



Ausgabe Juli bis September 2020

Inhaltsverzeichnis

Events 2020.....	3
Vorstand ASS SHG Regional Solothurn.....	4
Wer sind wir.....	4
Unsicherheiten der Corona-Krise treffen Erwachsene mit Autismus besonders hart.....	5
Arnoud Cornelissen.....	5
Sorgen um die Haustiere.....	6
Von bestimmten sozialen Verpflichtungen entbunden.....	6
Bedarf an spezifischen Tipps für Menschen mit Autismus.....	6
Ausnahmen von der Maskenpflicht.....	7
Autismus Wie drei Autisten mit den Veränderungen durch die Corona-Krise umgehen.....	8
„Ich finde die Veränderungen gut“.....	9
„Manchmal fühle ich mich allein“.....	9
„Ich habe mich einfach auf das Positive konzentriert“.....	10
„Die Situation ist für viele von Unsicherheit geprägt“.....	10
Autismus und Autismustherapie in Zeiten von Corona: eine Chance?.....	11
Abstract.....	11
Corona im Kontext des autistischen Symptomgeprägtes.....	11
Die Autismustherapie in Coronazeiten.....	13
Visualisierte Psychoedukation zur Coronasituation.....	14
Utilisieren vorgestellter Objekte.....	14
Mentalisieren eigener und fremder Gefühle.....	14
Nutzung des Settings zur Sensibilisierung für die unterschiedlichen Perspektiven.....	15
Einführung von Strukturen.....	15
Videoanalyse häuslicher Situationen.....	16
Ressourcen beachten und aktivieren.....	16
Diskussion.....	17
Fazit für die Praxis.....	17
Buchvorstellung.....	18
22 Dinge, die eine Frau wissen muss, wenn sie einen Mann mit Asperger-Syndrom liebt.....	18
Beschreibung.....	18
Autorentext.....	18
Leseprobe.....	18
Inhalt.....	19

Events 2020

Datum	Themen
17. Februar. 2020	Rückblick, Themenwünsche und Gesprächsrunde
09. März 2020	Abgesagt wegen Corona Pandemie
20. April 2020	Abgesagt wegen Corona Pandemie
22. Juni 2020	Rückblick und Gesprächsrunde
14. September 2020	
02. November 2020	

Vorstand ASS SHG Regional Solothurn

Webseite: <https://ass-shg-region-solothurn.jimdofree.com>

Wer sind wir

Unsere Selbsthilfegruppe dient im Wesentlichen dem Informations- und Erfahrungsaustausch zwischen Eltern, Angehörigen, Betroffenen und Fachpersonen.

Leitung: Christine Heutschi Mail: christine.heutschi@bluewin.ch

CO-Leitung: Christine Hollenstein Mail: c.hollenstein@bluewin.ch

Unsicherheiten der Corona-Krise treffen Erwachsene mit Autismus besonders hart

[Arnoud Cornelissen](#)



Die Corona-Krise hat einen enormen Einfluss auf Erwachsene mit Autismus. Viele zeigen weitaus mehr Angst- und Depressionssymptome als dies normalerweise der Fall ist. Nach Ansicht von Forschern der niederländischen Universität Gent (UGent) ist dies besorgniserregend. Ihre Schlussfolgerungen trafen sie auf Basis einer umfangreichen Studie über die Auswirkungen der aktuellen COVID-19-Pandemie auf das tägliche Leben und das psychologische Wohlbefinden von Erwachsenen mit Autismus-Spektrum-Störung.

Die Forschungsgruppe EXPLORA (Experimental PsychoLogical Research on Autism) der UGent hat einen umfangreichen Fragebogen zu den Folgen der Corona-Krise für Menschen mit Autismus erstellt. 839 Personen aus den Niederlanden, Belgien und dem Vereinigten Königreich nahmen daran teil. Mehr als die Hälfte von ihnen gab an, dass sie an einer Form von Autismus leiden.

Lebensmitteleinkäufe sind für Erwachsene mit Autismus besonders stressig. Beispielsweise, wenn bestimmte Produkte nicht verfügbar sind. Die Verweildauer im Geschäft oder die Menge, die von einem bestimmten Produkt gekauft werden kann, sind teilweise begrenzt. Und manchmal müssen sie Schlange stehen, um irgendwo hineinzukommen.

Sorgen um die Haustiere

Der Umfrage zufolge machen sie sich während der Pandemie viel mehr Sorgen als neurotypische Erwachsene: Es geht dabei zum Beispiel um ihre Haustiere oder darum, ob sie benötigte Medikamente bekommen können. Sie sind besorgt darüber, wie man jetzt Einkäufe macht und wie man die Maßnahmen zur Verhinderung der Ausbreitung von COVID-19 richtig verfolgt.

Von bestimmten sozialen Verpflichtungen entbunden

Im Durchschnitt erfahren Erwachsene mit Autismus mehr Stress durch die Veränderung ihrer täglichen Routinen in Folge der Pandemie (wie z.B. arbeitsbedingte Veränderungen und den Verlust von Aktivitäten im Freien) als neurotypische Erwachsene. Auf der anderen Seite fühlen sie sich von bestimmten sozialen Verpflichtungen entlastet, die Stress verursachen, wie z.B. obligatorische Termine oder Partys, unerwartete Besuche oder Fremde, die ihnen zu nahe kommen.

Es ist Stress, meine Lieben außerhalb des Hauses nicht sehen zu können und mich durch die soziale Isolation eingeschränkt zu fühlen, ohne zu wissen, wann dies ein Ende haben wird.

