NEIN, IHR SOHN IST NICHT AUTISTISCH! DER GAMED!

Max, du kommst nun schon das dritte Mal in dieser Woche zu spät !!
Stimmt!

WARUM LEIDET EIGENTLICH MEINE TOCHTER NICHT AUCH MAL AN ASPERGER?!
GRETA
FEICKE

Welcome

Autist*innen – anders, besonders, herausfordernd, richtig, inspirierend. Neurodiversität pur!

Mittendrin und nicht nur dabei. Übungen. Sensorische Erfahrungen. Verständnis fördern. Mut machen.

Interaktiver Workshop mit Raum für ihre Fragen.

Werner Holmes-Ulrich MA BA H.Dip.Ed.

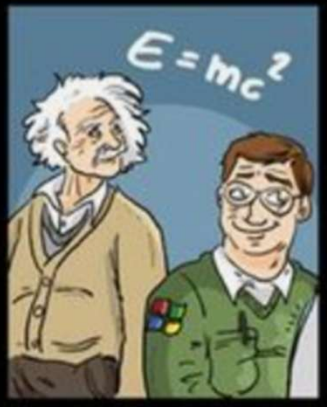
Zert. Autismustrainer

Du ? Sie ? Ihr? Euch? Ihnen? Hilfe!!!

Was es braucht:

