

Der Autist im Fluss des Spektrums - Autismus auf den Punkt gebracht

Ein Beitrag von Inter-Mundos (www.inter-mundos.de)

Thomas Schneider

25.08.2018

Inhaltsverzeichnis

Der Autist im Fluss des Spektrums - Autismus auf den Punkt gebracht	1
Warum ist das so?	2
Autismus ist kein Mangel!	3
Autismus auf den Punkt gebracht	5
Fazit	6

Der Autist im Fluss des Spektrums - Autismus auf den Punkt gebracht

Ein wichtiges Thema - gerade in Zeiten der geplanten Autismus-Strategie und der immer präziser werdenden Diagnostik, die auch Autisten am äußersten Ausläufer des hochfunktionalen Spektrums mit einschließt - ist die Einteilung des Spektrums selbst. Ein wichtiger Schritt war es, die frühere Aufteilung in frühkindlicher Autismus, atypischer Autismus, hochfunktionaler Autismus und Asperger-Syndrom aufzulösen und als "Autismus-Spektrums-Störung (ASS)" zusammenzufassen. Ein Problem besteht allerdings weiterhin - denn die Einstufung des Autisten im Spektrum ist letztendlich nur eine Momentaufnahme seiner Außenwirkung während der Diagnose. Sie wird aber nicht als solche betrachtet, sondern dient von da an als Blaupause seiner künftigen Betrachtung. Die individuelle Einordnung eines Autisten zu einem bestimmten Teilbereich des Spektrums ist aber nicht starr. Sie ist vielmehr fließend und ständigen Veränderungen unterworfen.

Hierbei muss allerdings ebenfalls beachtet werden, dass dies keiner langfristigen Entwicklung gleichzusetzen ist. Die Einordnung, wo im Spektrum ein Autist gerade steht, ist nämlich direkt davon abhängig, wie viel Energiereserven er in diesem konkreten Moment noch zur kognitiven Kompensation besitzt und wie viel die aktuelle Situation

davon verzehrt. Auch ist der Spielraum in Richtung des höher funktionalen Bereiches des Spektrums sehr begrenzt, da hier der Umfang des kognitiven Puffers den entscheidenden Faktor darstellt. Zum frühkindlichen Bereich des Spektrums hingegen ist der Spielraum nahezu unbegrenzt, da hier nicht der Puffer an sich entscheidend ist, sondern wie viel Reserven aktuell noch vorhanden sind.

Dies bedeutet aber leider auch, dass ein frühkindlicher Autist niemals die Funktionalität eines Asperger-Autisten erreichen wird. Allerdings sind Verbesserungen in Teilbereichen durchaus möglich. Aber nicht durch falsche Therapieansätze, sondern ausschließlich durch die Reduzierung unnötiger Stressoren und der Schaffung von Rahmenbedingungen in denen sich der Autist bestmöglich entfalten kann.

Auf der anderen Seite kann ein hochfunktionaler Autist sehr wohl tief in den weniger funktionalen Teil abrutschen. Das ist etwas, was leider allzu oft übersehen wird. Je weniger von den Energiereserven noch vorhanden ist, desto weniger kann das Gehirn des sonst so unauffälligen Autisten auf kognitiver Ebene kompensieren und desto mehr auffällige autistische Eigenheiten zeigt er. Dieses Abrutschen kann situationsbedingt nur von kurzer Dauer sein, es ist aber auch möglich, dass sich die Defizite langfristig verstärken, wenn sich z.B. die Lebensumstände ändern und der Energiegrundumsatz stark ansteigt.

Aus diesen Gründen ist eine starre Schematisierung bei Autisten nicht anwendbar. Autisten lassen sich nicht standardisieren oder in eine Musterlösung im Umgang mit Ihnen zwingen. Es bedarf vielmehr ein generelles Umdenken im Bezug auf Autisten, welches auch die flexible Betrachtung Ihrer Defizite berücksichtigt.

Menschen, die mit Autisten arbeiten oder auch nur mittelbar mit ihnen zu tun haben, müssen zum Einen ein Verständnis dafür entwickeln, dass kein Autist wie der Andere ist. Zum Anderen muss aber auch dasselbe Verständnis dafür entwickelt werden, dass derselbe Autist in derselben Situation nicht zwangsläufig gleich reagieren wird oder dass eine gemeinsam erarbeitete Lösung für nicht immer und in jeder Situation Bestand haben wird.