Die Regel der sozialen Distanzierung schafft jedoch auch neue Schwierigkeiten speziell für Erwachsene mit Autismus. Zum Beispiel erschweren Gesichtsmasken das Ablesen von Gesichtsausdrücken. Auch die Kommunikation über Videoanrufe empfinden sie als kompliziert. Die Antworten zeigen jedoch auch deutlich, dass Erwachsene mit Autismus kein geringeres Bedürfnis nach sozialen Kontakten haben als Erwachsene ohne Autismus. Sie gaben in der Studie an, dass sie in der Regel öfter Einsamkeit und soziale Isolation erlebten. Der Verlust des Zugangs zu ihrem eigenen sozialen Sicherheitsnetz aufgrund von Besuchsbeschränkungen scheint daher für einige eine große Belastung zu sein.

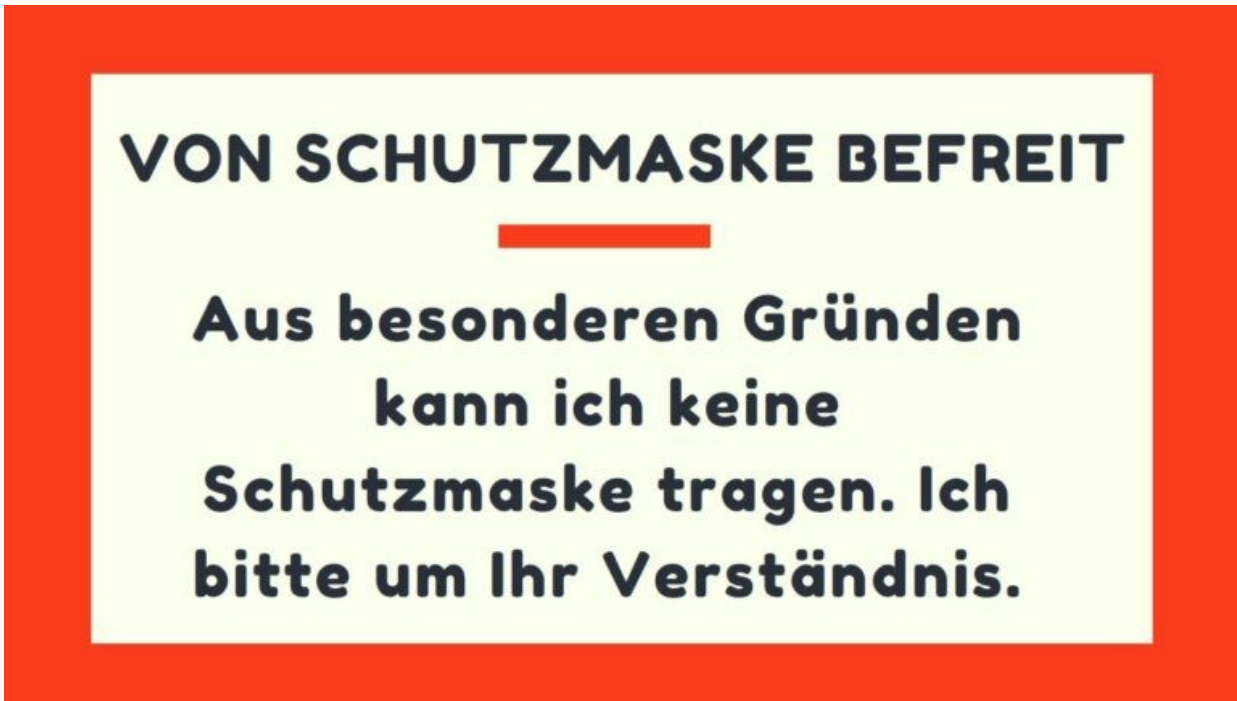
Bedarf an spezifischen Tipps für Menschen mit Autismus

Erwachsene mit Autismus gaben auch an, dass sie es wichtig finden, an der Entwicklung spezifischer Tipps und Hilfsmittel für die Autismus-Community beteiligt zu sein. Zudem sind sie mit dem derzeitigen Angebot solcher Informationen noch nicht zufrieden. Die Einrichtung spezifischer autismusfreundlicher Einkaufszeiten oder eines ("Buddy"-)Systems, bei dem eine andere Person für den Erwachsenen mit Autismus einkauft, würde ebenfalls dazu beitragen, den Einkaufsstress zu mildern.

Quelle: innovationorigins.com

Ausnahmen von der Maskenpflicht

07. Juli 2020 - von [News](#)



Seit dem 6. Juli gilt im öffentlichen Verkehr der Schweiz eine Maskenpflicht. Davon ausgenommen ist ein Teil der Menschen mit Behinderungen und in bestimmten Fällen Begleitpersonen.

Personen, die aus besonderen Gründen, insbesondere medizinischen, keine Gesichtsmasken tragen können, sind von der Maskenpflicht ausgenommen. Dies gilt für einen Teil der Menschen mit Behinderungen, wenn sie z.B. die Masken nicht selbstständig an- und abziehen können.

Bei Menschen mit Autismus kann eine Maske Stress und Panik auslösen, bei Atemwegserkrankungen oder Krampfanfällen könnte das Tragen einer Maske das Erstickenrisiko erhöhen.

Für die Kommunikation mit Menschen, die auf Lippenlesen angewiesen sind, ist es Personen ebenfalls erlaubt, die Maske abzunehmen.

Inclusion Handicap fordert deshalb die ÖV-Nutzerinnen und -Nutzer sowie die Transportunternehmen auf, diesen Umständen Rechnung zu tragen und einer Stigmatisierung dieser Menschen vorzubeugen.