- Neugierde
- Offenheit
- Neugierde
- Mut?
- Neugierde

Asperger-Autismus



Wie die Gesellschaft uns sieht

Wie unsere NT-Freunde uns sehen

Wie unsere Eltern uns sehen

Wie uns die Medien sehen

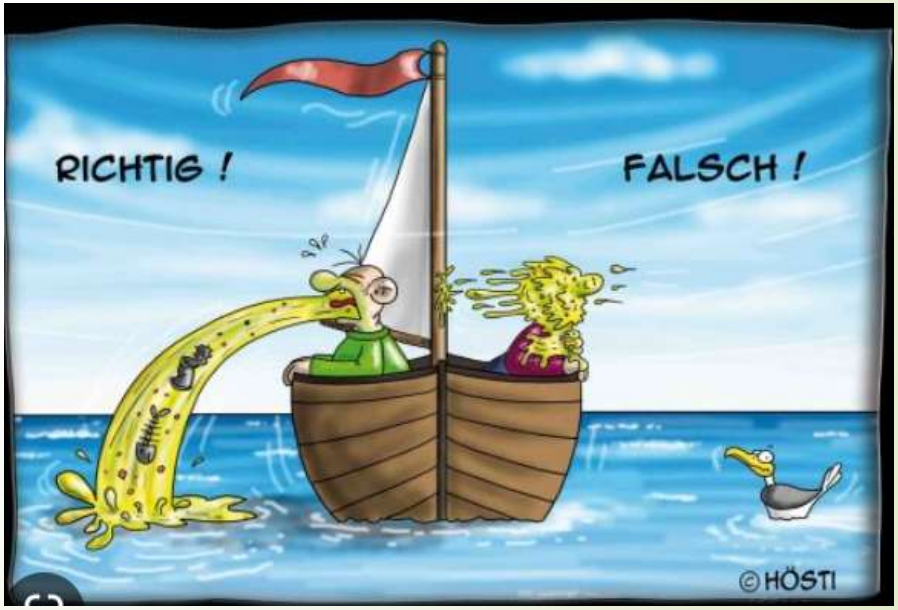
Wie wir uns sehen

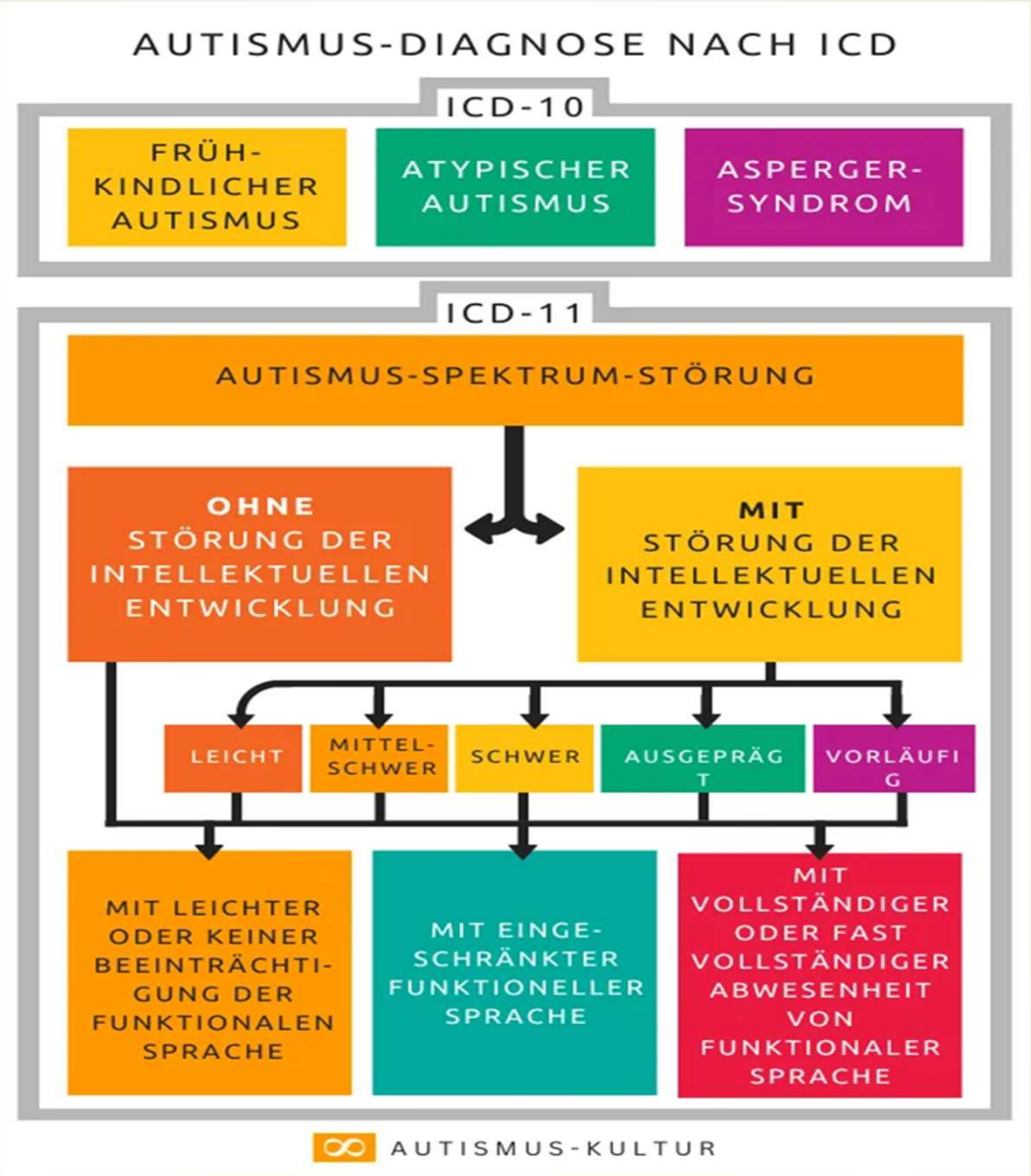
Wie wir wirklich sind

WWW.FUCHSKIND.DE

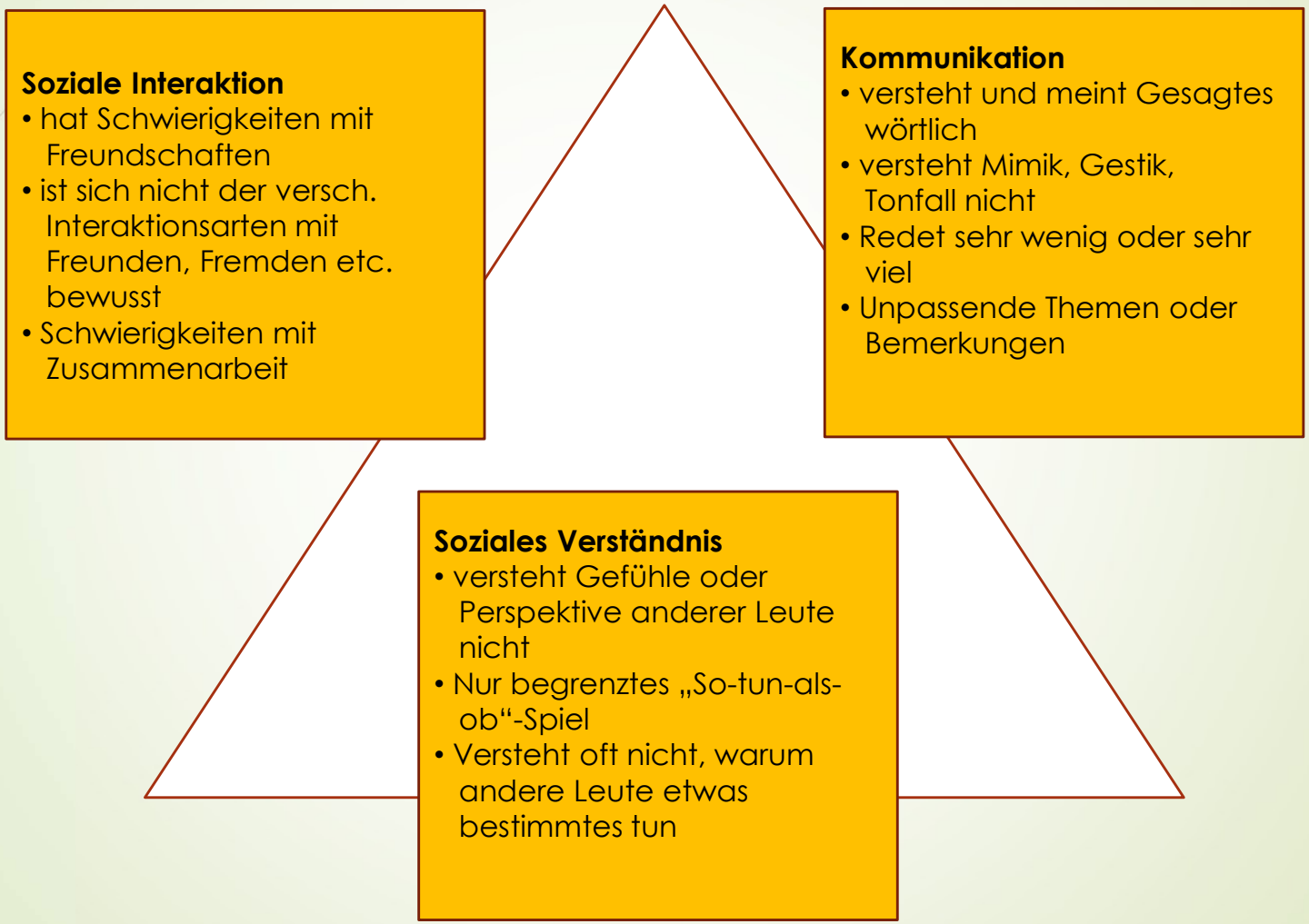
Autismus Richtig / Falsch

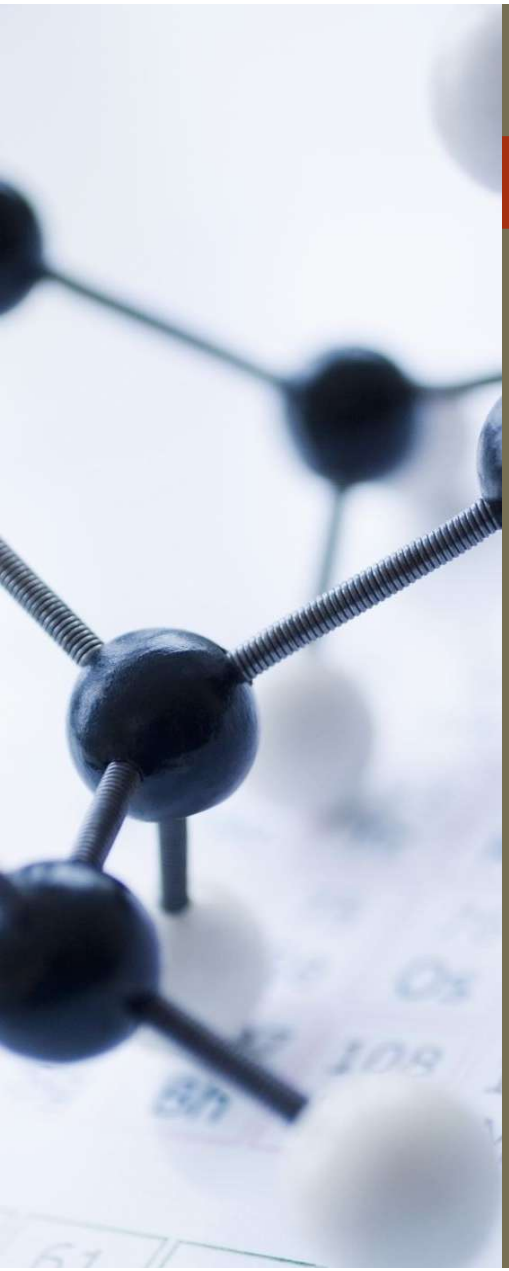
- Aufwärmübung mit Aussagen zum Thema Autismus




AUTISMUS-DIAGNOSE NACH ICD
ICD-10
FRÜH-KINDLICHER AUTISMUS
ATYPISCHER AUTISMUS
ASPERGER-SYNDROM
ICD-11
AUTISMUS-SPEKTRUM-STÖRUNG
OHNE STÖRUNG DER INTELLEKTUELLEN ENTWICKLUNG
MIT STÖRUNG DER INTELLEKTUELLEN ENTWICKLUNG
LEICHT
MITTEL-SCHWER
SCHWER
AUSGEPRÄGT
VORLÄUFIG
MIT LEICHTER ODER KEINER BEEINTRÄCHTIGUNG DER FUNKTIONALEN SPRACHE
MIT EINGESCHRÄNKTER FUNKTIONELLER SPRACHE
MIT VOLLSTÄNDIGER ODER FAST VOLLSTÄNDIGER ABWESENHEIT VON FUNKTIONALER SPRACHE
AUTISMUS-KULTUR

