



Ilonka Dahlmann

Was fordern Menschen mit Autismus?

Publikation

Vorlage: Datei des Autors
Eingestellt am 09.05.2016

Autor

Ilonka Dahlmann
SHG Erwachsene Autisten Südbayern

Veranstaltung

Fachtagung „Menschen mit Autismus in Bayern:
Therapie oder Entwicklungsräume schaffen?“
von Hanns-Seidel-Stiftung und autkom
am 21.04.2016 im Konferenzzentrum München

Empfohlene Zitierweise

Beim Zitieren empfehlen wir hinter den Titel des Beitrags das Datum der
Einstellung und nach der URL-Angabe das Datum Ihres letzten Besuchs dieser
Online-Adresse anzugeben.

[Vorname Name: Titel. Untertitel (Datum der Einstellung).

In: <http://www.hss.de/...pdf> (Datum Ihres letzten Besuches).]

Ich möchte mich gerne vorstellen: Mein Name ist Ilonka Dahlmann. Ich bin 41 Jahre alt und ich habe im Alter von 38 Jahren die fachärztliche Diagnose „Asperger Syndrom“ erhalten. Wie hat Therapie mir geholfen? Ich möchte hier aus dem Buch „Mißlingen des Anderen im Asperger Syndrom“ zitieren.

„Das eigentliche Problem des Asperger Autisten, so würde ich pointierend sagen, ist nicht die Menge seines Wissens, sondern die Gewissheit seines Wissens, anders gesagt: seine Schwierigkeit, Ungewissheit zu ertragen und in Neugier und Lernen von Neuem umzuwandeln. ... Denn in einem nur objektiven Wissen, in dem es keine Lücke gibt und keine Frage offen ist, keine Ungewissheit mehr vorkommt, gibt es kein begehrendes Subjekt, keinen Appell an den Anderen, kein rätselhaftes Begehren des Anderen. In einem gewissen Wissen gibt es nur Bedeutung, keinen Sinn, nur Information, keine Kommunikation, nur Antworten, keine Fragen... Jacques Lacan sagt: ‚Was ich im Sprechen suche, ist die Antwort des Anderen. Was mich als Subjekt konstituiert, ist meine Frage.‘ Im Diskurs eines gewissen und vollständigen Wissens gibt es nur Unterwerfung des einen Subjekts unter das andere, nur Kampf um Macht. Wenn das Wissen nicht als Frage des Subjekts subjektiviert werden kann, also wenn es nicht eine Lücke hat, die mit einem Begehren, mit Affekten und Emotionen angereichert wird, wird die Antwort des Anderen nur als verfolgend und kastrierend erlebt.“

Mir hat Therapie geholfen, Subjekt zu werden; also nicht mehr eine Insel zu sein, die mit einer anderen Insel Sachinformation austauscht, sondern ich versuche, mit anderen in Resonanz zu treten.

Ein nicht ganz unwichtiger Faktor bei der Diagnosestellung von Autismus ist Leidensdruck. Leidensdruck kann verringert sein, wenn ein Autist sich in einer für ihn lebbareren Nische einrichten kann. So jemand kann aber auch jederzeit aus seiner Nische rausfallen. Durch den Leidensdruck, der bei autistischen Menschen meistens stark ausgeprägt ist, kann es zu sog. Komorbiditäten wie beispielsweise Angstzustände, Zwangshandlungen, Depressionen kommen. Was also muss Therapie leisten? Eine weitgehende Erzielung von Symptombefreiung dieser Komorbiditäten. Im Gegensatz zum Autismus selber, sind diese Begleiterkrankungen grundsätzlich heilbar.

Was macht eigentlich diesen Schmerz, diesen Leidensdruck bei Autisten aus? Bei hochfunktionalen Autisten wie mir, ist es häufig der Spagat zwischen Anpassung, die mühevoll errungen wird einerseits und die gelebte Authentizität andererseits. Anpassung bedeutet, sich selbst ein Stück weit zu verlieren. Das ist bei jedem so und bis zu einem gewissen Grad ja auch normal. Aber im Leben eines autistischen Menschen bedeutet es, Kraft aufzuwenden, jemand zu werden, der man nicht ist, nur um so zu wirken wie andere. Wohingegen andere damit beschäftigt sind, sich auf ihre Stärken zu konzentrieren und Dinge zu machen, die ihnen Freude bereiten, ist der Autist damit beschäftigt, so zu erscheinen, wie er nicht ist, um nicht aufzufallen und vielleicht ein gewisses Maß an Zugehörigkeit zu erleben. Zu dem Preis, immense Kräfte zu verlieren. Eine solch hochgradige Anpassung kann Depressionen auslösen und zu einem Burnout führen.

