



Ausgabe
Januar bis März 2019

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

Events 2019

21. Januar
04. März
29. April
17. Juni
26. August
16. September
04. November

Vorstand ASS SHG Regional Solothurn

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

Inhaltsverzeichnis

Titelblatt.....	01. Seite
Events.....	02. Seite
Vorstand ASS SHG Region Solothurn.....	02. Seite
Inhaltsverzeichnis.....	03. Seite
Ein Beitrag von Birke Opitz-Kittel.....	04. - 05. Seite
Autismus und Pubertät.....	05. -06. Seite
Mädchen mit Autismus bekämen oft gar keine oder keine rechtzeitige Diagnose	06.- 07. Seite
Asperger und Sexualität: Na klar – warum auch nicht?.....	07. - 09. Seite
Buchvorstellung.....	10. Seite

Ein Beitrag von Birke Opitz-Kittel

Das Thema Missbrauch im Zusammenhang mit Autismus/Behinderung ist mir besonders wichtig, weil gerade behinderte Menschen leichter und öfter Opfer von Missbrauch werden.

Was genau versteht man unter Missbrauch?

Es gibt verschiedene Formen des Missbrauchs und darunter fällt nicht nur die sexuelle Gewalt, sondern beispielsweise auch der seelische Missbrauch, bei dem der Missbrauch nur mit Worten stattfindet, aber auch der „sanfte“ Missbrauch, indem dem Kind die Liebe entzogen wird.

Viele dieser Missbrauchsfälle geschehen nicht durch einen Täter von außen, sondern durch einen Täter aus dem Familienkreis, beziehungsweise durch Menschen, die die Opfer betreuen und von dem das Opfer in gewisser Form abhängig ist.

Diese Abhängigkeit ist gerade bei behinderten Menschen das fatale, denn die Fähigkeiten sich zu wehren ist bei ihnen meist nicht nur körperlich besonders eingeschränkt. Zunächst einmal vertrauen sie ihrer Bezugsperson und glauben womöglich, dass ihre Wahrnehmung nicht stimmt. Andererseits ist es so, dass sie durch Zuwendungsentzug oder sogar durch Gewalt gezwungen werden, dem Täter zu gehorchen. Das ist für mich ein ganz wichtiger Punkt, denn es gibt gerade im Autismusbereich Therapien, die genauso arbeiten und dabei ist es egal ob mit Strafe oder Belohnung gearbeitet wird: wenn dem Kind so beigebracht wird, dass es bedingungslos zu gehorchen hat und keinen eigenen Willen haben darf, so wird es sich auch nicht gegen den Missbrauch wehren können, denn es ist ja normal, dass übergriffig gehandelt wird.

Auch wenn der behinderte Mensch sich nach außen öffnet sind die Chancen gering, dass ihm geglaubt wird, denn viele Menschen schauen lieber weg, als sich für sie mit eventuellen negativen Konsequenzen auseinanderzusetzen.

Ich selbst habe die Erfahrung gemacht, dass man mir nicht geglaubt hat und die Stelle an die ich mich gewandt habe, war sogar der Kinderschutzbund. Man sagte mir allen ernstes, dass es doch sein könne, dass mein Bericht nicht stimmt und dann das Leben eines Mannes ruiniert werden würde. Das hat mich sehr desillusioniert.

Trotzdem kann Schweigen nicht die Antwort sein und sich nach außen zu wenden, fremde Menschen anzusprechen, sei es bei der Polizei, Wildwasser e.V. und anderen zuständigen Stellen, ist nötig – aber gerade für Autisten sehr schwierig.

Daher meine Bitte an die Eltern von behinderten Menschen: schaut nicht weg, achtet darauf, ob sich das Verhalten des Kindes oder des erwachsenen behinderten Menschen sich ändert. Wenn ihr misstrauisch werdet, dann geht dem nach und für mich das Wichtigste: überschreitet selbst keine Grenzen. Diese ist für mich schon überschritten, wenn man ein Kind zwingt, ein Bussi auf die Wange zu geben. Akzeptiert, wenn das Kind Berührungen nicht zulassen möchte. Zwingt es nicht, bedingungslos zu gehorchen. Erklärt ihm, dass der Körper ihm gehört und kein Mensch damit etwas machen kann, was es selbst nicht will. Das ist besonders schwierig, wenn Kinder mehr Pflege

bedürfen und angefasst werden müssen – aber auch in diesen Fällen bitte nicht einfach immer wieder über Grenzen gehen.