Triade der Beeinträchtigung nach Lorna Wing





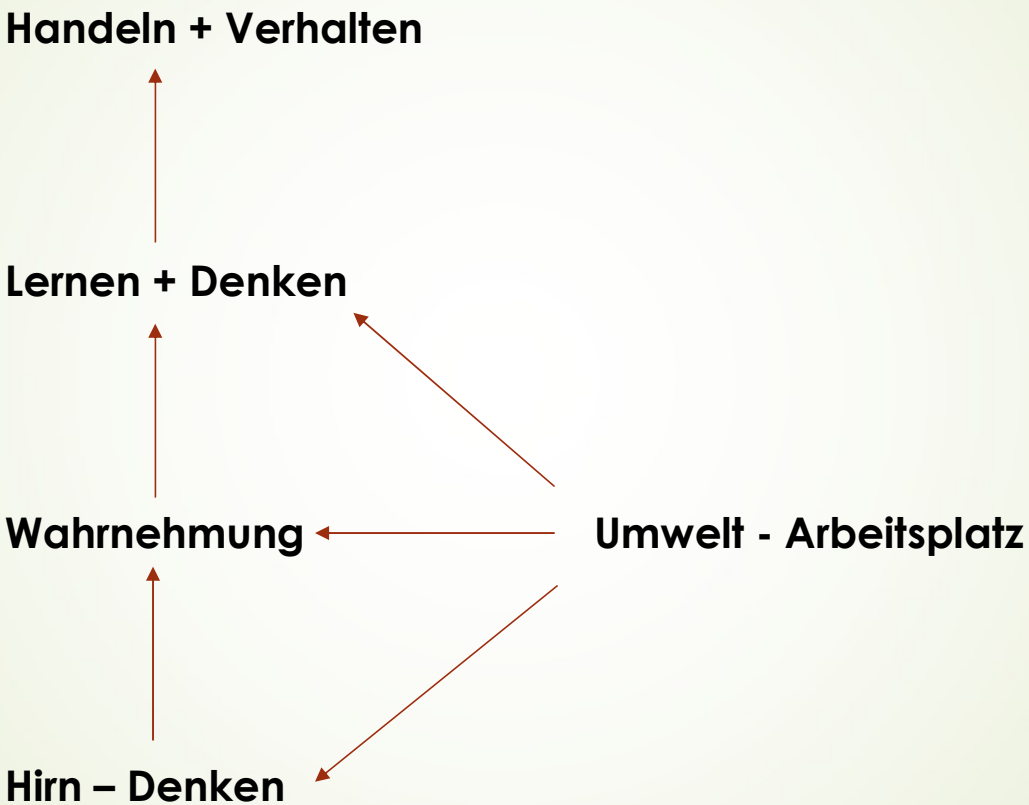
Autismus-Spektrum-(Störungen)

- 1-2% der Weltbevölkerung
  - 16% stark kognitiv beeinträchtigt
  - 25% ohne sprachliche oder kognitive Einschränkungen (Asperger/HFA)
  - Tiefgreifende Entwicklungsstörung / Neuronale Wahrnehmung- und Verarbeitungsbesonderheit
- Diagnose wichtig – Differentialdiagnostik ideal
  - Immer auf Struktur des Menschen schauen
  - Wohlfühlfaktor bei Diagnose wichtig für relevante Daten
  - Achtung – ToM Test und Lebensrealitäten oft nicht deckungsgleich
  - Double Blindness – Emotionsdecoding in beide Richtungen schwierig
- Co-Diagnosen (Komorbiditäten)
  - 70% mit mind. 1 Co-Diagnose
  - 40%+ mit 2 und mehr
  - Behindern oft AS Diagnose – weil Co-Diagnosen „im Weg stehen“ –> behandeln z.B. Depression – dann wieder schauen
  - Schlafstörungen / Angststörung / Depression / Zwangsstörung /AD(H)S / Selbstverletzendes Verhalten / Sozialphobie / Persönlichkeitsstörung..

Frauen mit AS

- Häufig später diagnostiziert
- Dadurch deutlich mehr Co-Diagnosen

- Masking – Frauen (und auch Männer)
  - Grundstruktur wird unterdrückt
  - Identität kann sich schwer entwickeln
  - Autistisches Burnout – vs. klassisches Burnout
  - Gute Frage: Woher hast du das gelernt? Kompensation/Anpassung/Masking – dadurch AS in Diagnostik schwer wahrnehmbar
  - Stressrisiko bei Menschen im AS – 17 fach erhöht