Hilfe für schwierige Situationen in der Öffentlichkeit

Nicht immer mögen oder können Menschen mit einer Behinderung und ihre Begleitpersonen erklären, warum sie keine Maske tragen. Für solche Situationen stellt insieme eine Vorlage mit Info-Kärtchen zum Herunterladen und Ausschneiden zur Verfügung. Die Kärtchen können etwa im Zug dem Schaffner oder verständnislosen Mitreisenden vorgelegt werden.

[Mitteilung Inclusion Handicap \(PDF\)](#)

[Info-Kärtchen Bogen_von der Maskenpflicht befreit \(PDF\)](#)

Quelle: insieme.ch

Autismus Wie drei Autisten mit den Veränderungen durch die Corona-Krise umgehen

Melanie Nusko, 10.06.2020 - 13:05 Uhr

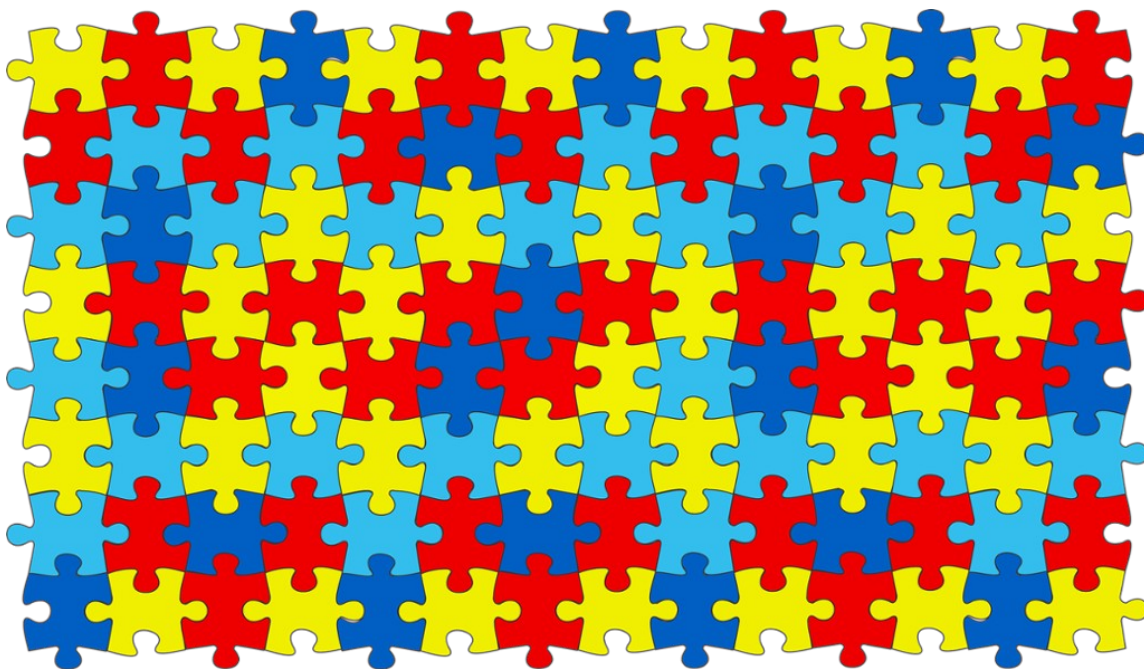


Foto: pixabay

Die Corona-Krise hat unser Leben durcheinander gebracht. Einen normalen Alltag gibt es seit Monaten nicht mehr. Gerade Autisten leiden unter großen Veränderungen. Wir haben mit Betroffenen gesprochen.

Nadine* (16), Schülerin:

„Ich finde die Veränderungen gut“

„Ich kann nun endlich so leben, wie ich es schon immer wollte“, sagt Nadine über die Corona-Krise. „Das, was die Leute jetzt machen müssen, wie Abstand halten und zuhause bleiben, mache ich schon immer gern.“ Die 16-Jährige besucht die elfte Klasse eines Gymnasiums. Dorthin zu gehen, bedeutete für sie immer nur Stress. „Vor Dingen, die ich nicht beeinflussen kann, habe ich Angst“, sagt Nadine. Sie braucht Kontrolle über das, was passiert. Im Schulalltag ist das aber so gut wie unmöglich. Lektüren, Filme, neue Themen oder Lehrer – was für andere normal erscheint, ist für Nadine eine Herausforderung.

Weitere Stressfaktoren sind die Lautstärke und die vielen Menschen. Wenn die 16-Jährige von der Schule nach Hause kam, war sie meist erschöpft und brauchte eine Pause. Während der Beschränkungen konnte Nadine dauerhaft an ihrem Rückzugsort sein – ihrem Zuhause.

Umso schlimmer war es für die 16-Jährige, als sie zurück in die Schule musste. Bereits am Abend vor dem ersten Tag war sie nervös und weinte. Nun hat sie im 14-Tage-Rhythmus Präsenzunterricht. Schon in der ersten Woche war sie blass und gereizt.

