

<p>Aus Betroffenenicht: Leben mit Autismus und dem Asperger-Syndrom</p>	<p>Dr. med. Christine Preißmann</p> <p>Ärztin für Allgemeinmedizin, Psychotherapie Betroffen vom Asperger-Syndrom</p> <p>Kontakt: Ch.Preissmann@gmx.de</p>
<p>Häufige Auffälligkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Schwierigkeit, Gespräche zu beginnen und in Gang zu halten ■ Oft aber durchaus Interesse an anderen Menschen ■ Probleme mit Mimik, Gestik, Blickkontakt etc. ■ Motorische Ungeschicklichkeit ■ Inhomogenes Kompetenzniveau kann als Provokation wirken; dadurch viel Unverständnis seitens der Umgebung 	<p>Individualisierte Behandlung</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Individualisierte Behandlung ist bereits in vielen medizinischen Bereichen üblich (Onkologie, Kardiologie) ■ Bei Autismus-Spektrum-Störungen mit dem sehr heterogenen Erscheinungsbild wäre dieses Vorgehen besonders wichtig ■ Berücksichtigung der unterschiedlichen persönlichen Voraussetzungen, Bedürfnisse und Ziele ■ Dazu gehören auch geschlechtsspezifische Unterschiede, die größer sind als lange vermutet
<p>Gesellschaftliche Erwartungen an Jungen bzw. Männer</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Sicheres, oft auch dominantes, imponierendes Auftreten ■ Sportliches Äußeres, muskulöser, athletischer Körperbau ■ Angemessene (männliche) Interessen bzw. Freizeitaktivitäten (z.B. Technik) ■ Zuvorkommendes Verhalten gegenüber anderen („wissen, was sich gehört“) 	<p>Erwartungen an Mädchen bzw. Frauen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Angemessene Kleidung tragen ■ Attraktives Make-up auflegen ■ Passenden Schmuck tragen ■ Insgesamt höfliche, freundliche Erscheinung ■ „Weibliche Interessen“: Mode, Verschönerung, Einüben mütterlicher Verhaltensweisen (Puppen, Mädchenbücher, Spielküche etc.)
<p>Autismus bei Frauen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Verhältnis 6-8 Jungen : 1 Mädchen; „wahre“ Verteilung eher bei 4:1 oder gar 2,5:1? ■ Autistische Symptomatik ist bei Frauen oft schwächer und diskreter ausgeprägt ■ Diagnosekriterien beschreiben eher „männlichen Autismus“, Frauen werden damit oft nicht erkannt ■ Daher in vielen Fällen erst sehr späte Diagnose ■ Ungewissheit, viele Fehldiagnosen ■ Andere gesellschaftliche Rollenerwartungen 	<p>Autismus bei Frauen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Autistische Frauen sind oft stiller als Männer, fallen meist nicht durch lautes, aggressives Verhalten auf ■ Dies entspricht den weiblichen Rollenklischees (nicht auffallen, still, schüchtern etc.), wird oft nicht als sehr auffällig wahrgenommen ■ Kombination aus Schüchternheit, sozialer Unsicherheit und Ungeschicklichkeit, motorischen Schwierigkeiten, wörtlichem Sprachverständnis und anderen Auffälligkeiten kann nicht eingeordnet werden, führt zu viel Unverständnis