Autistisches Gehirn – Andere Struktur

Energieaufwand

- **Gehirn** 2% des Körpergewichts → 20-25% des Energieverbrauchs
  - Gehirn kann keine Speicher füllen
  - Immer nur aktuell verfügbare Energie zur Verfügung
  - Neurotypische Gehirne versuchen Energie zu sparen – Gehirnspartips / Autistische Gehirn kann dies nicht - Großer Zeh
  - Daher kommt ein autistisches Gehirn viel häufiger in einen ENERGIENOTSTAND
  - Wenn Energie niedrig wird
    - Keine Kraft zum Lernen
    - Keine Kraft zur bewussten Verhaltenssteuerung Person „wird verhalten“
    - Energienotstand: Ertrinkenden-Modus – weil viele Energieräuber (wie z.B. Soziales)
    - Unterstützung / Beratungen / Therapie… - wertvoll und ANSTRENGEND

WAHRNEHMUNG/REIZFILTER

„**Neurotypische**“

„**Autisten**“

Anderer Wahrnehmungs-/Verarbeitungsstil

4 Säulen

1. Über-/Unterempfindlichkeit
2. Filterung der Sinneseindrücke
3. Verlängerte Wahrnehmungsverarbeitung
    1. „Lange Leitung“ – Visualisierung hilft – braucht auch länger zum Verarbeiten, ist aber im System länger sichtbar als Sprache
4. Detailfokusierung
    1. Großes Ganzes geht verloren, zuerst Detail, dann Konstruktion des Großen Bildes

Autismus im Kern – soziale Sehbehinderung

Lernen

- **Neurotypisches Baby**
  - Blickkontakt / Anschmiegen -> Glückshormone werden ausgeschüttet -> bewirkt Wiederholung -> LERNEN
  - Glückshormone -> Lernturbo
    - Macht Spaß
    - Ist nicht anstrengend
    - selbstlernend
- **Baby mit AS**
  - Blickkontakt / Anschmiegen -> KEIN Turbo, bzw. noch weniger
  - Sozialverhalten / soziale Interaktion -> macht keinen Spaß, ist im Gegenteil sehr anstrengend,
  - ABER wenn ich als Kind fasziniert von z.B. Ventilatoren bin -> löst dies Glückshormone aus -> Spezialinteresse Ventilatoren

Beratung / Unterstützung / Therapie –> Passung Persönlichkeitseigenschaften / Passung / Anforderungen –> Gene suchen sich ihre Umwelt
FRAGE: bei Unterstützung – für wen wird was besser? Unterstützung bei Leidensdruck – Yes -> ABER – kein Mensch ist eine Summe von Problemen.
WICHTIG: Kein Optimierungszwang

Für ein gutes Leben – ev. mit Arbeit und Lebensqualität

- Vorrangig **Stärkenorientierung**
- **Detailsorientierung:** Autist:innen können extrem genau und detailorientiert sein, was ihnen bei analytischen und wissenschaftlichen Tätigkeiten zugutekommt
- **Logik und Systemdenken:** Autist:innen tendieren zu logischen und systematischen Denkweisen, was ihnen bei der Lösung komplexer Probleme hilft
- **Konsequenz und Routine:** Autist:innen bevorzugen oft Routine und Konsequenz, was ihnen bei der Organisation und Planung von Tätigkeiten zugutekommt
- **Intensive Konzentration:** Autist:innen können sich für bestimmte Themen oder Aufgaben intensiv konzentrieren und lange Zeit ohne Unterbrechung arbeiten

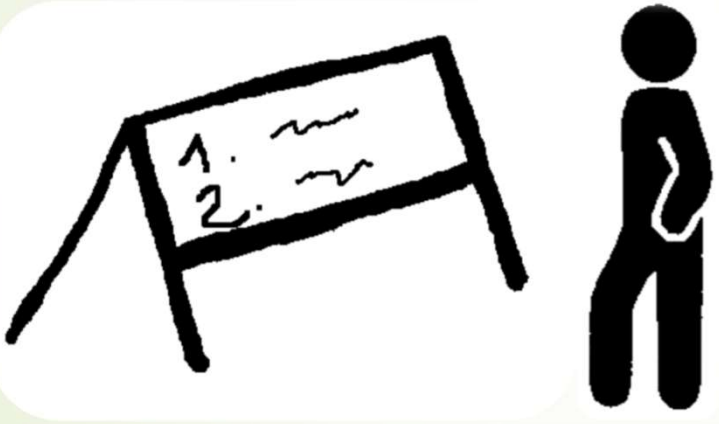
- **Umgang** mit Problemen oder Schwächen
  - Minderung
  - Akzeptanz
  - Kompensation
  - Anpassung des Umfelds

- Wesentlich: möglichst passende Rahmenbedingungen
  - 80:20 Bewusstsein

Qualitative Beeinträchtigung der Kommunikation

- Trotz ausreichendem Sprachvermögen, Schwierigkeiten ein Gespräch zu beginnen und/oder fortzuführen
- Flexibilität im Sprachausdruck
- Wortwörtliches Verstehen (Ironie / Sarkasmus)