Dass das Coronavirus bleibt, wünscht sich Nadine natürlich nicht. Die Veränderungen hingegen findet sie gut: „Die entsprechen eben meinem Lebensstil.“

Matthias* (22), Student:

„Manchmal fühle ich mich allein“

Für Matthias waren die Veränderungen schwer. Der 22-Jährige studiert in Regensburg und schreibt an seiner Bachelorarbeit. Vor der Pandemie hat er viel Zeit im Lesesaal verbracht. „Dort habe ich öfter Studienkollegen getroffen“, erzählt er. „Die persönlichen Begegnungen fehlen mir.“ Zwar schreibt Matthias mit manchen über WhatsApp, ersetzen kann das die direkten Kontakte aber nicht. „Wenn ich länger auf eine Antwort warten muss, geht es mir schlecht“, meint er. „Manchmal fühle ich mich allein.“ Neue Routinen und regelmäßige Online-Kurse strukturieren Matthias' Alltag. Trotzdem: „Ich wünsche mir, bald wieder persönlichen Kontakt zu anderen zu haben und wieder Präsenzveranstaltungen besuchen zu können.“

Sophia* (20), Studentin:

„Ich habe mich einfach auf das Positive konzentriert“

„Anfangs bin ich mit den Veränderungen gar nicht klargekommen“, sagt Sophia. Vor ein paar Monaten begann die 20-Jährige ein Praktikum bei einem Autohersteller. Ein neuer Alltag, neue Menschen und eine neue Umgebung. Die Studentin musste sich an die Situation gewöhnen – und das brauchte Zeit. Kraft schöpfte Sophia aus ihrem Hobby, dem Kartfahren.

Wenig später folgte der nächste Einschnitt: die Corona-Krise und die damit verbundenen Ausgangsbeschränkungen. Sophia musste ins Homeoffice. Wieder eine Veränderung. Auch die Kartbahnen mussten schließen. Für die 20-Jährige war das hart, denn eine Routine ist für sie mit das Wichtigste: „Daran sollte sich eigentlich nichts ändern.“ Die außergewöhnliche Situation fiel Sophia schwer. „Ich war ständig müde. Daran habe ich gemerkt, dass es mir langsam reicht.“ Trotz allem blieb sie aber optimistisch. „Ich habe mich einfach auf das Positive konzentriert, was nach der Krise kommt.“

Und das ist mittlerweile eingetreten: Sophia darf nun wieder auf die Kartbahn. „Das ist für mich das Wichtigste. Auch dass ich all die Leute wieder sehen kann, die ich durch mein Hobby kennengelernt habe, ist sehr schön.“ Die 20-Jährige fühlt sich seitdem besser: „Ich bin jetzt auch weniger müde.“

**Die Namen wurden von der Redaktion geändert. Alle Personen kommen aus unserer Region.*

Thomas Schneider (33), Autor, Referent:

„Die Situation ist für viele von Unsicherheit geprägt“

„Die Erzählungen der drei Protagonisten vermitteln, wie ähnlich und gleichzeitig unterschiedlich sich Autismus nach außen hin zeigt. Autismus bedeutet, die Welt, die uns alle umgibt, intensiver wahrzunehmen, zu fühlen, zu erleben“, sagt Thomas Schneider. Er kommt aus dem Landkreis Straubing-Bogen und ist selbst Autist. Bemerkt hat der 33-Jährige das erst vor rund fünf Jahren. Seit seiner Diagnose engagiert er sich für eine bessere Aufklärung über Autismus und hat auch ein Buch geschrieben.

In den vergangenen Wochen hatte Thomas Schneider einige Gespräche mit anderen Autisten: „Dabei hat sich gezeigt, dass diejenigen besser durch die Krise gekommen sind, deren Tagesstruktur sich nicht oder nur wenig geändert hatte und deren Interessen weiterhin möglich waren.“ Wichtig sind laut Thomas Schneider hier auch die Angehörigen, die den Alltag der Autisten neu strukturieren. „Struktur gibt Autisten Sicherheit. Das zeigt sich besonders in der aktuellen Situation, die für viele von Unsicherheit geprägt ist.“ Auch bei der Betreuung spielten die Angehörigen eine große Rolle, da viele Einrichtungen geschlossen waren oder unter Quarantäne standen.

Quelle: www.idowa.de

Autismus und Autismustherapie in Zeiten von Corona: eine Chance?

Anas Nashef

Author information Copyright and License information Disclaimer

Abstract

Die weltweite Coronakrise stellt uns alle vor eine neue, unerwartete und besonders herausfordernde Situation und geht für Menschen mit und ohne Autismus mit starken Gefühlen der Angst und Verunsicherung einher. Die veranlassten Maßnahmen reichen von Abstands- und Hygieneregulungen bis hin zu einem reduzierten sozialen Leben. Dieser Beitrag setzt sich mit dem Einfluss dieser neuen Lage auf Menschen mit Autismus und auf die Autismustherapie auseinander. Neben der Darstellung positiver Einflüsse auf Menschen mit Autismus stehen aktuelle therapeutische Entwicklungen und Interventionen in Zeiten der Coronapandemie im Zentrum dieser Abhandlung.

Schlüsselwörter: Autismus-Spektrum-Störungen (ASS), Interventionen, Videotherapie, Social distancing, Pandemie

Spätestens seit März 2020 ist das Coronavirus auch in Deutschland angekommen – eine nicht nur hierzulande völlig neue Situation mit ungewissem Ausgang, die mit tiefgreifenden Auswirkungen auf alle staatlichen Systeme, auf die Gesellschaft und auf die Wirtschaft einhergeht. Es bleibt offen, welche langfristigen Veränderungen diese Krise auch in der Zeit nach deren Überwindung mit sich bringt. Wie lässt sich diese außergewöhnliche Situation im Kontext von Autismus und Autismustherapie beschreiben? Birgt diese neue Situation neben den nicht zu verharmlosenden Gefahren der Pandemie auch eine Chance für Menschen mit Autismus und für die therapeutischen Zugänge und Interventionen? Diese in der Autismustherapie wichtigen Fragen sollen auf den folgenden Seiten zumindest ansatzweise beantwortet werden. Einerseits soll die momentane Situation mit dem autistischen Symptomgepräge in Beziehung gesetzt werden. Andererseits stellt sich auch die Frage, wie die Autismustherapie mit der Krise zurechtkommt. Befindet sich die Autismustherapie ebenfalls in einer Krise oder entwickelt sie sich angesichts der Pandemie sogar weiter und es öffnen sich neue Wege?