Quelle des Berichts: quergedachtes.com

Autismus und Pubertät

Für fast alle Teenager und Jugendliche ist die Pubertät eine sehr unruhige, oftmals schwierige Zeit. Die Hormone und Gefühle spielen verrückt, der Körper verändert sich und es kommt zu einer gewissen Abnabelung von den Eltern und der Familie. Die Pubertät ist eine chaotische Zeit - für Jugendliche im Autismus-Spektrum ebenfalls. Für sie wird diese Phase des Lebens jedoch zusätzlich erschwert durch ihre andere Wahrnehmung.

Was sich in der Pubertät ändert

Für einige Autisten erscheint die Welt, in der wir leben sehr chaotisch und verwirrend. Um sich zurecht zu finden benötigen sie klare Strukturen und möglichst wenige Veränderungen im eigenen Umfeld. Das gibt ihnen Halt und Sicherheit.

Die Pubertät ist jedoch eine Zeit des Umbruchs, die zahlreiche Veränderungen mit sich bringt und die Welt der Jugendlichen ins Chaos stürzt. Von Teenagern mit Autismus wird dies noch viel stärker so empfunden.

Neurotypische Teenager finden meist Halt im Freundeskreis, tauschen sich untereinander aus und machen erste sexuelle Erfahrungen mit Gleichaltrigen. Autisten haben jedoch häufig keinen engen Freundeskreis, manchmal nicht mal einen einzigen Freund. Zugleich passiert wie bei den Gleichaltrigen das Abkapseln von den Eltern. Menschen im AS werden in dieser Lebensphase daher noch mehr ins Chaos gestürzt und empfinden ihre Umwelt noch verwirrender als zuvor. Dies führt häufig dazu, dass sie sich noch stärker isolieren und eigenen Interessen zuwenden als ohnehin schon und sich insgesamt einsamer fühlen als andere Teenager.

Probleme, die in der Pubertät auftauchen

Die Eltern und Angehörigen können oftmals während der Pubertät ihres Kindes nicht mehr genau sagen, welches Verhalten der Pubertät und welches dem Autismus zugeordnet werden muss. Sowohl für den Betroffenen als auch für die Angehörigen kann die Pubertät zu einer äußerst stressigen und Kräfte zehrenden Zeit werden.

Der Jugendliche im AS ist beispielsweise hin- und hergerissen zwischen dem Bedürfnis soziale Kontakte zu knüpfen, weil unter anderem auch sexuelles Interesse besteht, und der Unfähigkeit dem Bedürfnis nachzugehen, weil Kommunikation und soziale Kontakte schwierig sind. Dieser Zustand ist sehr anstrengend und verwirrend. Durch daraus resultierenden Stress kann es zu Aggression und häufigen Wutanfällen kommen.

Auch Veränderungen wie die des eigenen Körpers können für eine Krise sorgen. Da es sich um einen natürlichen Prozess handelt, dessen Tempo man nicht beeinflussen kann, haben Menschen im AS und deren Angehörige keine Möglichkeit langsam auf diese Veränderungen hinzuarbeiten. Eltern haben mitunter die Aufgabe ihrem Kind durch Strukturierung des Alltags zu helfen und es dabei zu unterstützen sich von ihnen zu distanzieren und die Ansichten der Eltern zu hinterfragen. Es ist zudem sinnvoll mit dem Jugendlichen gemeinsam nach Hilfestellungen zu suchen, da im Zuge der Pubertät Therapie und Hilfe, die zuvor akzeptiert wurden, abgelehnt werden könnten.

Quelle: www.hermes-anderswelt.de

Mädchen mit Autismus bekämen oft gar keine oder keine rechtzeitige Diagnose

Wir haben in unserem Autismuscenter in den letzten Jahren vermehrt Mädchen im Teenageralter und junge Frauen diagnostiziert. Das heisst, der Autismus ist bei ihnen im Kindesalter nicht erkannt worden. Auch bekommen wir vermehrt jugendliche Mädchen von den psychiatrischen Diensten zur Abklärung zugewiesen, wobei wir dann feststellen, dass nicht ein psychiatrisches Problem vorliegt, sondern eine Entwicklungsstörung, ein Autismus, der aber zuvor nie diagnostiziert wurde.

Was ist der Grund dafür, dass der Autismus bei Mädchen nicht erkannt wird?