Eingeschränkte sich wiederholende und stereotype Verhaltensmuster, Interessen und Aktivitäten



haben oft Probleme mit Arbeitsorganisation (Exekutive Funktionen)

vermeiden Veränderung

sind auf spezielle
Themen fixiert

zeigen in einigen Bereichen außergewöhnliche
Fähigkeiten, die kein soziales Verständnis erfordern

Weitere Besonderheiten

Motorische Auffälligkeiten

bizarre Bewegungen und ungeschickt

Sensorische Über- und Unterempfindlichkeiten

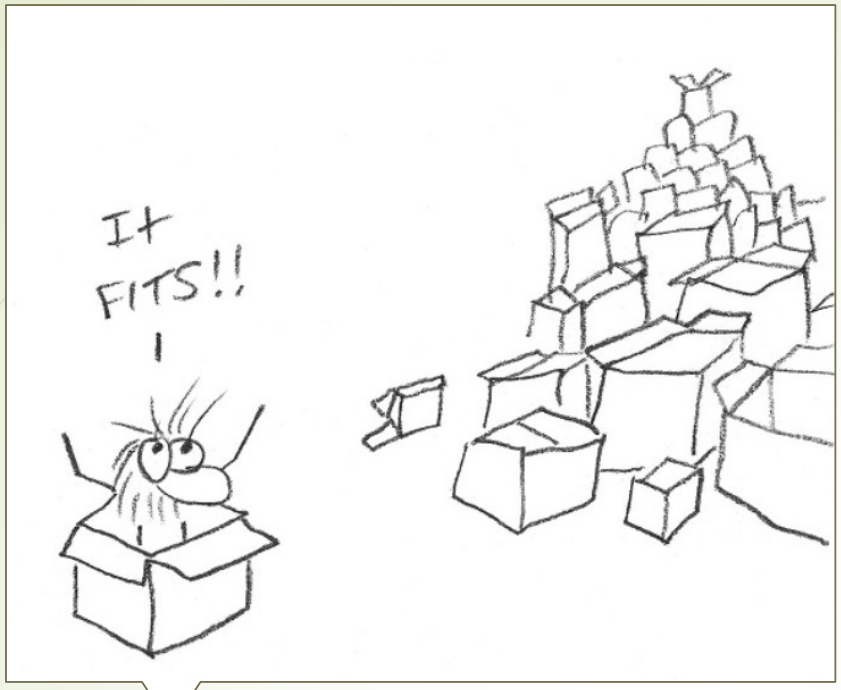
scheinen Körperkontakt zu vermeiden

wirken teilweise abwesend

zeigen Faszination oder Angst bei Geräuschen

Komorbiditäten

- AD(H)S
- Ängste
- Depressionen
- Schlaf – und Essstörungen, Kopfschmerzen
- Aggressionen, Selbstverletzungen
- Zwänge (willentlich zweckgerichtete Handlungen), Tics (nicht willentlich)
- Störung der Geschlechtsidentität
- Borderline/Schizophrenie??



Odyssee Diagnose - für viele ein real gewordener Alptraum

Fehldiagnosen sind die Norm. Viele Fehlinformationen am Markt. Probleme im professionellen Umfeld. Viele Zusammenbrüche. Oft „überdecken“ die Komorbiditäten die Hauptdiagnose. Weiterhin zu wenig Informationen zu ASS in den pädagogischen, medizinischen, therapeutischen, sozialarbeiterischen… Ausbildungen.

Autismus ist eine

- ***F84 TIEFGREIFENDE ENTWCKLUNGSSTÖRUNG ICD10***
- ….“qualitative Beeinträchtigungen in gegenseitigen ***sozialen Interaktionen*** und ***Kommunikationsmustern*** sowie durch ein ***eingeschränktes, stereotypes,*** sich wiederholendes Repertoire von ***Interessen und Aktivitäten*** charakterisiert.“
- …“Störungen sind jedoch durch das Verhalten definiert…“

- Kommunikationsstörung im tiefsten Sinne des Wortes

Autismus ist *nicht* psychisch bedingt.

Das Gehirn autistischer Menschen funktioniert anders als das nicht-autistischer Menschen. Es handelt sich also um ein ***alternatives Gehirndesign***, eine andere Art der ***Wahrnehmungsverarbeitung***.

Aus dieser Sichtweise stammt auch das Konzept der neurologischen Vielfalt (***NEURODIVERSITÄT***): keine zwei Gehirne sind gleich und Autismus ist ein Teil dieser Vielfalt.

Autismus ist *nicht* heilbar.

Autismus ist nicht heilbar, weil:

1. Autismus keine Krankheit ist.

2. Selbst wenn Autismus eine Krankheit wäre, gäbe es (auf absehbare Zeit) kein Verfahren, Autismus verschwinden zu lassen.

3. Selbst wenn dies möglich wäre, würden die meisten Menschen im Autismus-Spektrum nicht geheilt werden wollen, weil Autismus ein Teil ihrer Persönlichkeit ist und eine Heilung von Autismus die Auslöschung ihrer Persönlichkeit bedeuten würde.