Corona im Kontext des autistischen Symptomgepräges

Die Pandemie löst gewiss bei allen Menschen, ob mit oder ohne Autismus, eine große Verunsicherung aus. Die damit einhergehenden Sorgen sind vielfältig und betreffen etwa die direkte Bedrohung der persönlichen Unversehrtheit, die wirtschaftliche Sicherheit und das tägliche Leben insgesamt. Ein besonderes Bedrohungspotenzial birgt die

Unvorhersehbarkeit dieses real gewordenen und in der Regel nur durch Katastrophenfilme bekannten Szenarios.

Ungeachtet der besonderen Herausforderung für Menschen mit Autismus durch diese Unvorhersehbarkeit und ebenfalls durch die gewaltige Störung von Routinen und Sicherheiten scheint diese Situation für diese Menschen ebenfalls eine Chance zu sein. Bereits ein Blick auf klassifikatorische Autismuskriterien macht ein positives Outcome plausibel. Auch im klinischen Alltag und im Gespräch mit Betroffenen wird dieser Eindruck bestätigt.

Die krisenbedingten Veränderungen bieten Menschen mit Autismus Entlastungspotenziale

Betrachten wir die autistische Dyade des DSM-V, so zeigen sich deutlich die Entlastungspotenziale für Menschen mit Autismus durch die mit der Krise einhergehenden gesellschaftlichen Veränderungen. So entschärft das sogenannte „social distancing“ die alltäglichen Herausforderungen dieser Menschen hinsichtlich ihrer Einschränkungen in der sozialen Interaktion und in der Kommunikation, wobei der Begriff des „social distancing“ insofern inadäquat verwendet wird, als die eingeführten präventiven Maßnahmen in Wirklichkeit ein „physical distancing“ verkörpern, denn es wird über das physische Abstandhalten verfügt, während Soziales und Zwischenmenschliches keineswegs negiert werden. Folglich geht es bei den weltweiten Einschränkungen um neue Wege des Miteinanders und nicht um ein Nichtmiteinander.

Die im zweiten Cluster der autistischen Dyade enthaltenen sensorischen Besonderheiten, die mitunter taktile Hypersensibilitäten einschließen, verlieren somit während der Krise ihre Relevanz. Gezwungen durch die Krise, hat sich die Welt gewissermaßen für den autistischen Weg entschieden, für einen autistischen Way of Life.

Es verwundert daher nicht, wenn Betroffene uns schmunzelnd mitteilen, dass Händeschütteln sowieso immer überflüssig gewesen sei und dass eine verbale Begrüßung die angestrebte Botschaft ausreichend übermitteln könne. Auch werden weitere positive Aspekte zum Ausdruck gebracht:

- Mediale Alternativen zu Vis-à-vis-Begegnungen: Vor allem die Videotelefonie wird von vielen als Alternative begrüßt. Neben der vorliegenden Sicherheit mit diesem Medium bei vielen Menschen mit Autismus-Spektrum-Störungen (ASS) heißt dies ebenfalls, aus einem sicheren Ort hinaus in Kontakt zu treten (aus der eigenen Wohnung, dem eigenen Zimmer).
- Reizreduzierung: Durch das Zuhausebleiben, aber genauso durch die geringere Anzahl von Menschen im öffentlichen Raum, fühlen sich viele sicherer und erleben eine eher reduzierte Reizüberflutung.
- Das Gebot des „physical distancing“: Das Abstandhalten und die Vermeidung von Körperkontakt wie etwa Händeschütteln, Umarmungen, auf die Schulter klopfen etc. kommen den taktilen Aversionen von Menschen mit ASS entgegen.

- Die Schließung von besonders herausfordernden Systemen im öffentlichen Raum wie Schulen, Universitäten etc. und das Umschwenken auf mediale Alternativen (Homeoffice, Homeschooling usw.) wird als entlastend erlebt.
- Die mediale wissenschaftlich-sachliche Auseinandersetzung mit dem Coronavirus und eine gewisse Akzentverschiebung hin zu einem Wissensdiskurs (z. B. Podcast mit Prof. Drosten) kommen Menschen mit Autismus durch die Rationalität der Debatte zugute.
-

Trotzdem bleibt es für Menschen mit Autismus herausfordernd, mit dieser neuen Situation zurechtzukommen, die raschen Veränderungen und die Unvorhersehbarkeit der Situation zu tolerieren und eigene sowie fremde Gefühle und deren wechselseitiges Bezogensein zu mentalisieren. Es erscheint somit als sinnvoll, zwischen der Situation/der Krise an sich und den getroffenen Maßnahmen zu differenzieren. Erstere stellt Menschen mit ASS vor große Herausforderungen und Letztere scheinen in ganz besonderem Maße autismusfreundlich zu sein.

Die Autismustherapie in Coronazeiten

Katastrophen kündigen sich bekanntlich nicht an. Ergo fand sich die Autismustherapie unvorbereitet in einer nie dagewesenen Situation: Menschen mit ASS blieben der Therapie fern; Therapien, in deren Rahmen entsprechender Abstand nicht einzuhalten war, konnten nicht stattfinden; Gruppentherapien mussten abgesagt werden. Therapeutische Kontakte schienen im Begriff zu sein, vor dem Abbruch zu stehen.

