

Herzlich willkommen!

Christine Preißmann

Autismus und Schule

Erfahrungen, Bedürfnisse und Hilfen

23. Januar 2024 – Beginn 18 Uhr

Dr. med. Christine Preißmann

Ärztin für Allgemeinmedizin, Psychotherapie
Tätigkeit in eigener psychotherapeutischer Praxis

Betroffen vom Asperger-Syndrom
Öffentlichkeitsarbeit: Vorträge, Publikationen
Vorstandsmitglied Autismus Deutschland e.V.

Kontakt: Ch.Preissmann@gmx.de

Überblick

- Einführung Autismus und Schule
- Situation und Erfahrungen autistischer Schüler
- Schwierigkeiten im Schulalltag
- Wahrnehmungsbesonderheiten
- Mögliche Hilfen für Schüler und Lehrer
- Allgemeine Aspekte, Alltag und Freizeit
- Ausblick

Autismus

- Es werden 3 Formen von Autismus unterschieden:
- Frühkindlicher Autismus
- Asperger-Autismus
- Atypischer Autismus
- Große Bandbreite der Erscheinungsformen
- Zusammenfassung unter dem Begriff Autismus-Spektrum-Störung (ASS)

Autismus – was ist gesichert?

- Tiefgreifende, genetisch bedingte Entwicklungsstörung
- Vermutlich schlechtere „Verschaltung“ der einzelnen Hirnbereiche untereinander
- Vermutlich auch Umweltfaktoren (Pestizide, Weichmacher, Infektionen, Medikamente)
- Autismus persistiert während der gesamten Lebenszeit, kann aber durch gezielte Maßnahmen günstig beeinflusst werden
- Häufigkeit: ca. 1%, d.h. mindestens 800.000 Betroffene in Deutschland

Einführung Schule

- Schüler mit Autismus sind eine große Problemgruppe, oft zu viele und zu wenige Fähigkeiten gleichzeitig
- Notwendig: Förderung und Schutz
- Unebenes Kompetenzprofil sorgt oft für Unverständnis, wirkt als Provokation
- Vorwürfe: Desinteresse, Faulheit, Unhöflichkeit

Häufige Auffälligkeiten

- Schwierigkeiten bei Kommunikation und Interaktion
- Oft aber durchaus Interesse an anderen Menschen
- Probleme mit Mimik, Gestik, Blickkontakt etc.
- Motorische Ungeschicklichkeit
- Wahrnehmungsbesonderheiten, Verhaltens-
auffälligkeiten, Besonderheiten beim Denken und
Lernen
- Schwierigkeiten mit Veränderungen, Wunsch nach
Struktur und Gleichförmigkeit, Ritualen und
Routinen

Mobbing

Autistische Schüler sind viel häufiger Mobbing ausgesetzt als andere Kinder, da sie

- ängstlich und unsicher wirken
- naiv und gutgläubig sind und leicht ausgenutzt werden können
- insgesamt „fremd“ und „anders“ wirken, ungewöhnliche Interessen und Vorlieben haben
- meist nur wenige Freunde haben, die sie unterstützen
- oft nicht erkennen können, wer auf ihrer Seite steht und wer nicht

Information des Umfelds

- Information der Mitschüler und deren Eltern
- Ressourcen und Schwierigkeiten gleichermaßen darstellen
- Günstiges Vorgehen:
 - Schilderung des betroffenen Schülers/ der Eltern
 - Hintergrundinformationen durch Pädagogen oder Therapeuten
 - Möglichkeit, Fragen zu stellen

Struktur

- Wenig strukturierte Situationen wirken auf autistische Menschen chaotisch, machen ihnen Angst: Pausen, Klassenausflüge etc.
- Möglichst Sonderregelungen finden (ruhiger Pausenraum, Befreiung von Ausflügen etc.)
- Wichtigste Maßnahme bei der Arbeit mit autistischen Menschen: Strukturierung: „Eindeutigkeit, Klarheit und Struktur in der Umwelt, im Alltag und im sozialen Miteinander“ (Remschmidt u. Kamp-Becker 2006, 166)

Struktur - sinnvolle Maßnahmen

- einen älteren Schüler als „Paten“ zur Seite stellen (wenn kein Integrationshelfer vorhanden ist), um einen gewissen Schutz vor den Hänseleien der Mitschüler zu gewährleisten
- den Aufenthalt in der Schulbibliothek oder in einem anderen ruhigen Pausenraum gestatten (viele autistische Menschen lieben Bücher und die ruhige Beschäftigung damit)
- Ablauf von Ausflügen o.ä. im Voraus detailliert erläutern
- die Teilnahme an Ausflügen oder Klassenfahrten sollte eventuell freigestellt werden