Ein Leben ohne Autismus – ist das wünschenswert? Diese Frage kann ich mit einem eindeutigen „Nein“ beantworten. Für mich ist mein Autismus keine Krankheit, die es zu heilen gilt. Mein Autismus ist für mich eine besondere Weise zu leben, zu denken, zu fühlen und zu handeln.

Nicole Schuster

Theory of Mind (ToM)

Darunter versteht man die **Fähigkeiten**, die es ermöglichen **Gedanken, Überzeugungen, Wünsche und Absichten** anderer Menschen zu **erkennen** und **zu verstehen**, um deren Verhalten einzuschätzen und um vorhersagen zu können, was sie als Nächstes tun werden.

- Anders ausgedrückt: bezeichnet die Kompetenz, eigene **Emotionen** und dadurch entstehende Verhaltensweisen zu verstehen und daher auch die **Emotionen** und Verhaltensweisen anderer Menschen interpretieren und vorhersagen zu können.
- Auch alltagspsychologische Annahmen, die im Laufe des Lebens verinnerlicht werden, gehören zur Theorie of Mind. Sie werden zur Interpretation und Einordnung von Verhaltensweisen anderer Personen verwendet.

Exekutivfunktionen

- **Exekutive Funktionen = mentale Prozesse, die man benötigt, um sein Handeln zielgerichtet zu planen**
  - Handlungen vorausschauend planen und umsetzen
  - Teilschritte sinnvoll aufeinander abstimmen
  - Teilschritte und deren Konsequenz gedanklich vorwegnehmen
  - Handlungen beginnen
  - Handlungen an veränderte Umstände anpassen = Flexibilität
  - Zeitmanagement und Prioritätensetzung
  - Drängende, aber störende Impulse unterdrücken

Soziale Interaktion und Kommunikation

- Mimik, Gestik und Körperhaltung werden intellektualisiert
- Wortwörtliches Sprachverständnis (kein Sarkasmus, zwischen den Zeilen lesen)
- Orientierung an sozialen Regeln und Normen
- Ungenaue Zeit- und Häufigkeitsangaben werden nicht verstanden (Kochen Backen ☺ ☹)
- Fehlende Strategien zur Kontaktaufnahme

daher eindeutig, kurz und präzise!
Möglichst schriftlich nachreichen. SMS. Mail.

Soziale Interaktion und Kommunikation

- Monologisieren
- in Resonanz gehen
- Gebrauch von Sprache – wenig Intonation
- Tw. Schwierigkeiten in der Verarbeitung verbaler Informationen
- Halten von Blickkontakt

GEFÜHLE

- Schwierigkeiten, Gefühle anderer wahrzunehmen und am Gesichtsausdruck zu erkennen
- Gefühle werden intellektualisiert. Empathie oft hoch.
- Wenig Differenziertheit und Variationen beim emotionalen Ausdruck
- Zusammengefasst: qualitativer Unterschied beim Verstehen, Ausdrücken und Steuern von Gefühlen > Stress!

Autismus bedeutet *nicht*, keine Gefühle zu haben.

Autistische Menschen haben Gefühle, auch wenn man ihnen diese nicht immer ansieht. Es gibt auch viele Menschen im Autismus-Spektrum, die zufriedene Freundschaften, Partnerschaften und Familien haben – so richtig mit Gefühl. Aber eben doch ganz anders.

Peter und Martina Schmidt sind seit achtzehn Jahren verheiratet. Sie hilft ihrem Mann, mit dem Alltag klarzukommen. Und er sagt: „Ich bin der Beschützer." © Jens Höhner

Autismus bedeutet *nicht*, kein selbständiges Leben führen zu können.

Manche Menschen im Autismus-Spektrum brauchen viel Unterstützung von anderen, andere leben gänzlich ohne spezielle Unterstützung.

Man sollte außerdem bedenken: Jeder Mensch braucht in irgendeiner Form Unterstützung von anderen Menschen. Niemand von uns lebt als Robinson Crusoe.

Wichtig ist, dass auch Menschen, die Unterstützung irgendeiner Art brauchen, *selbstbestimmt* leben können.

Autismus bedeutet *nicht* eine generelle Ablehnung sozialer Kontakte.

Viele autistische Menschen wollen gern Kontakt zu anderen, wissen aber nicht, was eine sozial angemessene Art der Kontaktaufnahme sein könnte. Andere autistische Menschen wollen keinen Kontakt zu anderen Menschen. **Wie alle Menschen wollen auch Autist:innen selbst auswählen, mit wem sie wann und wie ihre Zeit verbringen, und wann sie lieber allein sind.**

Nicht-autistische Menschen sind unterschiedlich und individuell, warum sollten autistische Menschen alle gleich sein? Autismus ist ein breites Spektrum unterschiedlicher Fähigkeiten, Lebensweisen, Weltanschauungen etc.