Nach einer anfänglichen Schockstarre mussten Lösungen her. Vor allem sollte der Kontakt zu den Betroffenen keinen Stillstand erfahren; er musste wieder aufgenommen und die therapeutische Arbeit fortgesetzt werden. Aber wie? Wie lässt sich diese Arbeit in Zeiten von Distanzgeboten bewerkstelligen? Wie lässt sich in einer Zeit reduzierter sozialer Normalität eine Arbeit fortführen, deren Ziel die Förderung des Sozialen, des Kommunikativen, des Emotionalen ist? Diese Fragen legen zunächst nahe, dass ein neues Therapiesetting installiert werden muss.

Der Videochat als mediale Alternative zum persönlichen Therapietreffen

Der Videochat wurde als mediale Alternative zum persönlichen Therapietreffen eingeführt, die anfänglich skeptische Haltung ihm gegenüber änderte sich rasch. Nicht im Sinne des bloßen Reframing einer Methode ließen sich mehr und mehr positive Erfahrungen und Rückmeldungen gewinnen. Die Klienten zeigten sich – vermutlich angesichts des sicheren Orts und Mediums – besonders entspannt, bisweilen schienen sie gar kommunikativer zu sein. Ihnen stand erstmalig die Möglichkeit zur Verfügung, von ihrer Umgebung zu berichten und für sie wichtige Objekte vorzustellen. Die gewohnten Strapazen des alltäglichen Lebens blieben ihnen durch Institutionsschließungen erspart, ebenso der Weg zur Therapie. Zusammenfassend lässt sich sagen: Es war eine durch die Außensituation erzwungene

Geburt einer neuen Plattform therapeutischer Interventionen, eine neue sichere Grundlage, ein Übergangsobjekt vielversprechender therapeutischer Arbeit.

Neben dem Setting sind freilich die darin operationalisierbaren Interventionen zentral. Deshalb werden im Folgenden mögliche Themen, Essenzen und Interventionen vorgestellt.

Visualisierte Psychoedukation zur Coronasituation

Die vorherrschende Verunsicherung angesichts der Coronapandemie gibt Anlass für psychoedukative Interventionen auch bei Klienten mit ASS, die sowohl Wissensvermittlung als auch Verhaltensregeln umfassen. Inzwischen existieren Informationen in verschiedenen Formaten, mitunter kindgerechte Materialien, die beispielsweise über den Internetauftritt der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) zugänglich sind. Mitunter sind visualisierte Materialien wie etwa als filmische Darstellung oder in Comicform vorzufinden. Für eine individualisierte Aufklärung bietet sich zudem die Methode der „social stories“ [3] an. Aktuelle und coronarelevante „social stories“ sowie eine von Gray selbst verfasste „social story“ können von ihrem Internetportal bezogen werden.

Utilisieren vorgestellter Objekte

Die Möglichkeit der direkten Vorstellung von für die Klienten wichtigen Objekten (vgl. Nashef, S.231 f.) in ihrer gewohnten Umgebung öffnet die Tür und bildet eine Grundlage zur utillisierenden therapeutischen Arbeit in Form der Ausweitung der Bedeutung dieser Objekte und deren In-Beziehung-Setzen zu sozialen interaktiven Bereichen:

- Wer könnte ähnliche Objekte/Interessen besitzen?
- Wie lässt sich ein – physisch distanzierter – Kontakt zu Menschen mit ähnlichen Interessen herstellen?
- Welche Erfahrungen hat die Therapeutin mit diesen Objekten, in welcher Perspektive sieht sie diese?
- Welche Altersgruppen fühlen sich ggf. von diesen Themen angesprochen? Und so weiter.

Mentalisieren eigener und fremder Gefühle

Dass Gefühle in Krisensituationen besonders in Erscheinung treten und bei einigen Personen psychische Krisen auslösen können, ist nicht ungewöhnlich. Da Menschen mit ASS syndrombedingte Schwierigkeiten in der Gefühlsdifferenzierung aufweisen können, scheint es besonders wichtig zu sein, diese Menschen dabei zu unterstützen, nicht initial genannte Gefühlszustände in eine Gefühlssprache mittels sogenannter „contrary moves“ ([vgl. Nashef

, S.232]) zu übersetzen und eine gemeinsame Differenzierung vorzunehmen. Ferner ist der Einsatz von sogenannten Gefühlsbarometern und anderen visualisierten Skalen besonders indiziert während dieser Krise; diese bieten sich als Einstieg in die jeweilige Videositzung an.

Der Einsatz von Gefühlsbarometern und visualisierten Skalen ist in der Krise besonders indiziert

Ebenso könnten die Gefühlsregungen anderer Menschen unsere Klienten vor besondere Herausforderungen stellen. Gerade in Krisensituationen können die Gefühle „verrücktspielen“ und ver-rückt werden, sodass deren Erfassen für Menschen mit ASS noch schwieriger ist. Daher erachten wir die Auseinandersetzung mit und die Hypothesenbildung zu den Gefühlen anderer in dieser Situation im Allgemeinen sowie derer im Umfeld des Klienten als sinnvoll.

Nutzung des Settings zur Sensibilisierung für die unterschiedlichen Perspektiven

Autismus-Spektrum-Störungen werden bekanntlich mit einer Schwäche der Theory-of-Mind-Fähigkeit assoziiert, wobei die Übernahme und die Internalisierung anderer Perspektiven erschwert sind. Das Videosetting, in dem sich der Patient in seinem häuslichen Umfeld und der Therapeut in der Therapieinstitution befindet, bietet einen Rahmen, in dem eine Sensibilisierung für diese unterschiedlichen Perspektiven leichter zu operationalisieren ist. So differieren die sensorischen Gegebenheiten in den beiden unterschiedlichen Aufenthaltsorten. Diese Differenz kann als Grundlage eines therapeutischen Gesprächs dienen, indem diese Differenzen gemeinsam – jeder an seinem Aufenthaltsort – erforscht und verglichen werden.