Einem Autisten muss zugestanden werden, dass er eine bestimmte Situation mit genügend - unsichtbarem - Puffer neun mal sehr gut meistern konnte, beim zehnten Male aber - durch Fehlen ebendieses Puffers - in einen Overload samt Handlungsunfähigkeit gerät und dieser Umstand nichts mit "Unwillen" zu tun hat.

Warum ist das so?

Ein Erschöpfen der Energiereserven und der damit nicht mehr möglichen kognitiven Kompensation führt im Gehirn IMMER zu einer Panikreaktion. Nicht, weil die Situation tatsächlich gefährlich wäre, sondern weil das Gehirn beim Versagen des kognitiven Schutzschirms so stark mit Informationen überflutet wird, dass eine Einstufung der Situation in "gefährlich / ungefährlich" nicht mehr möglich ist. In einem solchen Fall

greifen uralte Überlebensmechanismen, die außerhalb jeder bewussten Beeinflussung stehen - Angriff, Starre oder Flucht.

Genau das lässt sich bei Autisten während ihrer Overloads sehr gut beobachten. Manche verfallen in eine Reglosigkeit und ziehen sich komplett in sich zurück, manche versuchen der Situation zu entfliehen und für wieder andere gibt es keinen anderen Ausweg, als den Sturm nach vorn - Sie kennen ihn: den Meltdown. Denn nichts anderes ist ein Meltdown - der Versuch, mit Gewalt gegen sich oder andere, der unerträglichen Situation zu entfliehen.

Autismus ist kein Mangel!

Autismus bedeutet für mich keinen Mangel an etwas. Autismus ist für mich das Vorhandensein der Fähigkeit des Gehirns, mehr Informationen transportieren zu können, als es in der gleichen Zeit zu verarbeiten fähig ist. Aber nicht, weil es weniger leistungsfähig wäre, sondern gerade deshalb, weil es in einem bestimmten Bereich deutlich leistungsfähiger ist, als das Gehirn von Nicht-Autisten. Paradox, nicht wahr?

Dieses "Mehr" ist das, was alle Autisten verbindet. Was uns unterscheidet, ist das Vorhandensein und die Ausprägung des kognitiven Puffers. Allein dieser angeborene Puffer entscheidet, wie sich der jeweilige Autist entwickeln wird und wie stark er sich an die nicht-autistische Gesellschaft anpassen kann, um an ihr Teilhaben zu können.

Dieser unbewusste Lernprozess funktioniert allerdings nur bei einem entspannten Gehirn mit ausreichenden Energiereserven. Stellen Sie sich nur einmal vor, Sie müssten sich nach einem langen und geistig fordernden Tag völlig übermüdet auf eine Prüfung vorbereiten - viel werden Sie vom Lernstoff nicht mehr aufnehmen können. Genauso verhält es sich bei Autisten in den ersten Lebensjahren. Wo "normale" Kinder durch die fehlende Reizüberflutung unbewusst alles in sich aufsaugen können, was sie für ihr künftiges Leben an Werkzeugen brauchen - egal ob Sprache, motorische Fertigkeiten oder unausgesprochene soziale Mechanismen - Autisten hingegen bleibt hierfür nur der kleine Rest kognitiver Leistungsfähigkeit, der nach der kraftraubenden Kompensation noch übrig bleibt.

Autisten im hochfunktionalen Bereich des Spektrums wirken nach außen hin also nur deshalb unauffälliger, weil sie von der Natur mit einem stärker ausgeprägten kognitiven "Schutzschild" ausgestattet worden sind, mit dessen Hilfe sie viele der non-verbalen Mechanismen der sozialen Interaktion doch noch erlernen können. Allerdings nur mühsam auf der bewussten Ebene - daher ist auch das Anwenden dieser Mechanismen nur auf bewusster Ebene und somit nur mit erheblichem Energieaufwand möglich. Bei frühkindlichen Autisten ist der Schutzschild hingegen so dünn, dass dieser oft bereits bei den kleinsten äußeren Einflüssen zusammenbrechen kann und daher nicht mehr genügend Reserven übrig bleiben, um erweiterte Fähigkeiten zu erlernen - zum Beispiel die Sprachentwicklung.