Umgang mit Veränderungen

- Veränderungen und unvorhergesehene Ereignisse verursachen Angst und Stress
- Autistische Menschen benötigen Routinen, Rituale, Stabilität in ihrem Leben; andere Menschen wünschen sich aber Variationen
- Für jeden Menschen muss ein akzeptabler Kompromiss gefunden werden
- Schulalltag: Lehrkräfte, Klassenräume etc. nicht unnötig oft wechseln, notwendige Veränderungen rechtzeitig ankündigen
- Hilfe für den betroffenen Schüler, um es ihm zu ermöglichen, sich zurechtzufinden

Kommunikative Missverständnisse

- Ausgeprägtes wörtliches Sprachverständnis
- Mögliche Folgen: Ängste, Resignation, unangemessenes Verhalten, Fehlbeurteilung seitens der Umgebung
- Hilfreich: Möglichst exakte Anweisungen, Verzicht auf zweideutige Äußerungen oder Redewendungen, häufige Erklärungen, Verständnis überprüfen

Wesentlich für ein besseres Miteinander ist die Bereitschaft, sich auf den anderen einzulassen, unverständliche Verhaltensweisen zunächst erst einmal zu hinterfragen, statt vorschnell zu (ver)urteilen, um so die Chance zu erhalten, das Gegenüber als eine durchaus lebenswerte Persönlichkeit wahrzunehmen.

Nachteilsausgleich – Beispiele

- Benutzung von Hilfsmitteln (Computer etc.)
- Keine Bewertung der mündlichen Mitarbeit
- Präsentation der Aufgaben in anderer Form (z.B. Visualisierung, Textaufgaben ohne soziale Inhalte)
- Eigener Raum und mehr Zeit bei Prüfungen und Klassenarbeiten
- Verzicht auf Partner- und Gruppenarbeit
- Für wichtige Lerninhalte wird ein Skript ausgeteilt, damit man sich alles nochmals in Ruhe ansehen kann
- Ruhige Rückzugsmöglichkeit für Pausen (z.B. Bibliothek)
- Integrationshelfer (Schulbegleiter) wird eingesetzt
- Anforderungsniveau wird nicht herabgesetzt, lediglich Herstellung von Chancengleichheit!

„In der Klasse ist es zu laut“

- Durch Wahrnehmungsbesonderheiten können wichtige nicht von unwichtigen Geräuschen abgegrenzt werden
- Deshalb bekommen autistische Schüler oft nicht mit, worum es geht
- Sie können nicht gut nachdenken, wenn jemand spricht
- Sinnvoll: Ruhiger Platz im Klassenraum
- Wichtige Anweisungen und Informationen schriftlich mitteilen; Skripte austeilen etc.

„Im Sportunterricht werde ich ausgelacht“

- Motorische Ungeschicklichkeit
- Spott und Demütigungen (als Letztes in eine Mannschaft gewählt werden; Übungen vormachen etc.)
- Hilflos den anderen ausgeliefert sein
- Sinnvoll: Sportunterricht auf freiwilliger Basis
- Individuelle Auswahl an Sportarten (eher Einzel- als Mannschaftssport etc.)
- Optimal: sportliche Einzelförderung

Sonderregelungen – warum???

- Autismus ist kein seltenes Phänomen (ca. 1%)
 - Autismus ist eine Behinderung, die man nicht sieht und nicht recht einschätzen kann („er ist intelligent, also muss er das können!“)
 - Für blinde oder hörgeschädigte Schüler schafft man ganz selbstverständlich Lösungen, weil man die Einschränkungen leichter erkennt
 - Menschen mit Autismus haben andernfalls kaum eine Chance
 - Die Maßnahmen für autistische Schüler helfen auch allen anderen (Struktur, klare Kommunikation etc.)
 - Warum nicht???
- Sind doch genauso Menschen!!!

