitsbuch kann entweder ganz oder in Teilen angewendet werden, um der autistischen Person andere Menschen vorzustellen. Wenn Eltern zum Beispiel Kontakt mit einer neuen Schule, einer neuen Gruppe, oder einem Freizeitlager aufnehmen, benötigen sie ein Medium zur Vermittlung von Informationen über ihr Kind. Nicht alle Kinder oder Jugendlichen mit autistischen Zügen sind damit einverstanden, jedoch fällt es ihnen gleichzeitig schwer, selbst über sich zu sprechen. Wir erklären ihnen, dass sie sich in Zukunft mit Hilfe des Arbeitsbuches besser vorstellen können, denn indem sie eine andere Person ihr Arbeitsbuch lesen lassen, werden sie in der Lage sein, Schlüsselinformationen über sich selbst zu geben, ohne sich der direkten Kommunikation bedienen zu müssen.

Wir müssen ebenfalls deutlich darauf hinweisen, dass das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ ihnen nicht alles über Autismus oder über sich selbst verraten wird. Eine Reihe von Kindern und Jugendlichen mit autistischen Zügen wird möglicherweise so etwas denken wie „Lass uns dies schnell beenden, damit ich mein ‘Autismus-Zertifikat’ bekomme und alles darüber weiß“. Eben aus diesem Grund müssen wir ihnen klar machen, dass sie zwar sehr viel durch das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ lernen werden, dass es aber ein nie endender Prozess sein wird, „sich selbst wirklich zu kennen“. Dasselbe gilt, wenn man alles über Autismus wissen und wirklich verstehen möchte. Darüber hinaus erklären wir ihnen, dass ihnen durch die Broschüre zwar Informationen

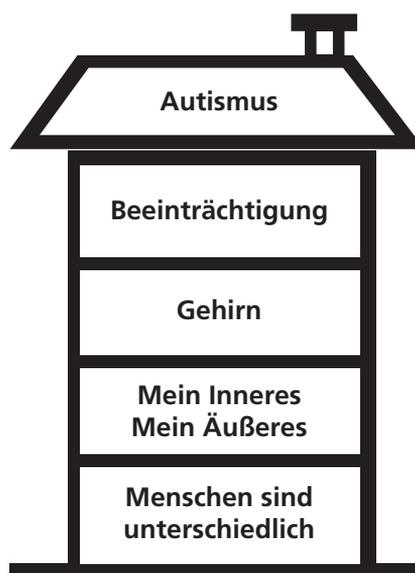
vermittelt werden, es jedoch damit nicht getan ist. Es geht vielmehr um die Anwendung und Umsetzung dieses Wissens im wirklichen Leben, und das Arbeitsbuch kann folglich nur als Beginn eines länger währenden Prozesses angesehen werden.

Themenüberblick

Da Menschen mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus sehr viel Wert auf Vorhersagbarkeit legen, sollte ihnen der Gruppenleiter von Beginn an einen Überblick über die im Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ zu behandelnden Themen geben.

Das Ziel der ersten Sitzungen sollte erläutert werden, da einige Teilnehmer erwarten, dass das Thema Autismus bereits in der ersten Sitzung behandelt wird. Wird dies versäumt, werden sie nicht verstehen, warum man sich in den Sitzungen mit etwas Anderem, zum Beispiel mit dem Gehirn beschäftigt, und es besteht das Risiko, dass sie das Interesse verlieren.

Zur Aufrechterhaltung der Motivation vor dem tatsächlichen Abschnitt über Autismus ist es besser, ein eine Struktur symbolisierendes Bild zu benutzen, zum Beispiel ein Haus. Der Gruppenleiter könnte ein Haus malen und anhand dessen die Struktur des Arbeitsbuches erläutern. Ferner könnte erörtert werden, dass die Sitzungen über den Körper, das Innere und das Äußere und andere Beeinträchtigungen die notwendigen Grundlagen zum Aufbau des Wissens über Autismus darstellen.



Ein weiteres Bild, das man bei Menschen mit autistischen Zügen gut anwenden könnte, ist das Alphabet. Der Gruppenleiter könnte ihnen erklären, dass in den ersten Sitzungen die Buchstaben gelernt werden müssen, mit denen man die Geschichte über Autismus lesen, schreiben und verstehen kann.

Darüber hinaus ist es empfehlenswert, zu Beginn jeder Sitzung eine Zusammenfassung der noch verbleibenden Teile zu geben. Das Arbeitsbuch enthält hierzu Inhaltsverzeichnisse.