<p>Strukturarme Situationen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Unstrukturierte Situationen machen autistischen Menschen Angst: Pausen, gemeinsame Ausflüge etc. ■ Möglichst Sonderregelungen finden (ruhiger Pausenraum, Befreiung von Ausflügen etc.) ■ Wichtig: Strukturierung: „Eindeutigkeit, Klarheit und Struktur in der Umwelt, im Alltag und im sozialen Miteinander“ (Remschmidt u. Kamp-Becker 2006) 	<p>Kontaktschwierigkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Oft durchaus Interesse am Gegenüber ■ Stabile Freundschaft gehört zu den größten Glücksfaktoren aller Menschen ■ Small-talk fällt vielen Betroffenen schwer ■ Unverständliche Verhaltensweisen direkt ansprechen und nach den Gründen fragen; Ursachen sind oft Missverständnisse ■ Gegenseitige Ehrlichkeit und Respekt
<p>Nachteilsausgleich</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Chancengleichheit für den betroffenen Schüler ■ Die Anforderungen werden dadurch nicht herabgesetzt, es besteht daher keine Bevorzugung gegenüber den Mitschülern ■ Für jeden einzelnen Schüler müssen individuelle Möglichkeiten überlegt werden ■ Unkonventionelle Maßnahmen sind wünschenswert! 	<p>Besonderheiten beim Lernen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Kein Lernen durch Imitation ■ Kein Lernen durch den Austausch mit Gleichaltrigen ■ Besondere Wahrnehmung: Schwache zentrale Kohärenz: Detailorientierung; Beziehungen u. Zusammenhänge werden meist nicht erkannt ■ An Regeln orientiertes Lernen statt Kreativität ■ Berücksichtigung auch bei schulischen Anforderungen
<p>Stärken autistischer Menschen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Sorgfalt, Detailgenauigkeit ■ gute Merkfähigkeit ■ Ordnungsliebe ■ Verlässlichkeit ■ Motivation und Interesse ■ Wahrheitsliebe ■ Verantwortungsbewusstsein ■ Loyalität ■ gute fachliche Qualifikation etc. 	<p>Statistiken zur Berufstätigkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ 65% aller Betroffenen arbeiten in Werkstätten für behinderte Menschen ■ 30% sind ohne Arbeit ■ nur etwa 5% sind auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt tätig ■ eher noch schlechtere Chancen für Menschen mit Asperger-Syndrom ■ auch im internationalen Vergleich sind bis zu drei Viertel der Betroffenen ohne Arbeit (Baumgartner/Dalferth/Vogel 2009; Gillberg et al. 2010)
<p>Problematische Faktoren</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Mehrere Informationen auf einmal können oft nicht erfasst werden ■ Schwierigkeiten ansprechen und um Hilfe bitten sind oft nicht möglich ■ ständige Anwesenheit anderer Menschen, „soziale“ Anforderungen z.B. in Pausen ■ viele verschiedene Sinneseindrücke ■ Informationen untereinander fehlen oft 	<p>Mögliche Hilfen im Berufsalltag</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Detaillierte Informationen im Vorfeld ■ Genaue, verständliche Einweisung ■ Schriftlicher Tages- bzw. Wochenplan ■ Berücksichtigung von Arbeitstempo, Konzentrationsvermögen und individuellem Bedarf an Pausen ■ Ruhiger Rückzugsort; reizarmer Arbeitsplatz bzw. effektive Hilfen wie Ohrenstöpsel, Trennwände etc. ■ Regelmäßige klare und eindeutige, möglichst auch positive Rückmeldung