UNTERSCHIEDE IN DER BEWUSSTEN WAHRNEHMUNG BEI AUTISTEN UND NICHT-AUTISTEN

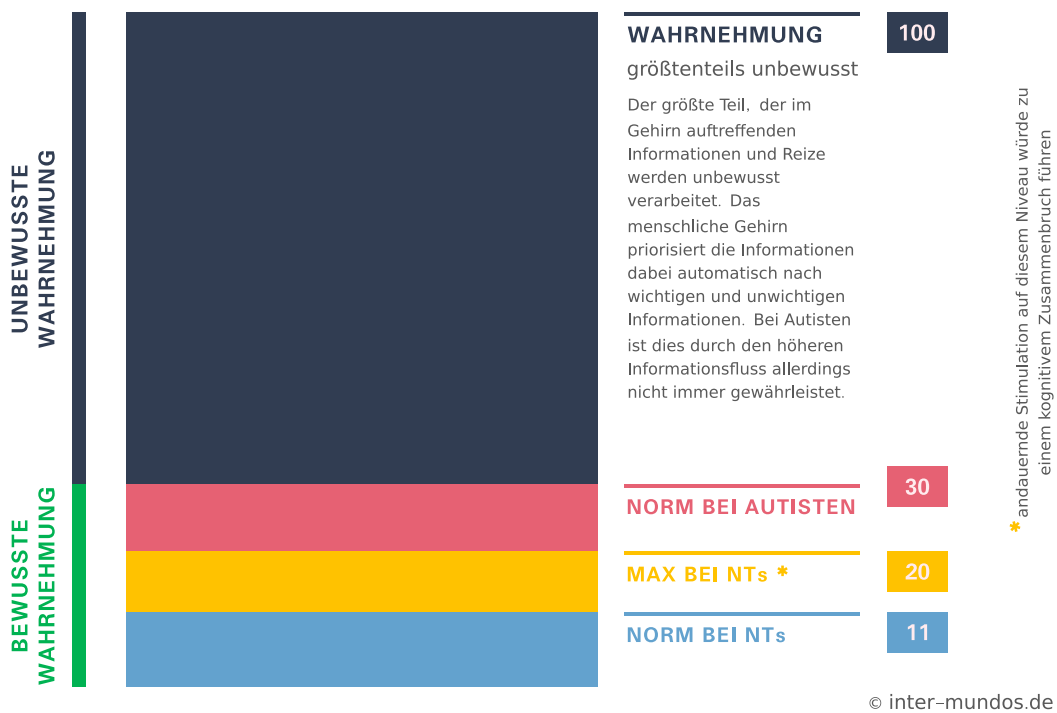


Abbildung 1: Grafische Darstellung Unterschiede in der bewussten Wahrnehmung bei Autisten und Nicht-Autisten

Ich habe bewusst zwei Beispiele gewählt, die eher den Extremen des Spektrums entsprechen, um zu verdeutlichen, dass die Ursache zwar dieselbe ist, die individuelle Ausprägung aber unterschiedlicher nicht sein könnte. Zwischen den beiden Extremen ist nämlich alles möglich und welche Fähigkeiten ein Autist erwirbt und auch erwerben kann hängt einzig und allein von der Dicke des Schutzschildes und dem Umfeld ab, in dem er aufwächst. Ein Autist, der das Privileg hat, in einem Umfeld aufzuwachsen, das durch Hingabe, Liebe, Rückhalt und Verständnis geprägt ist, wird auch das Potential, welches in ihm steckt bestmöglich entfalten können.

Autismus auf den Punkt gebracht

Brechen wir das komplexe Thema Autismus also einmal auf die wesentlichen Merkmale herunter:

1. das Gehirn von Autisten kann mehr Informationen transportieren, als es in derselben Zeit verarbeiten kann
2. Informationen, die nicht verarbeitet werden können, müssen kraftaufwändig über die bewusste Wahrnehmung verarbeitet werden
3. ist die kognitive Leistungsfähigkeit erschöpft, kommt es zu einer Reizüberflutung und das Gehirn schaltet in den "Panikmodus"
4. im Panikmodus übernehmen uralte Überlebensmechanismen das Kommando - der Autist kann sich also nicht anders verhalten, als er es in diesem Moment tut. In dieser Situation tut er es also niemals mit Vorsatz!

