

Zehn Jahre danach - Erinnerungen eines ABA-Geschädigten

Quelle :

Enthinderungsselbsthilfe

von Autisten für Autisten (und Angehörige)

Mir wurde von ihnen erklärt, dass die Therapie mir helfen würde ein normaler Mensch zu werden. Dass ich ja auch erkennen würde, wie unerträglich es mit mir sei, ich sonst immer weiter daran leiden würde, so zu sein, wie ich noch bin und sich mit mir ohne Therapie niemand freiwillig abgeben wollen wird. Ich wollte gerne Freunde haben und sie sagten mir, das sei der Weg zu Freunden, wenn ich mir Mühe geben und dadurch besser werden würde.

Anmerkung: Da viele Geschädigte in Bezug auf die gemachten Erfahrungen schwer traumatisiert und in Bezug auf dieses Thema noch extrem verletztlich sind, möchten viele ihre Erfahrungen nur ungerne mitteilen aus Furcht erneute Ignoranz zu erleben und dadurch getriggert zu werden. Dieser über Monate allmählich gewachsene Artikel wird deswegen voraussichtlich nur vorübergehend auf der ESH-Site veröffentlicht. Es wird gebeten Abwehrpolemik zu diesem Text allgemein zu unterlassen. ABA wird nach dem Motto "viel hilft wahrscheinlich viel und bei Autisten kann man nichts kaputt machen" sehr häufig von Eltern mit anderen Ansätzen gemischt, dies sollte nicht zum Anlass genommen werden einfach mal schnell zu behaupten die jeweils persönliche Lieblingsmethode sei nicht für die psychischen Schäden verantwortlich oder einfach nur falsch angewandt worden. In diesem Fall wurde zweifellos ABA angewandt, wie es heute noch allgemein verbreitet ist.

Da ich auf unangekündigte Änderungen meines Tagesablaufs verzweifelt reagierte, nahmen sie solche Änderungen absichtlich oft vor. Sie taten dann erfreut, weil mir ja doch nicht alles egal sei, ich doch Gefühle hätte und ich mich doch eigentlich auf die Überraschung freuen würde. So wie sie mich absichtlich oft berührten, weil sie wussten, dass ich darauf mit Panik reagierte. So wie sie mir oft das Essen machten, von dem sie wussten, dass ich es nicht gerne im Mund spüre. Zur Belohnung fürs Essen gab es einen Nachtsch, den ich allerdings dann meist nicht mehr herunter bekam. Das fanden sie dann bockig.

Mich entsetzt immer wieder, wenn ich feststelle, dass ich bei dem Versuch mich zu erinnern an das was ich wegen des Schmerzes wohl verdrängt habe - gerade weil es mich so tief geprägt hat - anfange, das alles zu rechtfertigen bzw. die Schuld bei mir zu suchen. Warum kann ich solche Erinnerungen nur schlimm finden, wenn andere sie aus ihrem Leben erzählen?

Sie führten eine Punkteliste. Bei "guter Führung" erhielt ich Punkte, bei "schlechtem Verhalten" wurden Punkte abgezogen. Bei bestimmten Guthabens-summen bekam ich eine Belohnung. Autisten würden Statistiken mögen meinte mal jemand. Irgendwann fand ich es nicht mehr anders vorstellbar selbst Kleinigkeiten nur zu bekommen, indem ich sie mir verdiente. Im Grunde war es hochgradig berechenbar. Wenn du x tust, dann bekommst du z. Selbst für gute Leistungen in der Schule gab es in diesem System

irgendwann Punkte - eine Frage die für sich bei anderen Eltern schon zu heftigen Kontroversen führen kann, weil sie ihre Kinder nicht an moralisch und gesellschaftspolitisch fragwürdige extrinsische Motivation gewöhnen, sondern zu mündigen Bürgern erziehen möchten.

Sie gaben sich bei den Belohnungen ehrliche Mühe meinen echten Interessen zu entsprechen. Sie sagten mir ständig wie sehr sie mich lieb hätten. Sie spielten viel und oft mit mir. Sie meinten das sei Spaß. Wenn ich etwas tat, das ich laut ihrer Liste nicht tun sollte oder nicht tat, das ist tun sollte hörten sie sofort auf mit mir zu spielen. Von einer Sekunde auf die andere konnten sie von "liebepoll" auf abgrundtief gemein und wieder zurück wechseln. Ich wollte nicht ständig Angst haben, wieder etwas falsch zu machen. Wollte, dass sie von mir ablassen. Es war dafür nicht entscheidend, ob gespielt oder etwas geübt oder irgendetwas sonst gemacht wurde. Ich war lieber in der Schule als zuhause, denn dort wurde ich nicht so durchgehend gequält.