<p>Hilfen im Berufsalltag (Forts.)</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Feste Bezugspersonen im Betrieb (als „Paten“) ■ In jedem Einzelfall individuelles Vorgehen (es gibt nicht DEN autistischen Menschen) ■ Unterstützung bei alltäglichen Anforderungen, die oft nicht allein bewältigt werden können und für die leicht eine Hilfe gefunden werden kann ■ Vermeintlich selbstverständliche, einfache lebenspraktische Fähigkeiten müssen mühsam erlernt werden ■ Unangemessenes Verhalten aufgrund von Missverständnissen, nicht aufgrund von Rücksichtslosigkeit oder Boshaftigkeit 	<p>Jugendalter als Krisenzeit für Frauen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Unterschiede zu den anderen Mädchen werden größer ■ Typische „Frauen-Themen“ erscheinen uninteressant und oberflächlich (Kleidung, Schmuck, Kosmetika etc.) ■ Frauen mit Autismus verfolgen weiter „ihre“ Themen aus der Kindheit ■ Sie ziehen das Gewohnte vor (alte, bequeme Kleidung), gehen nicht mit der Mode ■ Wählen Kleidung u.a. nach praktischen Gesichtspunkten aus ■ Sie wirken sozial unreif und auf andere Mädchen „uncool“ ■ Beharren oft auf ihren extremen Standpunkten (z.B. absolute Ablehnung von Fast-Food, Alkohol etc.)
<p>Jugendalter als Krisenzeit (Forts.)</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Große Schwierigkeiten mit den körperlichen und seelischen Veränderungen in der Pubertät ■ Probleme mit der (Monats-) Hygiene ■ Wollen nicht wahrhaben, dass sie sich zu einer Frau entwickeln, wollen lieber ein Kind bleiben, weil damals die gesellschaftlichen Erwartungen eher zu erfüllen waren ■ Fühlen sich „fremd“ und „anders“, können sich nicht mit dem „Frau-Sein“ identifizieren ■ Entwickeln manchmal eine Essstörung 	<p>Pubertät</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Für fast alle Menschen keine leichte Zeit ■ Menschen mit Autismus rebellieren jedoch häufig in dieser Zeit noch stärker ■ Erwachsenwerden, körperl. Veränderungen, sexuelle Bedürfnisse machen Angst ■ Erleben von Andersartigkeit ■ Depression, Aggression ■ Sinnvoll: Gesprächsangebote für Fragen
<p>Sexualität</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Oft viele Fragen, nur wenige Kenntnisse ■ Wunsch nach Sexualekontakt trotz fehlender Partnerbeziehung ■ Sexualität und Behinderung wird seit vielen Jahren thematisiert, Sexualität und Autismus ist dagegen nach wie vor ein Tabu ■ Wird meist allenfalls im Zusammenhang mit Problemen thematisiert, schöne Seiten der Sexualität bleiben ausgeklammert 	<p>Sexualität (Forts.)</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Inzwischen zunehmend Veranstaltungen für Fachleute oder Angehörige autistischer Menschen ■ Aber keine Angebote für betroffene Menschen selbst ■ Wichtig: Gesprächsangebot für Fragen auf dem Gebiet der Sexualität ■ Bei autistischen Menschen nicht warten, bis sie fragen. Oft wissen sie gar nicht, womit sie anfangen und wie sie sich ausdrücken sollen ■ Aktives Vorgehen, lebenslange Sexualeziehung, deutliche, eindeutige Worte; auch vermeintlich Selbstverständliches erklären