Dem Arbeitsbuch einen Platz zuordnen

Wenn wir davon sprechen, dem Buch „einen Platz zu geben“ meinen wir, das Arbeitsbuch und die damit verbundenen Sitzungen auf eine Weise zu erklären, dass die autistische Person diesem einen Platz in ihrem Leben geben kann. Menschen mit autistischen Zügen haben Schwierigkeiten, Verbindungen zwischen den einzelnen Dingen herzustellen, und wir müssen ihnen dabei behilflich sein, das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ mit ihrem Alltagsleben zu verknüpfen.

Zunächst tun wir dies, indem wir ihnen einen Überblick nicht nur über die Inhalte sondern auch über Häufigkeit, Dauer und Ort der Treffen oder Sitzungen geben. Dies ermöglicht klar zugeschnittene Antworten auf die Fragen was, wann, wie oft und wie lange geschieht. Zweitens geben wir ihnen klare Informationen zu den beteiligten Personen. Das bedeutet nicht nur einfach zu sagen, wer durch die Sitzungen führen wird, sondern Antworten geben zu können auf Fragen wie „Wer kann, könnte eventuell oder muss unbedingt in mein Arbeitsbuch schauen?“, „Mit wem kann ich darüber sprechen?“, „An wen kann ich mich wenden, wenn ich zu dem Arbeitsbuch oder seinen Inhalten Fragen habe?“ Darüber hinaus sollte die Einbeziehung der Eltern und/oder anderen Betreuer ebenfalls klargestellt werden. Hat ein junger Mensch ein Netzwerk von Personen, die mit ihm regelmäßig kommunizieren, wie zum Beispiel ein Programmleiter, ein Betreuer, ein Mentor oder ein Psychologe, sollte dem Arbeitsbuch ein eindeutiger Platz in diesem Netzwerk zugewiesen werden.

In Abhängigkeit von ihren Erfahrungen und Erwartungen werden die Teilnehmer den Sit-

zungen über das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ eine bestimmte Bedeutung beimessen. Wenn es sich um Gruppensitzungen handelt, werden manche sie als eine Art Training für soziale Fähigkeiten wahrnehmen. Ebenfalls abhängig von ihren zuvor gemachten Erfahrungen mit dieser Art des Trainings werden diese positive oder negative Assoziationen wecken. Einige junge Leute und Erwachsene nehmen die Sitzungen möglicherweise als Unterrichtsstunden wahr, insbesondere jene über den eigenen Körper. Handelt es sich jedoch um Einzelsitzungen, sollten sie in den übergeordneten Kontext der pädagogischen und therapeutischen Sitzungen eingefügt werden.



Seitennummerierung

Das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ ist für eine flexible und individuelle Anwendung gestaltet worden. Daher ist es jedem selbst überlassen, die Arbeitsblätter durchzunummerieren oder nicht. Dies ermöglicht auf eigenen Wunsch Arbeitsblätter hinzuzufügen, auszulassen oder zu ersetzen, ohne Gefahr zu laufen, aufgrund der „falschen Reihenfolge“ der Seiten Verwirrung unter den Teilnehmern hervorzurufen.

Selbstverständlich besteht trotzdem die Möglichkeit, dass der Programmleiter oder die Teilnehmer selbst die Seiten durchnummerieren.

Arbeitsblätter austauschen, auslassen oder hinzufügen

Die Arbeitsblätter sind in einer logischen Reihenfolge strukturiert und orientieren sich am im Abschnitt zum theoretischen Hintergrund beschriebenen Aufbau. Der Programmleiter kann die Reihenfolge frei bestimmen, Dinge auslassen oder Elemente hinzufügen.

Dennoch sollte man die Arbeitsblätter über das Äußere des Körpers zum Beispiel direkt nach den ersten Arbeitsblättern über das Äußere der Person durchgearbeitet haben, bevor man zum Inneren des Körpers übergeht (siehe Arbeitsblätter über die Persönlichkeit, etc.).

Auch wenn es bei bestimmten Individuen, insbesondere bei Jugendlichen und Erwachsenen angemessen und wünschenswert erscheint, bestimmte Teile des Arbeitsbuches auszulassen, zum Beispiel jene über den Körper, ist eine vor-schnelle Entscheidung nicht ratsam. Die meisten Teilnehmer haben bereits etwas über den Körper in der Schule gelernt, jedoch könnte ihr Wissen nicht mehr präsent oder präzise sein. Ein kurzes Auffrischen kann daher nicht schaden, denn dadurch werden ihre Erinnerungen an das Thema wieder „zum Leben erweckt“, und der Programmleiter kann sehen, wie viel die Teilnehmer tatsächlich über sich selbst wissen und/oder realisieren. Bei vielen jüngeren Menschen ist dieser Teil leichter, da der Unterricht darüber nicht allzu weit zurückliegt, so dass dieser Teil als eine Art Pause zwischen den einzelnen mehr Mühe erfordernden Arbeitsblättern angesehen wird.