DER WEG DER REIZÜBERFLUTUNG - FOLGEN UND PANIK

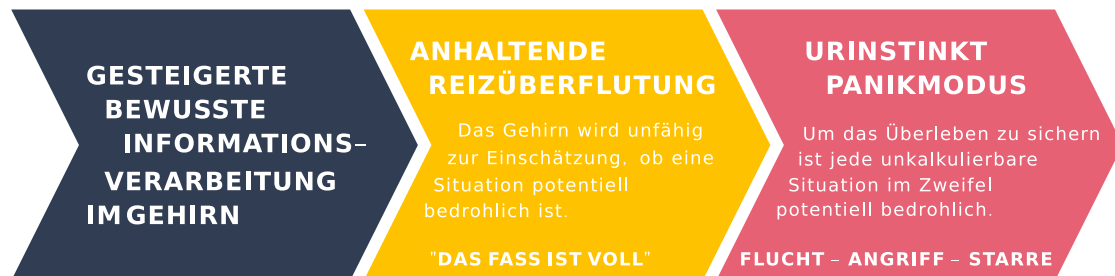


Abbildung 2: Reizüberflutung führt bei Überlastung zu "Fight or Flight"

Sehen Sie? Autismus ist im Grunde gar nicht so kompliziert, wie es scheint. Kompliziert wird es nur durch die Vielzahl möglicher äußerer Ausprägungen. Diese sind aber letztendlich nichts weiter als ein Resultat des zusammenbrechenden Schutzschildes und der damit zusammenbrechenden Kompensationsfähigkeit. Scheinbar nicht oder nur schwach ausgeprägte Defizite sind lediglich ein Trugschluss, der daraus entsteht.

Konzentrieren wir uns nun also auf den kleinsten gemeinsamen Nenner. Denn dadurch wird dieses komplexe Thema plötzlich für jedermann leichter greifbar und vor allem

begreifbar. Auf diesen Nenner sollten wir auch die Hilfen ausrichten, mit denen wir das Leben von Autisten verbessern können. Und nur an diesen Nenner sollte die Gewährung eines GdB gekoppelt werden und nicht an die sozialen Anpassungsschwierigkeiten. Denn diese sagen rein gar nichts darüber aus, mit welchen Problemen wir Autisten Tag für Tag zu kämpfen haben.

Effektive Hilfen für Autisten können also nur diejenigen Maßnahmen sein, die individuell, flexibel, nach dem **aktuellen** Bedarf ausgerichtet und nicht an äußere Ausprägungen gekoppelt sind.

Fazit

Für eine grobe Einteilung, um auf den ersten Blick zu sehen, wo ein Autist im Spektrum ungefähr einzuordnen ist, eignet sich die alte Aufteilung natürlich weiterhin. Man sollte sie allerdings auch nur für diesen einen Zweck verwenden und diese nicht als Grundlage für die Gewährung von Hilfen gebrauchen.

Denn nur weil ich weiß, in welcher Richtung ein ferner Ort ungefähr liegt, bedeutet das noch lange nicht, dass ich diesen ohne Karte auch tatsächlich finden kann.

Bei der Betrachtung eines Autisten dürfen zwei Dinge niemals vergessen werden.

1. eine Verbesserung und damit eine Reduzierung bestimmter Defizite kann niemals erzwungen werden, sondern wird nur dadurch erreicht, indem die Rahmenbedingungen verbessert werden
2. eine stärkere Ausprägung der autistischen Defizite ist jederzeit möglich, da deren Kompensation direkt von den verbleibenden Energiereserven abhängt. Das zeitliche Andauern der Verschlechterung wird vom Vorhandensein des erhöhten Energiebedarfs bestimmt

Für ein besseres Verständnis von Autisten muss in Zukunft deutlich mehr Aufklärungsarbeit betrieben werden. In erster Instanz natürlich bei Erzieherinnen, Lehrern, Therapeuten, Ärzten, Behörden, sowie allen Personengruppen, die beruflich mit Autisten zu tun haben können. Im zweiten Schritt muss die gesamte Bevölkerung in die Aufklärung mit einbezogen werden. Wir sind Teil der Gesellschaft und können an dieser nur wirklich teilhaben, wenn wir nicht ständig auf Unverständnis stoßen oder uns für etwas rechtfertigen müssen, wofür wir nichts können.