<p>Lernprogramm zur Sexualaufklärung für erwachsene Menschen mit Autismus</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Einführung in Lernprogramm und Thema Sexualität ■ Liebe und Freundschaft ■ Anatomie und Physiologie des Körpers ■ Möglichkeiten der sexuellen Aktivität ■ Gefühle ■ sexuell übertragbare Krankheiten, Empfängnisverhütung ■ sexuelle Orientierung ■ Alkohol und Drogen ■ sexueller Missbrauch und unangemessene Verhaltensweisen ■ Gewalt in partnerschaftl. Beziehung (Durocher u. Fortier 1999) 	<p>Hilfe und Unterstützung für autistische Menschen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ In Umfragen wurde ermittelt, dass sich die meisten Menschen mit Autismus Hilfe erhoffen ■ beim Umgang mit Stress ■ bei der sozialen Interaktion ■ beim Umgang mit Emotionen ■ im Hinbl. auf Begleiterkrankungen ■ im Hinblick auf die eigene Identität (Preißmann 2007, Vogeley 2012)
<p>Stress bei autistischen Menschen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Stress bei sozialen Beziehungen („Verhalte ich mich richtig?“ - „Was erwartet man von mir?“) ■ Stress bei Veränderungen, Neuem und Unerwartetem ■ Stress durch Hänseleien und Mobbing ■ durch ungünstige Arbeitssituation ■ durch fehlende psychosoziale Hilfen ■ Stress durch gesellschaftliche Entwicklungen („immer schneller, immer effektiver“, Teamarbeit) ■ Stress durch Reizüberflutung ■ Stress durch eigene Persönlichkeitseigenschaften (u.a. Perfektionismus, mangelndes Vertrauen) etc. 	<p>Stress bei Sozialkontakten</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Freunde, Partner, Kinder ■ Beisammensein, gemeinsame Unternehmungen ■ Soziale Beziehungen sind anstrengend ■ Vermeintlich selbstverständliche Fähigkeiten, die sich Gleichaltrige nebenbei aneignen, müssen mühsam erlernt werden ■ Dies kostet viel Kraft und Energie ■ Selbsthilfegruppen sind oft hilfreich ■ Auch andere Interessenverbände können eine Möglichkeit sein, Freunde zu finden
<p>Stress und Gehirnstoffwechsel</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Dem Gehirn steht nur eine begrenzte Energiemenge zur Verfügung ■ Oft aber bereits Stress bei alltäglichen Anforderungen, zusätzliche Stressoren (Veränderungen, starke Sinnesreize etc.) benötigen zusätzliche Energie und führen zur Überforderung („Overload“) ■ Lösung: „Haushalten mit der eigenen Kraft“, energiesparende Routinen, Rituale etc. 	<p>Individuelle Maßnahmen</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Wichtige Grundsätze: ■ Entscheidend: Kontrolle über das eigene Leben haben, selbstbestimmtes Leben führen ■ Fremdbestimmung und vollständig fehlende Kontrolle verursachen Angst und Unsicherheit ■ Angst wiederum verursacht Stress ■ Freude dagegen reduziert den Stress ■ Daraus lassen sich hilfreiche Maßnahmen ableiten: Musik, Natur, körperliche Aktivitäten, Gemeinsamkeit, eigene Interessen etc.

<p>Achtsamkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Ziel: Bewusste Wahrnehmung des momentanen Augenblicks, der eigenen Befindlichkeit ■ Sehr geeignete Methode für viele autistische Menschen, keine größeren kommunikativen Kompetenzen nötig ■ Bei regelmäßigem Üben starke Stressreduktion, erhöhte Gelassenheit ■ Durch Wahrnehmungs- und Atemübungen werden Atem, Gedanken, Gefühle, Umgebung etc. ohne Bewertung aufmerksam betrachtet 	<p>Leben im Hier und Jetzt</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Bewusstes Wahrnehmen des Augenblicks, schöne Kleinigkeiten genießen wird als Glück empfunden ■ Das können autistische Menschen aufgrund ihrer Detailwahrnehmung oft besonders gut ■ Konzentration auf den Augenblick schließt das Beschäftigen mit Zukunftsängsten oder früheren schwierigen Erlebnissen aus ■ Anderes Wort für „Leben“: Da-SEIN, nicht „Daseinwerden“ oder „Dagewesensein“
<p>Befunde – Achtsamkeit</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Weniger Grübeln, unerwünschte Gedanken lassen sich besser stoppen ■ weniger streng und kritisch gegen sich selbst ■ Entspannungsgefühl, besserer Schlaf ■ besserer Zugang zu Körpergefühlen (Überforderungen können besser erkannt, Grenzen besser wahrgenommen werden) ■ Gesamtbefinden wird verbessert 	<p>Gesellschaftliche Integration</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Größte Herausforderung bei der Inklusion autistischer Menschen ■ Sehr verschiedene Bereiche: Wohnen, Mobilität, Zugang zu Medien, Wissenschaft, Politik, Gesundheitssystem, Freizeitangebote, Angebote zur Persönlichkeitsentwicklung ■ Anpassung an Normen versus Individualität, Bereicherung durch Vielfalt ■ „Relative Normalität“ autistischer Menschen vermitteln
<p>Erleben der eigenen Behinderung</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Zu Beginn der Diagnose Erleichterung, danach oft viel Nachdenken über die eigenen Möglichkeiten ■ Später häufig depressive Phase, weil bewusst wird, dass vieles nicht möglich sein wird ■ Ermutigende Beispiele von anderen betroffenen Menschen sind hilfreich (auch für Eltern) ■ Informationen geben über Autismus allgemein, über die eigenen Ressourcen und Schwierigkeiten ■ Hilfe dabei, Schwierigkeiten anzugehen und Stärken gezielt zu nutzen ■ Lernen, das eigene Verhalten in sozialen Situationen zu steuern 	<p>Unterstützung: Finden d. eigenen Identität</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Hilfe dabei, eigene Lebensziele zu entwickeln. Wichtig: Erreichbare Ziele wählen! ■ Lernen durch Erlebnisse und Erfahrungen anderer ■ Echtes, authentisches Leben: „Eure Zeit ist begrenzt. Vergeudet sie nicht damit, das Leben eines anderen zu leben“ (Steve Jobs, Vortrag 2011) ■ Dankbarkeit als Voraussetzung zum Glücklichein ■ Wir brauchen Menschen, die uns dabei unterstützen, unsere ganz eigenen Vorstellungen und Träume zu leben, auch dann, wenn andere Menschen andere Pläne für uns hatten
<p style="text-align: center;">Ausblick</p> <p>Es wird niemals wirklich leicht werden. Aber vielleicht gelingt es mir eines Tages, meinen eigenen Weg zu finden und ihn trotz aller Widerstände zu gehen. Das wünsche ich mir sehr.</p>	<p style="text-align: center;">Über Rückmeldungen zu meinen Vorträgen und Anregungen für zukünftige Veranstaltungen freue ich mich. Vielen Dank.</p>