Autistische Menschen, insbesondere jene mit stärker ausgeprägten verbalen Fähigkeiten, werden allzu leicht überschätzt. Wir sollten daher bei ihnen kein bestimmtes Wissen oder bestimmte Fähigkeiten voraussetzen, ohne ihr tatsächliches Können überprüft zu haben. So stellte sich beispielsweise heraus, dass für eine Gruppe normal intelligenter Erwachsener mit Störungen aus dem Formenkreis Autismus während eines Kurses unseres Trainingsprojekts zum Thema „Fähigkeiten des täglichen Lebens“ die Tatsache, dass jeder Mensch über ein Inneres und ein Äußeres verfügt, und welche Dinge zu diesem Inneren bzw. Äußeren gehören sowie die Einzigartigkeit eines jeden Individuums vollkommen neu zu sein schienen. Die meisten Teilnehmer suchten regelmäßig nach Worten, wie „Charakter“, „Persönlichkeit“, „inneres Ich“, etc. Vor Beginn des Kurses dachten wir, dass die Teilnehmer die Arbeitsblätter über das Äußere des Menschen und das Innere eher zu einfach finden, aber wir hatten uns getäuscht. Was für uns selbstverständlich erschien, war für sie eine völlig neue Entdeckung.

Bei einigen als schwierig empfundenen Teilen kann der Programmleiter ein paar leichtere und spielerischere Arbeitsblätter zur Entspannung einfügen. Zum Beispiel kann er bei dem Abschnitt über die Persönlichkeit eine Collage über die Sternbilder des Horoskops machen oder in dem Abschnitt über Beeinträchtigungen ein Bild von einem Rollstuhl ausmalen lassen.

Sollten Sie sich dafür entscheiden, Blätter auszulassen oder an anderer Stelle zu bearbeiten, so müssen die Inhaltsverzeichnisse jedes Abschnitts ebenfalls dementsprechend abgeändert werden.

Induktiver und deduktiver Gebrauch der Arbeitsblätter

Es gibt zwei verschiedene Arten von Arbeitsblättern:

- Arbeitsblätter mit wenig oder ohne Text: Die meisten befinden sich am Anfang des Arbeitsbuches, in den Abschnitten über die Unterschiede zwischen verschiedenen Menschen und über den menschlichen Körper. Nach einer kurzen Einführung werden diese Arbeitsblätter an die Teilnehmer zum Ausfüllen verteilt.
- Arbeitsblätter mit mehr Text: Diese Arbeitsblätter enthalten meist Informationen, die die Teilnehmer auf sich selbst anwenden oder zu denen sie Beispiele geben müssen. Dieser Abschnitt über Autismus besteht in erster Linie aus Arbeitsblättern dieser Art.

Im Falle der zweiten Sorte Arbeitsblätter können zwei Methoden zur Anwendung kommen:

Die deduktive Methode: Der Programmleiter fasst die Informationen zu den Arbeitsblättern zusammen und lässt den Teilnehmer das Arbeitsblatt durchlesen, und anschließend stellt er Fragen zu den Informationen oder gibt zusätzliche Erklärungen.

Die induktive Methode: Der Programmleiter stellt gezielte Fragen, so dass die Teilnehmer sich selbst Wissen zu den Arbeitsblättern aneignen oder einen Einblick gewinnen. Haben sie erst einmal alle Antworten gegeben, bekommen sie die Arbeitsblätter zum Durchlesen und als Zusammenfassung.

Ich selbst ziehe die zweite Methode vor. Die auch in meinem Buch „Brain Cheats“ („Das Gehirn mogelt“) beschriebene Methode wird auch die „sokratische Methode“ genannt. Ebenso wie Sokrates gibt nicht der Programmleiter eine Antwort oder Erklärung, sondern er stellt nur die richtigen Fragen, so dass der Teilnehmer selbst auf die passenden Antworten kommen kann. Auf diese Weise können wir Wissen oder einen Einblick gewissermaßen „herbeiführen“.