Besonderheiten beim Lernen

- Kein Lernen durch Imitation
- Kein Lernen durch den Austausch mit Gleichaltrigen
- Besondere Wahrnehmung: Detailorientierung; Beziehungen und Zusammenhänge werden oft nicht erkannt
- An Regeln orientiertes Lernen statt Kreativität
- Berücksichtigung auch bei schulischen Anforderungen

Sorge vor der Zukunft

- Angst vor anstehenden Veränderungen oder aufgrund fehlender Lebensperspektive
- Wichtig: Lebenspraktische Vorbereitung, Hilfe bei Alltagsproblemen, schrittweise Unterstützung bei komplexen Handlungsabläufen, Orientierung an konkreten Beispielen, evtl. therapeutische Begleitung
- Zusätzliche Lehrangebote für schwierige Themen wünschenswert (Sozialkontakte etc.)

Arbeit mit autistischen Menschen

- Langfristige Unterstützung und Begleitung
- Viel Geduld und Flexibilität notwendig
- Sich auf jeden einzelnen Menschen individuell einlassen, seine Bedürfnisse berücksichtigen, seine Lebensziele definieren und verfolgen
- Strukturierung im Alltag
- Hilfe bei der Ausbildung individueller Wünsche und Bedürfnisse
- „Normalität“ muss kein unbedingtes Ziel sein

Spezialinteressen

- Haben meist eine sehr beruhigende Wirkung für den betroffenen Menschen
- sind für die Umgebung aber oft anstrengend
- dürfen nicht komplett verboten (meist ohnehin zwecklos), sondern sollten in sinnvolle Bahnen gelenkt werden
- können gut als Belohnung eingesetzt werden
- lassen sich oft auch gezielt nutzen (Unterricht, Berufswahl etc.)

Wir Menschen mit Autismus haben durchaus auch ein glückliches Leben, und wir haben durchaus auch unsere Vorzüge: „Die meisten von uns sind pünktlich, zuverlässig, gutmütig, aufrichtig und ehrlich (...), und es gibt wohl für jeden Betroffenen noch viele weitere individuelle Eigenschaften, die ihn zu einem einmaligen und einmalig lebenswerten Menschen machen.“

(Preißmann 2005, S. 118)

Erst wenn es gelingen kann, der Öffentlichkeit nicht nur die Einschränkungen und Defizite, sondern ebenso auch die Ressourcen, die Lebenswürdigkeit und Fröhlichkeit, die Lebensfreude und die Kraft von Menschen mit Autismus zu vermitteln, erst dann wird die Gesellschaft bereit sein, auch diese Menschen willkommen zu heißen.

Freundschaft / Beziehungen

- Freunde, Partner, Kinder
- Hilfe und Unterstützung durch andere
- Aber auch: Beisammensein, gemeinsame Unternehmungen etc.
- Geeignete Menschen aussuchen
- Gemeinsames Gesprächsthema finden
- Freundschaft pflegen

Hilfe und Unterstützung

- Psychoedukation (Information u. Aufklärung über Autismus und über Maßnahmen, um gut damit leben zu können)
- Autismusspezifische Therapie mit konkreter Anleitung
- Psychotherapie: Hilfe im Hinblick auf Emotionen; bei Begleiterkrankungen wie Ängsten, Depressionen etc.
- Ergotherapie, Coaching: Lebenspraktische Hilfe, Hilfe bei Auffälligkeiten in der Wahrnehmung
- Kreative Maßnahmen: kunsttherapeutische Techniken etc.
- Tagesstrukturierende Maßnahmen, Sport etc.
- Familien- und umfeldbezogenes Arbeiten (Beratung von Eltern, Pädagogen, Ausbildern, Arbeitgebern, Mitbewohnern etc.)
- Selbsthilfearbeit, Peer-Beratung
- Verschiedene Möglichkeiten der Beratung: Sozialpsychiatrischer Dienst, Gesundheitsamt, Caritas/Diakonie, EUTB, Lebenshilfe, private Anbieter etc.

Diagnose: Autismus

- Diagnose bedeutet oft eine große Erleichterung, weil man nun eine Erklärung für die Auffälligkeiten gibt
- Danach 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)
- Noch immer gibt es zu wenig Möglichkeiten zur Diagnostik
- Nach erfolgter Diagnose sind Informationen wichtig, was man nun tun kann, um Hilfe zu erhalten

Wahrnehmungsbesonderheiten

- Überempfindlichkeit gegenüber einzelnen oder auch allen Sinnesreizen, insbesondere:
- Hören (meist besonders problematisch)
- Sehen (grelles/künstliches Licht etc.)
- Taktil (Berührung, Kleidung, Material der Kleidung etc.)
- Geruch (Parfum, verschiedene Gerüche vieler Menschen auf engem Raum etc.)
- Häufige Zustände der Reizüberflutung

Wahrnehmungsbesonderheiten

- Häufig **Unterempfindlichkeit** gegenüber
- Hitze
- Kälte
- Schmerz
- Dem eigenen Körpergeruch (Schweiß etc.)
- Körperempfindungen können nicht richtig zugeordnet werden (Hunger, Durst, Müdigkeit, Erschöpfung etc.)