Eigene Publikationen (Auswahl):

...und dass jeden Tag Weihnachten wär´.
Wünsche u. Gedanken einer jungen Frau mit
Asperger-Syndrom. Berlin: Weidler (2005).

**Sympathie – Zuneigung – Liebe –
Beziehung (2006).** In: Tagungsbericht 11.
Bundestagung Leipzig 16.-18.9.2005, S. 134-
147. Hamburg: Bundesverband Autismus
Deutschland e.V. (Hrsg.).

**Psychosoziale Versorgung erwachsener
Menschen mit Asperger-Syndrom und
High-functioning Autismus (2007).**
Posterpräsentation Autismus-Symposium
Frankfurt, 05.12.2007.

Empowerment und Autismus (2011).
In: Kulig, W., Schirbort, K., Schubert, M.:
Empowerment behinderter Menschen.
Entwicklungslinien und aktuelle Konzepte.
Stuttgart: W. Kohlhammer.

**Asperger – Leben in zwei Welten.
Betroffene berichten: Das hilft mir in
Schule, Beruf, Partnerschaft und Alltag.
(2013).** 2. Aufl. Stuttgart: Trias Verlag.

**Aus Betroffenen-sicht: Was ist wichtig in
der Schule? Bzw. Mobbing bei Menschen
mit Autismus (2012).** In: Kinder und
Jugendliche mit Autismus-Spektrum-
Störung: Neue Wege durch die Schule.
Stuttgart: W. Kohlhammer.

**Psychotherapie und Beratung bei
Menschen mit Asperger-Syndrom (2013).**
Konzepte für eine erfolgreiche Behandlung
aus Betroffenen- und Therapeuten-sicht.
Stuttgart: W. Kohlhammer. 3., überarbeitete
und erweiterte Auflage 2013.
1. tschechische Auflage, Prag, 2010.
1. polnische Auflage, Danzig, 2012.

**Überraschend anders - Mädchen und
Frauen mit Asperger (2013).** Stuttgart:
Trias Verlag.

Artikel: u.a. Deutsches Ärzteblatt PP 12/07;
Ärzte Woche Österreich Nr. 10/2008 u. 2013
InFo Neurologie/ Psychiatrie 12/2008;
Behinderte Menschen 4/2009 und 6/2011;
Zeitschrift „Autismus“, Mai 2008;
Autisme Luxembourg 7/2012;
Magazin Gesundheit Österreich 7/2013;
Zeitschrift für Ergotherapie 9/2013.