Die induktive oder „sokratische Methode“ hat eine Reihe von Vorteilen:

- Sie ist keine herkömmliche schulische Methode. Besonders Teilnehmer mit weniger positiven Erfahrungen mit Schulen oder solche, die Unterricht ablehnen, werden nicht unnötig in Aufregung versetzt.
- Dadurch wird das Selbstwertgefühl der Teilnehmer gesteigert, denn sie haben von sich aus die richtige Schlussfolgerung gezogen. Der Programmleiter kann mit Hilfe der „sokratischen Methode“ auch weitaus mehr positive Verstärkung geben, zum Beispiel „Gut gemacht!“, oder „Richtig!“. Dies bedeutet natürlich, dass der Programmleiter die richtigen Fragen stellen muss.
- Diese Methode führt darüber hinaus zu einer aktiveren Beteiligung der Teilnehmer, da sie dadurch stärker einbezogen werden.
- Die Rolle des Programmleiters besteht folglich weniger darin, die Teilnehmer überzeugen oder ihnen Beweise liefern zu müssen, da sie sich selbständig Informationen erarbeiten.

Ziele überprüfen

In der Anleitung listen wir die Ziele eines jeden Abschnitts auf. Wir empfehlen, nach jeder Sitzung zu überprüfen, was die Teilnehmer von den Inhalten verstanden haben und wie sie sie verstanden haben. Dies kann in Form einer Liste von Fragen (mündlich oder schriftlich), einer Art Test (aber beobachten Sie die Kinder und Erwachsenen dabei gut und schauen Sie, ob sie auf Schule ablehnend reagieren) oder in der Gruppe in Form eines Quiz' geschehen.

Im Arbeitsbuch findet man ein Beispiel hierzu: das „Richtig-oder-falsch-Arbeitsblatt“ zum Formenkreis Autismus.

Um die Auswirkungen der Sitzungen zu überprüfen, ist es nicht ausreichend, das Verständnis der Teilnehmer am Ende jedes Abschnitts oder in den Sitzungen selbst abzufragen. Das gute Gedächtnis und das kontextspezifische Verhalten von autistischen Personen kann uns fälschlicherweise glauben lassen, dass sie Wissen über etwas erlangt oder die Bedeutung von etwas erfasst haben.

Am besten richtet der Programmleiter sein besonderes Augenmerk auf die Übertragung des

Gelernten. Dies kann zum Beispiel dadurch geschehen, indem man den Teilnehmern die Aufgabe stellt, über die Sitzungen zu Hause oder an einem anderen Ort zu erzählen. Viele Kinder und Jugendliche werden dies jedoch nicht spontan tun, und daher ist es häufig besser, die Eltern zur Befragung ihres Kindes zu ermutigen, um überprüfen zu können, was es von den in den Sitzungen erhaltenen Informationen tatsächlich verstanden hat. Wichtig ist es, den Teilnehmern von Beginn an zu verdeutlichen, dass die in den Sitzungen besprochenen Inhalte ebenfalls zu Hause diskutiert werden sollten. Aufgrund der für Menschen mit autistischen Zügen typischen Art zu denken (manchmal kombiniert mit Motiven, wie Scham oder Abwehr gegenüber der Diagnose) würden manche Teilnehmer die Inhalte des Arbeitsbuches ansonsten ausschließlich und ausnahmslos nur auf die Sitzungen begrenzen.

Evaluation

Zur Überarbeitung der Inhalte und Methoden des Arbeitsbuches „Ich bin was Besonderes“ würden wir gern die Sitzungen und das Arbeitsbuch durch die Teilnehmer bewerten lassen. Als Beispiel hierfür dient der während der Probendurchläufe in den Gruppensitzungen angewendete und in diesem Arbeitsbuch enthaltene Beurteilungsbogen.

Unserer Erfahrung nach erfolgt eine Evaluation am besten in schriftlicher und strukturierter Form. Im Gegensatz zur Vorstellung mancher Leute sind autistische Personen durchaus fähig, ihre Meinung auszudrücken und einfühlsame und sogar sehr treffende Bemerkungen zu machen. Für sie ist es am einfachsten, wenn man ihnen gezielte Fragen stellt und ihnen genug Zeit lässt, damit sie ihre Gedanken ordnen und ausformulieren können. Ein strukturierter Fragebogen ist eine größere Hilfe als ein informelles Gespräch mit offenen Fragen, wie zum Beispiel „Was dachtest du darüber?“.

Nachdem sie die Bögen ausgefüllt haben, können die Antworten selbstverständlich diskutiert werden.