Ferner lassen sich weitere allgemeine sowie raumbezogene Übungen im Videochat spielerisch durchführen. Neben der Bezugnahme etwa auf sich im Raum befindliche Objekte („ich sehe was, was du nicht siehst“) können weitere, nicht notwendigerweise kontextbezogene Übungen herangezogen werden. Geeignet können zum Beispiel die Übung „Lügendetektor“ , „eingefrorene Gefühlsstatuen“ (ebd., S.46) oder „Familienkoffer“ (ggf. modifiziert hinsichtlich der Coronasituation: Welche fünf Dinge sind dem Therapeuten/dem Patienten während einer etwaigen Quarantäne wichtig?) (ebd., S.61) sein.

Einführung von Strukturen

Angesichts der veränderten Situation kann der Tag-Nacht-Rhythmus schnell aus den Fugen geraten. Die Einführung von Strukturen trägt zu einem erhöhten Sicherheitsgefühl bei und kann besonders bei Menschen mit ASS indiziert sein. Das Videosetting per se macht es leichter, dass die Therapiesitzungen selbst einen Beitrag zu einer erhöhten Struktur leisten, indem sie beispielsweise gesplittet und zu bestimmten und strukturfördernden Zeiten stattfinden.

Für die Klientengruppe der Vor- und Grundschul Kinder mit ASS, die in der Regel für das Videochatsetting kaum geeignet ist, lassen sich Strukturen bei einer Videoberatung der Eltern anbahnen. Der Umstand, dass mindestens ein Elternteil während der Krise die häusliche Betreuung der Kinder übernimmt, stellt eine Chance dar, dass in dieser Zeit Tagespläne und -strukturen mit therapeutischer Unterstützung erstellt und eingeführt werden. Kleine – in der Regel als frühkindliche Autisten einzuordnende – Kinder profitieren in hohem Maße von der Einführung täglicher Routinen. Hierfür lässt sich das TEACCH-Modell nutzen, das einen visualisierten zeitlichen, inhaltlichen und räumlichen Rahmen bietet.

Videoanalyse häuslicher Situationen

Der angesichts der Corona-Gefahren von der Politik angeratene Verbleib im häuslichen Umfeld legt es nahe, nach der Situation dieser Kinder und ihrer Familien während dieses häuslichen Rückzugs Ausschau zu halten. Der bisweilen alternativlose Ausfall der direkten Arbeit mit Vorschul- und Kleinkindern vor allem mit sog. frühkindlichem Autismus, während eine therapeutische Arbeit mit Jugendlichen mit dem Asperger-Syndrom etwa mittels Videochat durchaus realisierbar ist, verstärkt die Frage nach deren häuslicher Situation und die Suche nach therapeutischen Alternativen. Die intensive neue gemeinschaftliche Situation im häuslichen Umfeld bietet daher die Möglichkeit, den Eltern mit einem häuslichen Fokus beratend zur Seite zu stehen. In dieser Beratung kann auf die Methodik der Videoanalyse zurückgegriffen werden. Hierbei muss unterstrichen werden, dass „Videoanalyse“ ein weiter Begriff mit unterschiedlichen methodischen Hintergründen und Schulen ist. Zentral bleiben das Kind, das System und die konkrete Situation, sodass die Wahl der Methode von diesen Parametern und natürlich von der Fragestellung abhängt. Besonders entlastend und ressourcenorientiert sind Videoanalysen nach dem Marte-Meo-Modell, in dessen Zentrum das Sichtbarmachen und die Förderung vorhandener Kräfte und Erziehungskompetenzen stehen.

Ressourcen beachten und aktivieren

Gerade in Krisensituationen wird das Augenmerk automatisch auf das Negative gelenkt und Positives wie Stärken, Interessen, Freude und Gelungenes vernachlässigt bzw. bagatellisiert. Daher ist es besonders indiziert, dass Letzterem im therapeutischen Kontakt aktiv ein wichtiger Platz eingeräumt wird. Der Videochat ist eine wichtige Ressource, da dieses Medium für Jugendliche und Erwachsene mit Asperger-Syndrom in der Regel vertrauter als für Therapeuten erscheint. Nach den ersten Erfahrungen mit diesem Medium scheint dieses unseren Klienten größere Sicherheit als der direkte Kontakt zu verleihen. Darüber hinaus kann das Heranziehen syndromimmanenter Spezialinteressen die Klienten entlasten.

Diskussion

Die weltweite Coronakrise stellt uns alle vor eine neue, unerwartete und besonders herausfordernde Situation und geht für Menschen mit und ohne Autismus mit starken Gefühlen der Angst und Verunsicherung einher. Die veranlassten Maßnahmen reichen von Abstands- und Hygieneregulungen bis hin zu einer starken Reduktion des sozialen Lebens, indem etwa die Schließung von Schulen, Gaststätten und Läden verfügt worden ist. Obgleich die reduzierten Vis-à-vis-Therapien sowie das Ausbleiben von gruppentherapeutischen Angeboten als großer (Erfahrungs-)Verlust zu bewerten sind, zeigt der alternative Zugang auch im Therapiekontext, etwa per Videochat, große Gewinne sowie neue Akzentuierungen und Arbeitsweisen.