Reportagen über mich und meine Arbeit:

Berliner Zeitung, 6. November 2006.

Zeitschrift „Bild der Wissenschaft“
November 2007, S. 36-39.

Zeitschrift „Tina“, 11. Juni 2008, S. 24-25.

Zeitschrift „Freundin“, 22. Oktober 2008.

Westdeutscher Rundfunk: Talkshow
„Plasberg persönlich“, 6.3.09 und 2.7.2010.

Deutsche Medizinische Wochenschrift
Nr. 42, 16. Oktober 2009, S. 2105.

Hessischer Rundfunk:
Hessenschau, 2. April 2010.

Mehrere Zeitungsreportagen 2010 - 2013
u.a. Münsterer Zeitung, Kieler Nachrichten,
Walsroder Zeitung, Märkische Oderzeitung,
Frankfurter Allgemeine Zeitung, taz.

Mitteldeutscher Rundfunk MDR:
Talkshow „Unter uns“, 6.8.10 und 13.8.2011.

Zeitung „Bild am Sonntag“, 10.10.2010.

Südwestrundfunk (SWR): SWR 2 am
Morgen – Kulturgespräch, 3. Januar 2011.

Zeitschrift „Laura“, 19. Januar 2011.

Hessischer Rundfunk: HR2 - Wissenswert.
18. März und 13. September 2011.

Theater Basel: Oops – wrong Planet?
Uraufführung 15. April 2011.

Zeitung „Darmstädter Echo“, 9.3.2012.

Zeitung „Aachener Zeitung“, 28.3.2012.

Mitteldeutscher Rundfunk MDR:
Radiointerview MDR Info 2.4.2012.

Magazin „Gesund“, Juni 2012.

Zeitschrift „Für Sie“, 11. September 2012.

Deutschlandfunk Köln: Hörspiel „Oops –
wrong Planet? 13. Oktober 2012.

Spiegel online, 27. Januar 2013.

SWR aktuell, 22. Mai 2013.

Zeitschrift „Focus“, 8. Juli 2013.

„Der Neurologe und Psychiater“, 8/2013.

DocCheck online, 7/13, 8/13.

Ärztezeitung, Juli 2013.

Deutschlandfunk Köln: „Sprechstunde:
Autismus“; 1. Oktober 2013.

RTL Hessen, 7. Oktober 2013.

Neuerscheinung Juni 2013

Überraschend anders: Mädchen und Frauen mit Asperger

Mädchen und Frauen mit autistischen Störungen sind die „Minderheit einer Minderheit“ in der Gesellschaft, und bislang beschäftigt wurde dieses Thema vernachlässigt. Zugleich aber wird die Diagnose einer Autismus-Spektrum-Störung auch beim weiblichen Geschlecht immer häufiger gestellt, sodass es sinnvoll ist, zu überlegen, welche spezifischen Schwierigkeiten bei ihnen bestehen und wie die diagnostischen Überlegungen und therapeutischen Möglichkeiten noch besser an ihre speziellen Bedürfnisse angepasst werden können.

Dieses Buch stellt die erste Publikation dar, die sich mit der Situation autistischer Mädchen und Frauen in Deutschland beschäftigt. Eine Besonderheit ist auch der Perspektivwechsel, so kommen in diesem Buch alle Beteiligten zu Wort: Fünf Frauen, die ihr Leben mit dem Autismus schildern und dabei auch so sensible und schwierige Themen wie Partnerschaft, Kinderwunsch, Einsamkeit, gesellschaftliche Erwartungen an eine Frau, den Bereich der Frauengesundheit oder psychisches und körperliches Wohlbefinden nicht ausklammern. Zwei Mütter berichten, wie sie das Aufwachsen ihrer autistischen Töchter erlebt haben. Was war für sie schwierig, auch im Vergleich zu den nicht autistischen Geschwistern, was haben sie als besondere Bereicherung erlebt? Eine Psychotherapeutin, die eine Therapiegruppe speziell für autistische Frauen leitet, beschreibt, warum solche Gruppen wichtig sind, was sie leisten können und was sich als besonders hilfreich herausgestellt hat. Eine Ergotherapeutin gibt Einblicke in ihre Arbeit und zeigt auf, in welchen Bereichen autistische Mädchen und Frauen davon profitieren können. Daneben enthält das Buch ausführliche Hintergrundinformationen zu allen angesprochenen Themen.