Es lohnt sich Menschen im Autismus-Spektrum KENNEN-ZU-LERNEN, nicht nur mit ihnen zu arbeiten.

OFT IST DAS, WAS MAN FÜR DAS RICHTIGE HÄLT,
GAR NICHT DAS WIRKLICH RICHTIGE
GLEICHBERECHTIGUNG
GERECHTIGKEIT

»Damit es gerecht zugeht, erhalten Sie alle die gleiche Prüfungsaufgabe: Klettern Sie auf diesen Baum!«

Herausforderung: auch in der Begleitung: Unebenes Fähigkeitsprofil

Ich fühle mich irgendwie nicht wohl hier.
Sollen wir woanders hingehen?
Ich meine den Planeten, nicht das Restaurant.
@kriegundfreitag

Overload

Was dabei passiert:

"Überlastung", Reizüberflutung
Reize können nicht mehr richtig gefiltert werden

Wie er sich äußert:

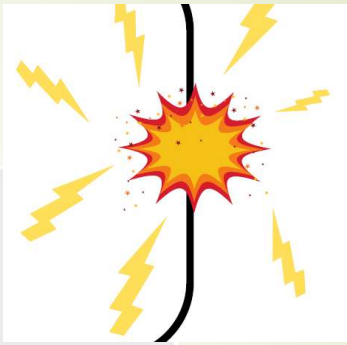
Aufregung und Rückzug vor weiteren Reizen
z.B. mithilfe von Kopfhörern

Was man tun kann:

"Stimming" mit beruhigend, sich wiederholenden Bewegungen oder Geräuschen

Grafik von autline.de

Meltdown



Was dabei passiert:

"Kernschmelze", Kontrollverlust über das eigene Verhalten, ggf. Selbstverletzung, Verzweiflung

Wie er sich äußert:

Wutausbruch, Zusammenbruch; kann entstehen wenn einem Overload nicht entgangen werden kann

Was man tun kann:

Weitere Reizeinwirkungen möglichst vermeiden, also möglichst kein Einreden und keine Berührungen

Shutdown

Was dabei passiert:

"Abschalten" als Schutzreflex vor weiteren äußeren Reizen infolge von einem Meltdown oder Overload

Wie er sich äußert:

Vollständige Zurückgezogenheit, ggf. keine Reaktion auf äußere Reize mehr, nicht ansprechbar

Was man tun kann:

Ruhe geben, Berührungen vermeiden, möglichst zur Aufsicht in der Nähe bleiben

Praktische Tipps für AFit MA*innen im Umgang mit Menschen mit ASS

- Genau und querdenkend zuhören lernen
- Eltern einbinden – Informationsvorsprung nützen (aber Interpretation nicht unbedingt übernehmen)
- Mehr Zeit für Gespräche einplanen oder weniger Inhalt für Standardzeit vornehmen.
- VIEL Geduld mitbringen. Menschen im Spektrum brauchen oft viel Zeit zum Antworten von Fragen. Weil – komplexe Gedankenprozesse!
- Sich auf Sprachmelodie / ungewöhnliche Sprache einlassen

Praktische Tipps für AFit MA*innen im Umgang mit Menschen mit ASS

- Themen wie Körperhygiene aktiv und sehr klar angeben
- Mobbinggefahr – da sozial naiv
- Rückzugsräume andenken
- Regeln – verschriftlichen und Formulierungen gut überlegen. Wenn ich sie erkläre auch immer wieder darauf hinweisen, das Abweichungen begründet vorkommen können.

- Autisten sind ständig am Rande ihrer Flexibilität unterwegs (das Leben in dieser Welt erfordert für sie im Alltag bereits extrem viel Anpassungsleistung), daher besonders viel Aufmerksamkeit auf Rahmenbedingungen legen.
  - Beratungssetting
  - Gruppenräume / Werkstatt
  - Berufsschule
  - „Arbeits“weg“
- Unterstützung bei Autist:innen geht nur gut im Miteinander – Afit-Jobcoach - BAS – Lehrstelle – Berufsschule – Eltern - autismus-spezifische Unterstützung – Freizeitprogramm…
- Psychohygiene. Menschen mit ASS können sehr fordernd und energieraubend sein. TEAM fun. Lachen. Energietankstellen in den Betreuungsalltag einbauen.

#autismus
”
Jeder von uns, der lernt, mit euch zu sprechen, jede von uns, die lernt, in eurer Gesellschaft zu funktionieren, jeder von uns, der die Hand ausstreckt, um eine Verbindung zu euch herzustellen, bewegt sich auf außerirdischem Territorium und nimmt Kontakt zu außerirdischen Wesen auf. Wir verbringen unser ganzes Leben damit, das zu tun. Und dann erzählt ihr uns, wir seien nicht fähig, Beziehungen aufzubauen!
“
Jim Sinclair

Werner Holmes-Ulrich MA BA H.Dip.Ed.