Fazit für die Praxis

Neben der dramatischen Lage, der großen Verunsicherung und der immensen Störung sicherheitsgebender Routinen scheinen die Veränderungen und Maßnahmen eine Annäherung an den autistischen Way of Life zu verkörpern. Inwiefern sich diese Veränderungen als nachhaltig erweisen werden, lässt sich heute nicht mit Sicherheit sagen. Trotzdem besteht wie nie zuvor die Hoffnung auf eine autismusfreundlichere Welt nach Corona, in der z. B. Medienkontakte weiter zunehmen, körperliche Nähe differenzierter vonstattengeht und sich Institutionen wie Schulen offener für neue Modelle zeigen. Es ist davon auszugehen, dass Teile dieser Veränderungen unserer Gesellschaft erhalten bleiben und diese auch besser machen: Menschen mit Autismus werden an Sicherheit gewinnen und näher ans Zentrum der Gesellschaft rücken, Menschen ohne Autismus werden sich offener für Neues zeigen.

Quelle: www.ncbi.nlm.nih.gov

Buchvorstellung



22 Dinge, die eine Frau wissen muss, wenn sie einen Mann mit Asperger-Syndrom liebt

Von Rudy Simone

Beschreibung

In diesem Buch beschreibt Rudy Simone 22 Situationen die jede Frau vermutlich kennt, wenn sie sich in einer Beziehung mit einem Asperger-Mann befindet. Die Autorin geht den häufig aufkommenden Konflikten einer solchen Beziehung auf den Grund, stellt ehrliche und empathische Fragen zur Ursache und gibt daraufhin - basierend auf ihren eigenen Erfahrungen - Tipps, wie eine Frau ihren Partner mit Asperger-Syndrom besser verstehen lernt und das Paar trotz der sozialen Herausforderung miteinander glücklich sein kann.

Autorentext

Simone, Rudy Rudy Simone wurde 1964 in Upstate New York geboren. Sie ist Sängerin, Stand-Up Comedian, Autorin von zahlreichen Büchern, Referentin und Asperger-Therapeutin. Mitte 40 lebte sie mit einem Asperger-Mann zusammen und erfuhr auf diesem Wege, dass auch sie das Asperger-Syndrom hat. So entstand dann auch ihr Buch "Aspergirls". Sie schrieb noch weitere Bücher zum Thema "Asperger-Syndrom" (sogar einen "Aspie-Fantasy-Roman") und den vorliegenden Ratgeber "22 Dinge die eine Frau wissen muss, wenn sie einen Mann mit Asperger-Syndrom liebt"

Leseprobe

Es sind schon viele Bücher über Beziehungen mit AS-Männern geschrieben worden, aber ich habe noch keines so aufschlussreich, so zutreffend und so verständnisvoll für beide Seiten gefunden wie dieses Buch von Rudy Simone. Jedes Kapitel des Buches sagt es ganz genau so, wie es ist; es ist realistisch, positiv und unvoreingenommen. ... Dieses Buch betont die Schwierigkeiten, die in einer Beziehung auftreten können, in der der männliche Part von AS betroffen ist. Das gilt unabhängig davon, ob die Partnerin ebenfalls AS hat; meine Studien haben gezeigt, dass die Folgen für sie die gleichen sein können wie für eine Partnerin ohne AS. Rudy zeigt auf, wie sich diese Schwierigkeiten vermeiden lassen und was man als Frau sogar Gutes daraus ziehen kann. Das erreicht sie auf eine ganz besondere, realistische und professionelle Weise. Ich bin mir sicher, dass ihr Buch bald zur Pflichtlektüre für jede Frau wird, die einen Mann liebt, der vom Asperger-Syndrom betroffen ist. Maxine Aston, Autorin von "The Other Half of Asperger Syndrome", "Aspergers in Love"

und "The Asperger Couple's Workbook"

Inhalt

Vorwort von Maxine Aston Einführung 1 Sie werden oft allein sein 2 Er wird seine Zuneigung wahrscheinlich nicht öffentlich zeigen 3 Romantische Erwartungen und Etiketten machen ihn nervös 4 Er wird Sie und die Beziehung für selbstverständlich halten 5 Sex könnte ihm nicht so wichtig sein wie Ihnen 6 Die Kommunikation wird immer schwierig sein 7 Er wird Sie manchmal schockieren 8 Ihr Mann ist in schweren Situationen vielleicht nicht für Sie da 9 Viele AS-Männer sind launisch, jähzornig und fahren schnell aus der Haut 10 Womöglich fällt es Ihrem Mann schwer, sein Studium abzuschließen, einen Job zu halten oder etwas zu Ende zu bringen 11 Er kann längere Zeit depressiv und/oder vollkommen antriebslos sein 12 Er wird Ihnen manchmal peinlich sein 13 Ihre Familie und Ihre Freunde könnten Sie für seinen Fußabtreter halten 14 Man wird Ihnen sagen, dass Männer eben so sind 15 Sie brauchen ein gutes soziales Netz, um ab und zu auszugehen und Spaß zu haben 16 Ihrem AS-Mann ist es egal, was Sie ohne ihn machen, und es gibt Dinge, die er nicht mit Ihnen teilt 17 Zeit hat für ihn eine andere Bedeutung 18 Vielleicht fängt er schon früh in der Beziehung an, auf der Couch zu schlafen 19 Sie werden ihn nie ändern, selbst wenn Sie etwas an seinem Verhalten ändern können 20 Selbst wenn er Sie liebt und Ihre Beziehung ihm wichtig ist, bleibt sie vielleicht immer unverbindlich 21 Viele Beziehungen zwischen Asperger-Betroffenen und neurotypischen Menschen durchlaufen verschiedene Phasen 22 Ihre Beziehung hat eine weitaus größere Chance, wenn Ihr Mann ... Fragen, die Sie sich stellen sollten Begriffserklärungen Weiterführende Informationen und Quellen ((111))