Ich glaube das liegt daran, dass viele eine sehr enge Vorstellung von Autismus haben. Nicht nur Laien, sondern auch Ärzte oder Fachpersonen. Sie denken, autistisch zu sein, bedeute, dass jemand total verschlossen ist, sich nur für technische Dinge und Objekte interessiert und dass eine autistische Person hyperaktiv und aggressiv ist. Das sind typischerweise Merkmale, wie sie bei autistischen Buben anzutreffen sind. Wenn dann ein Mädchen kommt, das zumindest oberflächlich kontaktfreudig ist und Interessen zeigt, wie sie für Mädchen typisch sind, dann sagen viele: Das kann unmöglich Autismus sein.

Heisst das denn, der Autismus zeigt sich bei Mädchen anders als bei Buben?

Ja. Das Grundproblem, die Schwierigkeiten bei der Kommunikation und bei der sozialen Interaktion: Das ist zwar bei allen innerhalb des Autismusspektrums vorhanden. Aber Mädchen sind eher passiv, und sie haben die Fähigkeit, zu beobachten und soziales Verhalten bis zu einem gewissen Grad zu kopieren. Damit verschleiern sie ihre autistischen Symptome und fallen viel weniger auf.

Ist das der Grund, warum die Störung bei Mädchen nicht erkannt wird – weil autistische Mädchen anders sind als autistische Jungen?

Gerade weil der Autismus sich anders manifestiert bei Mädchen, muss man eben wissen, warum das so ist. Da genügt eine enge Vorstellung von Autismus einfach nicht.

Ist es demnach auch ein Problem der Diagnostik?

Tatsächlich ist die Diagnostik noch immer sehr stark auf Jungen ausgerichtet. Die geltenden Diagnosekriterien beschreiben das typisch männliche Muster von Autismus. Mädchen, die davon abweichen, werden mit diesen Kriterien nicht erfasst. Es braucht also Änderungen in der Diagnostik, das heisst, man muss spezifische und detaillierte Fragen stellen, um den Autismus in seiner Komplexität zu erfassen.

Können Sie das noch etwas ausführen?

Bei der Diagnostik geht es darum, die sozialen Probleme zu eruieren. Nehmen wir zum Beispiel den Bereich der Interaktion mit anderen. Da genügt es nicht, bloss zu fragen, ob das Kind oder die Jugendliche Kontakte zu Gleichaltrigen hat. Man muss sich auch nach der Qualität der Kontakte erkundigen, das heisst, danach fragen, wie sich das Kind verhält, wenn Gäste nach Hause kommen, und wie es reagiert, wenn jemand verärgert ist. Ein anderes Beispiel wäre das Spielverhalten: Da gilt es, zu hinterfragen, ob das Kind mit verschiedenen Gegenständen spielt oder ob es immer mit denselben Dingen auf dieselbe Art spielt – ob es auf Spielvorschläge von anderen Kindern eingeht oder nicht. Die Fragen müssen auch dem Alter der abzuklärenden Person angepasst sein.

Angenommen, mit einer verbesserten Diagnostik könnten alle Mädchen erfasst werden. Glauben Sie, es gäbe am Ende trotzdem mehr Buben mit Autismus als Mädchen?

Wahrscheinlich schon. Denn statistisch gesehen, sind Entwicklungsstörungen bei Buben generell stärker verbreitet als bei Mädchen.

Was passiert, wenn die Diagnose nicht oder nicht rechtzeitig gestellt wird?

Die Schwierigkeiten manifestieren sich vor allem ab der Pubertät, wenn die Mädchen sozial mit Gleichaltrigen immer weniger mithalten können. Darauf reagieren sie mit Angstzuständen und mit Rückzug. Wir haben oft mit Mädchen zu tun, die sich weigern, weiter zur Schule zu gehen, weil sie dort gemobbt werden. Schwere Depressionen und Zwangsstörungen sind verbreitet; viele Teenager kommen deshalb in psychiatrische Behandlung. Das hilft aber nicht, wenn das Grundproblem, der Autismus, nicht erkannt wird. Denn nur die richtige Diagnose führt zu einer adäquaten Therapie.

Quelle: www.tagesanzeiger.ch, Diagnostisches Interview für Autismus: Judith Gould ist Klinische Psychologin und Direktorin des Lorna Wing Centre for Autism in Kent (GB). Bild: PD

Asperger und Sexualität: Na klar – warum auch nicht?