Mögliche Auswirkungen

Hauptziel des Arbeitsbuches ist es, Kindern, Jugendlichen oder Erwachsenen das Thema Autismus näherzubringen und sie über die „Au-

tismus“ genannte Beeinträchtigung zu informieren.

Die Broschüre kann lediglich als Hilfsmittel betrachtet werden, und zusätzlich werden noch viele andere Quellen herangezogen werden müssen: An erster Stelle seien da regelmäßige Gespräche mit den autistischen Menschen angeführt. Darüber hinaus sollte darauf hingewiesen werden, dass dieses Arbeitsbuch eher informativen statt therapeutischen Charakter hat.

Aus diesem Grund sollte man keine Wunder von ihm erwarten. Es gibt weder eine Garantie, dass der Teilnehmer seine Beeinträchtigung vollständig verstehen wird, noch ist zu erwarten, dass ein junger autistischer Mensch mit einem realistischen Selbstkonzept oder mit Antworten auf alle seine Fragen aus den Sitzungen herausgehen wird, noch dass durch sie alle Zweifel oder Vorbehalte ausgeräumt werden können. Das Arbeitsbuch ist lediglich ein Schritt innerhalb eines lebenslangen Lernprozesses, im Rahmen dessen man lernt, sich selbst zu verstehen und sein Leben als autistische Person zu akzeptieren.

Aber auch trotz dieser Vorbehalte ist das Arbeitsbuch von großem Nutzen. So hat die Erfahrung folgende Auswirkungen zu Tage treten lassen:

- Das Arbeitsbuch kann Katalysatorwirkung haben und den Prozess im Umgang mit der Beeinträchtigung aktivieren und beschleunigen.
- Das Arbeitsbuch deckt mehr von den Teilnehmern auf als durch eine normale Konversation in Erfahrung gebracht werden kann. Daher kann es ohne jegliche Nachbereitung nicht eingesetzt werden.
- Das Arbeitsbuch „Ich bin was Besonderes“ kann den Willen von Kindern, Jugendlichen oder jungen Erwachsenen steigern, Hilfe und Anleitung anzunehmen. Das Arbeitsbuch kann der Person helfen, eher zu verstehen, warum sie zu einer speziellen Schule geht, warum Hilfsmittel wie Stundenpläne verwendet werden, warum einige Dinge schwierig sind, etc.
- Das Arbeitsbuch kann einem Menschen mit autistischen Zügen helfen, ein ausgeglicheneres Selbstkonzept und ein besseres Verständnis von Autismus zu bekommen. Es ist

eine Möglichkeit, Assoziationen, Bedeutungen und Erfahrungen, die zuvor aufgrund der autistischen Denkweise im Schwarzweiß-Schema abliefen, als absolut galten oder verzerrt waren, zu korrigieren: Das Arbeitsbuch kann eine Reihe von Missverständnissen aus dem Weg räumen.

- Es ist ein ideales Instrumentarium, um psychologische oder psychotherapeutische Unterstützung hinzuzuziehen, da man auf diese Weise die autistischen Personen besser kennenlernen kann und es Diskussionsmaterial liefert.
- Das Arbeitsbuch eignet sich ebenfalls als Bestandteil eines Trainings der sozialen Fähigkeiten.

Da die Informationen niedergeschrieben werden, ist das Arbeitsbuch auch ein Instrument zur geordneten Kommunikation über Autismus und zu seiner unmissverständlichen Veranschaulichung. Liest jeder aus dem Umfeld des Kindes, des Jugendlichen oder des Erwachsenen das Arbeitsbuch, können dieselben Informationen und dieselbe Terminologie benutzt werden. Dies kann eine große Hilfe sein, da sich die autistischen Menschen sehr leicht verwirren lassen, wenn verschiedene Leute mit unterschiedlichen Worten im Grunde dasselbe sagen wollen.

Die Anwendung des Arbeitsbuches bei anderen Zielgruppen

Nach einigen Änderungen lässt sich das Buch ebenfalls zur Erläuterung von Autismus bei Geschwistern oder Klassenkameraden des Kindes oder Jugendlichen anwenden. Die in den Kästchen geschriebenen Worte „ich“ und „mein“ können durch „mein(e) Bruder/Schwester“ und „sein/ihr“ ersetzt werden. Denkbar für uns wären auch Sitzungen in folgendem Kontext:

- Eine Klasse einer Regelschule mit einem autistischen Kind oder Jugendlichen,
- Übungen zu Hause,
- eine Jugendbewegung, Spielgruppe oder ein Freizeitlager.