Der Preis der Authentizität ist der der Isolation. Eine solche Isolation kann ebenfalls zu Depressionen führen. Wenn Ihr Empfinden immer ein anderes ist, als das der anderen, gibt es wenig Identifikation. Das gibt mangelnde Sicherheit. Dadurch können autistische Zwänge sich schon einmal zur Zwangsstörung entwickeln oder vorhandene ausgeprägte Ängste eines Autisten können verstärkt und zu Angststörungen werden.

Ich möchte auszugsweise Gedanken von Autisten unserer Selbsthilfegruppe „Erwachsene Autisten Südbayern“ zu der Frage „Was benötigst du an und in Therapie?“ vorlesen. Die Gedanken stammen von einer Frau, 55 Jahre alt, mit der Diagnose Atypischer Autismus. Sie hatte zwei Therapien.

In der Therapie brauche ich einen Therapeuten, der als Mensch (und Vorbild) präsent ist. Jemand, der in der Lage ist, zwischen den Welten zu vermitteln....der mir erklären kann, warum Menschen so reagieren, wie sie es tun. Einer, der mir auch von seinem Erleben und aus seiner Sichtweise berichten kann. Einer, der mir in bevorstehenden Situationen, Stolperfallen aufzeigen kann. Einer der versucht, mich zu verstehen, ganz persönlich mich, als einzigartige Person, die ganz individuelle Probleme und Sichtweisen hat und nicht Probleme, die Autisten so zu haben scheinen.

Wichtig ist mir in der Therapie eine Verlässlichkeit. In erster Linie von Seiten des Therapeuten und dann von Seiten der Krankenkasse, die nicht nur 25 Stunden und vielleicht im letzten Augenblick nochmal weitere Stunden genehmigt. Wenn ich nur 25 Stunden habe, dann kann ich mich auf eine Therapie nicht einlassen. Denn ich brauche mehr Zeit. Eine Therapie muss für mich von Anfang an langfristig angelegt sein.

Mein Therapeut muss Zuverlässigkeit, Wertschätzung, Achtsamkeit, Respekt, Offenheit, Interesse, die Fähigkeit zum Umdenken und Humor mitbringen. Wenn er in all diesen Punkten seine Beständigkeit unter Beweis stellen kann, kann ich ihm vertrauen.

Ich möchte hier auch gerne meine eigenen Erfahrungen mit einfließen lassen. Ich selber war drei Mal in Therapie. Meine zweite Therapie – ohne Autismus-Diagnose - war erfolgreich, da meine Therapeutin sich auf mich als Individuum eingelassen hat, ohne mich in vorgefertigte Schubladen schieben zu wollen. Meine dritte Therapie bei einem Therapeuten, der jahrzehntelange Erfahrung mit Autisten hat, läuft nun aus. In dieser Therapie – erstmalig mit Autismus-Diagnose - erlebe ich echtes Verstehen. Sie hilft mir, mich in meinem hart erarbeiteten Biotop zu etablieren. Das betrifft vor allem meine Teilzeitstelle, in der ich „artgerecht“, sozusagen Autisten gerecht, gehalten werde und es betrifft auch meine Beziehung zu einem Asperger Autisten. In beiden Fällen ist Authentizität möglich, was mein Leben überhaupt lebbar macht. Ansonsten bedeutet Authentizität für mich, dass Kontakt zu Menschen sich ausgewählt gestaltet, ohne jede Beliebigkeit und sicher nicht, um einfach nur gesellige Bedürfnisse zu befriedigen

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass die Chance groß ist, am Autisten vorbei zu therapieren. Andererseits stimme ich den Worten von Dr. Christine Preißmann zu, die sagt:

Wir können nicht erwarten, dass es ausreichend Therapeuten mit langjähriger Erfahrung im Bereich Autismus geben wird. Die fallen nicht einfach vom Himmel. Wir müssen vielmehr

geeigneten und engagierten Therapeuten die Möglichkeit geben, diese Erfahrungen zu sammeln. Eine Voraussetzung dafür ist natürlich die Offenheit des Therapeuten für die Besonderheiten von Menschen mit Autismus und die Bereitschaft, sich darüber zu informieren.

Entscheidend ist meiner Erfahrung und der Erfahrung anderer Autisten nach nicht die Art der Therapie, sondern der Therapeut selber. In diesem Sinne hoffe ich, dass einige Therapeuten, die heute anwesend sind, sich angesprochen fühlen, die herausfordernde aber überaus lohnende Arbeit mit Autisten ins Auge zu fassen.