Menschen, die unter Asperger-Autismus leiden, sind zumeist sehr intelligent und sie sind durchaus auch erotisch „begabt“.

Bei dem Asperger-Autismus handelt es sich um eine Entwicklungsstörung, die in den autistischen Bereich fällt. Mit dem Asper-Autismus kann man sich nicht so gut in andere Menschen hineinfühlen, entwickelt aber oft eigene Sonderinteressen. Das Problem liegt langfristig darin, dass ein Asperger Autist mit einem geringeren Einfühlungsvermögen (Empathie), schwieriger eine Beziehung zu anderen Menschen aufbauen kann, mit denen er auch gerne eine sexuelle Verbindung hätte.

Sexualität ist aber auch für Aspies wichtig

Sexualität ist für jeden Menschen wichtig, auch für Asperger-Autisten. Hormonausschüttungen sind verantwortlich für die Sehnsucht nach körperlicher Nähe und Geschlechtsverkehr. Für Menschen, die nicht unter dem Asperger-Autismus leiden, ist es zumeist auch nicht ganz einfach, den passenden Partner für eine sexuelle Beziehung zu finden.

Solltest du als Asperger-Autist eine befriedigende sexuelle Beziehung suchen, kann dies noch schwieriger sein. Die meisten Menschen suchen in einer Beziehung nicht nur Wärme, sondern auch Anteilnahme, um sich sexuell frei entfalten zu können. Sobald ein anderer Mensch, der als Sexualpartner infrage kommen würde, feststellt, dass sein Gegenüber eher sehr wenig Empathie zeigen kann, kann es sein, dass es zu einem Rückzugsverhalten kommt. Und das macht die Sexualität für Aspies nicht gerade einfach.

Anteilnahme und Mitgefühl gibt anderen häufig das Gefühl geliebt und geachtet zu werden

Es ist daher sehr wichtig, dass du über deinen Asperger-Autismus sprechen kannst, damit dem eventuellen Beziehungspartner klar wird, dass deine geringe Empathie nicht mit mangelndem Interesse oder nicht vorhandener Liebe gleichzusetzen ist.

Lerne einfach auch über Sex, Erotik und deine Wünsche zu sprechen

Mithilfe ausführlicher Gespräche kannst du erreichen, dass Menschen, die dir viel bedeuten, mehr über Asperger-Autismus erfahren und dann verstehen können, warum du manchmal anders reagierst als erwartet. Erst wenn andere dein Verhalten verstehen können, besteht die Möglichkeit, dass du so geliebt wirst, wie du bist. Du musst daher lernen, über deine eigenen Empfindungen und Sehnsüchte sprechen zu können.

Das ist nicht immer einfach, da man schon in der Kindheit lernt über seine Empfindungen im Sexualbereich nicht offen zu sprechen. Erfahrungen zeigen, dass Gespräche im Beziehungs- und Sexualbereich oft einfacher zu führen sind, wenn eine neutrale dritte Person anwesend ist. Beziehungscoaches können dein Verhalten nicht nur kompetent analysieren, sondern auch erklären.

Liebes- oder Sexualbeziehungen zwischen Menschen mit und ohne Asperger-Autismus sind nicht selten. Schaut man sich allerdings persönliche Berichte über die Entstehung und Entwicklung von Liebes- und Sexualbeziehungen an, wird häufig auf die Beratung eines Coaches zurückgegriffen. So kannst du deinem Partner/in von Anfang an die Chance geben, dich richtig zu verstehen.

Du hast dann ebenfalls die Möglichkeit deine Wünsche, Vorstellungen und Sehnsüchte in Worte zu fassen. Derartige Verständigungsprobleme kommen allerdings auch bei Paaren vor, bei denen niemand unter dem Asperger-Autismus leidet. Du brauchst dir daher keinerlei Gedanken zu machen, wenn du fremde Hilfe in Anspruch nimmst.

Das körperliche Empfinden ist bei jedem anders

Um eine befriedigende sexuelle Beziehung haben zu können, muss dir selber klar sein, welche körperlichen Berührungen du als angenehm empfindest und welche nicht. In jeder sexuellen Beziehung ist es wichtig, dass sich beide Partner mitteilen, welche Art von Zärtlichkeiten sie besonders mögen und erregen. Ebenso sollten die sexuellen Abneigungen von Anfang an besprochen werden.