Das Buch richtet sich gleichermaßen an autistische Menschen selbst, ihre Eltern, Geschwister und andere Familienmitglieder, ihre Freunde, Schulkameraden, Arbeitskollegen oder Bekannte, aber auch an alle Fachleute, die mit autistischen Mädchen und Frauen zu tun haben, also Ärzte, Therapeuten, Pädagogen oder Sozialarbeiter, Ausbilder, Arbeitgeber usw. Es soll das Verständnis verbessern für die Betroffenen, die sich in der Regel große Mühe geben, die an sie gestellten Anforderungen zu bewältigen, die aber gesellschaftlich und auch im familiären Umfeld oft viel Unverständnis ausgesetzt sind, weil niemand mit ihren Eigenheiten und Auffälligkeiten wirklich umzugehen vermag. Sie sind eben überraschend anders.

Neuerscheinung 2012 – 2013 in 2. Auflage

Asperger – Leben in zwei Welten.

Betroffene berichten: Das hilft mir in Schule, Beruf, Partnerschaft und Alltag. Hrsg.: Christine Preißmann mit Beiträgen von 8 betroffenen Menschen

Trias Verlag Stuttgart, € 19,99

Acht betroffene Erwachsene schildern in ausführlichen Erfahrungsberichten typische Hürden und Situationen, denen sie im Alltag begegnen, sowie Lösungen und Hilfen, um die Schwierigkeiten zu meistern. Dabei geht es um die Bereiche Schulzeit, Ausbildung und Beruf, Partnerschaft und Beziehungen, Freizeit und Wohnen sowie Gesundheit und Krankheit. Daneben bietet das Buch auch die nötigen fachlichen Erläuterungen und allgemein sinnvolle Hilfsmaßnahmen. Auch solche Themen werden angesprochen, die in anderen Büchern kaum Beachtung finden, wie Studium, Kleidung, Gesundheitsvorsorge, Ressourcen, Mobbing, Stressmanagement, Entspannung, Wohlbefinden, Kinderwunsch, Sexualität und Körperkontakt.

Sowohl die Sichtweise der Betroffenen als auch die Außensicht zu zeigen sowie die fachliche Einordnung zu bieten, sind die Stärken dieses Buches, das sich daher gleichermaßen an autistische Menschen selbst, ihre Eltern und ihr übriges soziales Umfeld sowie an Fachleute wie Ärzte, Therapeuten, Pädagogen oder Sozialarbeiter richtet.

Stimmen zum Buch:

„Das Buch verknüpft individuelle Erfahrungsberichte mehrerer Autoren mit dem aktuellen Wissensstand und leitet daraus zahlreiche Ratschläge und Anregungen ab. (...) Ein offenes und mutiges, gleichzeitig aber auch hochinformatives, lebensrelevantes und praktisches Buch über Autismus (...). Das Buch bietet keine Patentrezepte, es zeigt keinen „goldenen Weg“ auf, aber es macht deutlich, dass durch Kreativität und Kompromissbereitschaft individuelle Lösungen gefunden werden können, die – bei allen Schwierigkeiten – ein normales, ja sogar ein glückliches Leben mit Autismus ermöglichen.“

(Deutsches Ärzteblatt Mai 2012, Ausgaben für Ärzte bzw. Psychologische Psychotherapeuten)

Im Juli 2012 auf der Bestsellerliste des Deutschen Buchhandels (Bereich Psychologie; ermittelt von Buchreport – „Der Spiegel“)