Wenn das ganze Leben nach solchen banalen Wenn-Dann-Regelmäßigkeiten aufgebaut wird, ist es schwer die gesamte Tragweite durch Beschreibungen einzelner Handlungen wenigstens annähernd nachvollziehbar zu machen. Das Hauptproblem ist die Ausweglosigkeit, die Masse an Übergriffen, denen ich ausgesetzt war. Der Leser hat immer noch sein eigenes Leben im Hintergrund von dem aus er betrachtet. Als irgendwann ABA wegfiel und ich alles selbständig hätte ausführen sollen, hatte ich zunächst ein riesiges Problem damit, mich überhaupt dazu zu motivieren, weil ich zwar gelernt hatte, Kunststückchen aufzuführen, um eine Belohnung zu bekommen, aber völlig antriebslos war, wenn die Belohnung wegfiel, bzw. auch gar nicht wusste, wozu ich überhaupt etwas tun sollte.

Egal wie viel Mühe ich mir gab, das Richtige zu tun, es schien nur falsch sein zu können. Teilweise war mir selber nicht klar, was konkret mein Vergehen gewesen sein soll. Wenn ich danach fragte, meinten sie ich würde lügen, es abstreiten, mich herausreden wollen. Dafür gaben sie mir dann zusätzliche Minuspunkte. Nie schaffte ich es an alles, was ich hätte beachten müssen, gleichzeitig zu denken, daher sagten sie oft, dass ich etwas falsch gemacht hatte.

Formal wurde mir alles als völlig freiwillig präsentiert. Immer wieder forderten sie mich auf ausdrücklich den Therapien zuzustimmen. Heute frage ich mich, was geschehen wäre, wenn ich nicht immer "ja" gesagt hätte. Es ist auffällig, dass ich mich an keine Konsequenz erinnern kann, die es gehabt hat, wenn ich nicht einwilligte. Anfangs wurde ich viel ignoriert, bis sie erkannten, dass es mir sehr gefiel. Warum stimmte ich zu? Weil ich nicht verstand, was verlangt wird. Weil ich nicht das Gefühl hatte, es würde sich etwas dadurch verbessern, wenn ich ablehnen würde. Weil sie es wollten und ich meine Ruhe haben wollte. Mir ist bewusst, dass ich damals keine echte Entscheidungsoption hatte, dass sie mir lediglich vorgegaukelt wurde, obwohl alles schon beschlossen war. Aber ich habe trotzdem bis heute immer wieder das Gefühl, dass ich es ja selbst wollte und somit auch selbst dafür verantwortlich bin, was damals geschah.

Irgendwann habe ich begonnen alle Dinge an denen mir wirklich etwas lag zu zerstören. Auch in mir. Um nicht den bleiern auf mir lastenden Kontrollverlust spüren zu müssen. Wenn ich sie kaputt machte, konnte sie mir wenigstens niemand wegnehmen und gegen mich verwenden. Das tue ich bis heute, obwohl schon lange niemand mehr so etwas mit mir macht. Manchmal wenn ich mich gedanklich selbst zerplücke, kann ich es nur stoppen, indem ich so etwas zerstöre und so wieder zur Besinnung kommen kann.

Eine andere Möglichkeit mir zumindest einen kleinen Rest Selbstbestimmung zu erhalten war, bewusst Dinge "falsch" zu tun und damit unangenehme Konsequenzen herbeizuführen. Eigentlich konnte ich nur zusehen, wie mir mehr und mehr jede Selbstbestimmung weglitt. Erst äußerlich und mit der Zeit auch die innere Deutungshoheit, wenn sie z.B. mit mir übten was ich in welcher Situation angemessen erweise fühlen würde (sollte), was schön sei und was nicht.

Um die Mitte der Grundschulzeit äußerte ich den Wunsch mich selbst zu töten. Mein Leben schien nur aus Problemen zu bestehen. Probleme mit Mitschülern und Lehrern, die von Beginn der Grundschulzeit an Autismus thematisierten, als ich in der ersten Klasse von der ersten Schule flog. Probleme mit ihnen, dem Vater, der Mutter. Probleme mit Menschen generell. Warum sollten sich alle mit mir abquälen müssen? Sie wollten es ja offensichtlich ebenso wenig wie ich.

Nie wollte ich jemandem schaden. Die Vorstellung offenbar genau das zu tun und es nicht selbst zu erkennen, empfand ich als schrecklich. Manchmal meinten sie zu mir, ich sei zu ehrlich gewesen. Ich dürfe nicht einfach so mitteilen, was ich denke. Aber manchmal meinten sie zu mir auch, ich hätte gelogen, um jemandem zu schaden. Was mir unterstellt wurde, wollte ich verstehen, denn ich verstand nicht, was an mir so schlecht sein soll. Der Wunsch mich selbst zu töten war für sie etwas furchtbar Böses. Sie trompeteten es gegenüber einer Therapeutin. Wie uneinsichtig und schrecklich unmöglich ich sei. Die Therapeutin beschloss, die Mutter würde erzählen und ich sollte mich melden, wenn eine der Schilderungen davon wie schlimm es sei, was ich ihnen antun würde, nicht meiner Sichtweise entsprach. Aber ich wusste nicht, was ich wie sagen soll. Bis ich gedanklich soweit war zu etwas antworten zu können, waren sie bereits mehrere Punkte weiter, die ich auch alle hätte berichtigen müssen.