Das sexuelle Empfinden ist bei jedem Menschen anders. Daher reicht es oft nicht aus, dass man sich nett, sympathisch und anziehend findet, man sollte auch die gleichen sexuellen Neigungen haben. Dies kann man nur herausfinden, wenn man gelernt hat, offen über seine Gefühle und Empfindungen zu sprechen. Sollte dir das schwerfallen, mach dir keine Gedanken, – das kannst du leicht lernen. Wenn du es willst.

Ebenso normal ist es, dass manche Menschen häufig Lust auf Sex haben und andere weniger häufig. Hierbei handelt es sich um ganz normale Verhaltensweisen, die in allen Beziehungen immer wieder einmal vorkommen. Solltest du das Verhalten und die Empfindungen von deinem Partner/in einmal nicht verstehen können, ist es das Beste, dieses sofort zu hinterfragen. Sollte dir auch das schwerfallen, kannst du dich mit deinem Partner/in darauf einigen, dass diese/er dir die eigenen Empfindungen, Wünsche und Sehnsüchte deutlich mitteilt, wenn bei ihm/ihr der Eindruck entsteht, dass du es nicht wahrnehmen kannst.

Gespräche sind in jeder Beziehung wichtig

Egal, ob nun einer der Partner unter Asperger-Autismus leidet, oder nicht. Die meisten Paare müssen mit der Zeit erst einmal lernen, die eigenen Bedürfnisse in Worte zu fassen. Solltest du da anfangs Schwierigkeiten haben geht es dir nicht anders als vielen anderen Paaren. Wichtig ist nur, dass du erkennst, wie wichtig Gespräche sind, damit keine Missverständnisse zwischen dir und deinem Partner/in entstehen.

So kannst du lernen, eine für alle Beteiligten befriedigende Beziehung zu führen, die vielleicht sogar von langer Dauer ist. Wie lange eine sexuelle Beziehung halten wird kann niemand im Voraus sagen auch bei anderen Paaren nicht.

Kennst du schon unsere 1-Minuten-Coachings?

Wir können uns das Wissen und die Kraft unseres Unterbewusstseins zu Nutze machen, wenn wir zu verstehen lernen, was es uns sagen will und begreifen, wie das Unterbewusstsein arbeitet. Wir müssen dafür einerseits die Impulse unseres Unterbewusstseins wahrnehmen, um uns dann bewusst entscheiden zu können, diesem Impuls zu folgen oder nicht. Andererseits können wir selbst unserem Unterbewusstsein Botschaften vermitteln.

Quelle: open-mind-akademie.de

Buchvorstellung



Asperger ist besonders - und weiblich

Mädchen und Frauen mit Asperger-Syndrom sind fast unsichtbar - eine Minderheit innerhalb einer Minderheit. Sie fallen zu oft und zu lange durch das auf männliche Ausprägungen angelegte Diagnosesystem.

Die Autorin, Ärztin und selbst betroffen, sammelt erstmals Einblicke in bislang unbeachtete Lebenswelten. Fünf Frauen, zwei Mütter mit autistischen Mädchen und zwei Therapeutinnen beschreiben jeweils aus ihren Perspektiven, wie Asperger-Frauen lernen, lieben, leben, was sie benötigen und was sie fördert. So öffnet sich ihre facettenreiche Welt: manchmal einsam und verschlossen, aber überraschend oft sehr bunt, kreativ, unkonventionell.

Der Band hilft Frauen zwischen falscher Anpassung und äusseren Klischees ihren Weg zu finden: "Wie kann ich in einer Welt von Nicht-Autisten mein Leben leben - und als Frau? Ich muss nicht so sein wie andere Frauen. Ich werde mich nicht mehr verbiegen und verleugnen. Ich lerne, gut für mich zu sorgen".

Dr. Christine Preissmann ist Ärztin für Allgemein- und Notfallmedizin und Psychotherapie in Darmstadt und hat selbst Asperger. Sie hat mehrere Bücher und Artikel zum Thema veröffentlicht und ist rege in der Aufklärung und Selbsthilfeszene unterwegs.

Portrait

Dr. Christine Preissmann ist Ärztin für Allgemein- und Notfallmedizin und Psychotherapie in Darmstadt und hat selbst Asperger. Sie hat mehrere Bücher und Artikel zum Thema veröffentlicht und ist rege in der Aufklärung und Selbsthilfeszene unterwegs.

CHF 31.90