Es wurde beschlossen, man müsse nun etwas tun, damit ich mich nicht töten würde und nicht so überreizt sei. Neben dem was getan wurde, damit ich weniger still und passiv sei. Um mich "rauszuholen", nicht nur bewegungslos irgendwo herumzusitzen. Ich verstand es nicht. Die Therapeutin stellte meine vermeintliche Zustimmung fest.

Ständig dachte ich darüber nach, wie ich zeigen könnte, dass ich das alles nicht will. Die ständig steigenden Anforderungen an mich, die Inflation der Punktekurse infolge von Planerfüllung machten mir das Leben zur Hölle. Wofür ich anfangs noch Pluspunkte erhielt wurde aufgrund gestiegener Sollansprüche irgendwann mit Minuspunkten bedacht. Alles was ich mühsam tat, Imitation nichtautistischen Verhaltens, Unterdrückung von Anzeichen des Leidens, Aktivität in nichtbarrierefreier Umgebung reichte mehr und mehr nicht mehr, obwohl es schwierig blieb, was sie aber nicht zu sehen schienen. Gerade weil sie immer sagten wie toll ich dieses und jenes finden würde. Dass sie das genau wissen würden. Auch vorher schon. Vielleicht wusste ich selbst nicht, was ich will?

Schon als ich begann zu sprechen, waren meine Worte "falsch", denn sie sahen die Farben nicht wie ich. Heute kenne ich den Begriff "Synästhesie", damals ging ich davon aus, dass alle die Welt so sehen wie ich. Sie nannten es damals "nicht funktionalen autistischen Sprachgebrauch" oder "autistische Stereotypie", die selbstverständlich abgewöhnt werden muss. Meine Nöte wurden nicht verstanden. Ich wollte auch niemanden mit meinen Problemen nerven. Wo ich sowieso so viele Probleme verursachte. Auch das ist bis heute so. Selbst wenn man mir immer wieder sagt, ich stelle keine Last dar, hält mich mein schlechtes Gewissen weitgehend davon ab, mich anderen anzuvertrauen.

Als sie "basale Kommunikation" (eine verbreitete Methode die als Grundelement der Geistig-Behindertenpädagogik gilt und zu Unrecht kaum kritisch beleuchtet wird) an mir ausübten, meinten sie jede Beobachtung an mir sei ein Versuch von mir Kommunikation anzubahnen. Dabei werden z.B. der Atemrhythmus oder Laute nachgeäfft. Im Stil einer "Festhaltetherapie light" fand viel Körperkontakt statt, um vermeintliche Bindungsängste überwinden zu helfen. Angeblich dient diese Methode der gleichberechtigten Kommunikation, die durch diese Erfahrung der Gleichberechtigung Selbstvertrauen schaffe. Faktisch hat der Therapeut jedoch sowohl nahezu absolute Deutungshoheit als auch vollen Zugriff auf den gesamten Körper des "Behinderten", dieser andersherum jedoch nicht, weswegen sich wieder einmal Gefühle des Ausgeliefertseins einstellten. Damals nahmen sie an, ich hätte überwiegend keine Gefühle. Sie erklärten mir daher in welcher Situation ich wie zu reagieren hätte. Dabei bezogen sie sich gerne auf Situationen, in denen ich irgendeine Regung gezeigt hatte und stellten dar, wie es richtig gewesen wäre. Das verstand ich so, dass generell alles was man tut so etwas wie ein "sozialer Code" sei, den man in bestimmten Situationen zu zeigen hätte. Als ich im Erwachsenenalter feststellte, dass eine Entsprechung zu inneren Zuständen angenommen wird, war ich sehr verwirrt. Auch in diesem Punkt fällt mir eine Verhaltensänderung hin zu einem eigenen inneren emotionalen Bezug zu meinem Leben sehr schwer.

Bis heute habe ich Alpträume mit Bezug auf diese Vergangenheit. Bis heute habe ich allgemeine Schlafprobleme. Wenn ich in eine Situation komme, in der mir etwas überhaupt nicht behagt, kann ich das bis heute so gut wie gar nicht äußern. Bis heute tue eigentlich nur das, wovon ich annehme, dass es erwartet wird und bin z.B. bin so gefährdet an sadistisch veranlagte, unterdrückende Lebenspartner zu geraten. Bis heute bewirken etliche Triggerauslöser im Alltag das Wiedererleben traumatischer Erlebnisse aus meiner Kindheit. Im Kontakt mit Menschen habe ich bis heute extreme Angst davor etwas falsch zu machen, davor dass jemand erkennt, dass ich es nicht verdiene, dass er nett zu mir ist. Bis heute habe ich wohl noch nie so etwas wie eine Freundschaft erlebt.

Meine Eltern glauben bis heute, sie hätten mir mit dieser Therapie etwas Gutes getan.