Typische Wahrnehmungsveränderungen bei Autismus

- Körperwahrnehmung: herabgesetzt
- Taktile Wahrnehmung: überempfindlich
- Auditiv Wahrnehmung: überempfindlich
- Visuelle Wahrnehmung: überempfindlich
- Vestibuläre Wahrnehmung: überempfindlich
- Olfaktor. Wahrnehmung: überempfindlich
- Gustator. Wahrnehmung: beides möglich
- Viscerale Wahrnehmung: herabgesetzt

Förderschule – Probleme und Hilfen: Kommunikation

- Keine Verbalsprache: alternative Kommunikationsmöglichkeiten (Gebärden, Bildtafeln, Computer etc.)
- Wörtliches Sprachverständnis: kontrollierte Sprache des Lehrers, Trainieren von Metaphern, Ironie etc., Nachteilsausgleich für entsprechende Aufgaben (Textaufgaben, Aufsätze etc.)
- Gesprächsregeln werden nicht beherrscht: Explizites Üben der Regeln

Probleme und Hilfen: Kontakt

- Schwierigkeiten bei Kontaktaufnahme und Kontaktgestaltung: soziale Situationen üben, Hilfe und Anleitung für Pausensituationen, Mitschüler anleiten, soziale Regeln vermitteln
- Soziale Motivationen (Lob, Lächeln etc.) wirken nicht: individuelle Motivationssysteme entwickeln (materielle – kleines Spielzeug; handlungsbezogen – Beschäftigung mit Spezialinteresse; symbolische Verstärker – Token, Münzen, Punkte etc., die dann eingetauscht werden können)

Probleme und Hilfen: Verhalten

- Stereotypes Verhalten: Über- bzw. Unterforderung bzw. sensorische Überlastung vermeiden; zeitliche Beschränkungen
- Schwierigkeiten, sich auf neue Situationen einzustellen: auf Veränderungen rechtzeitig und kleinschrittig vorbereiten, andere Lebenssituationen stressarm gestalten
- „Problemverhalten“: vor allem nach Ursachen suchen, nicht nur nach Maßnahmen!

Konkrete Schwierigkeiten: Tagesablauf

- „Morgenkreis“: Für autistische Schüler oft nur schwer auszuhalten, evtl. Befreiung oder gute Unterstützung und Anleitung
- Pausen: Meist massive Überforderung: Aufenthalt in Schülerbibliothek oder im Klassenraum ermöglichen, ruhiger Rückzugsraum etc.
- Gemeinsames Mittagessen: für viele autistische Schüler nicht möglich, evtl. separater Raum
- Toiletten: viele betroffene Schüler ekeln sich, trinken manchmal nichts, um nicht zur Toilette zu müssen. Desinfektionsmittel, -tücher, separate Toilette (falls möglich) sind hilfreich

Hilfen für das Miteinander

- Es gibt nicht DEN autistischen Menschen, jeder Betroffene ist unterschiedlich
- Auch die Hilfen müssen individuell sein
- Erklärungen und Informationen geben, möglichst schriftlich
- Verständnis für die inhomogenen Fähigkeiten und Schwierigkeiten
- Nachfragen, wenn etwas unklar ist
- Daran denken: in der Regel kein böser Wille
- Probleme nicht verharmlosen („kenne ich auch...“)

„`Nicht aufgeben!´ - dieser Wahlspruch spielte in meinem Leben oft eine große Rolle. Viele Dinge musste ich mehrfach versuchen, weil sie mir schwerer fielen als anderen. Aber am Schluss zählt das Ergebnis, und so war ich dann immer wieder stolz, wenn ich etwas mit viel Mühe erreicht hatte, was anderen ganz leicht fiel.“

(M. Hoppe, in: Preißmann 2018)

Das Wichtigste sind die Rahmenbedingungen

„Menschen mit Autismus sind wie Salzwasserfische, die gezwungen werden, im Süßwasser zu leben. Es geht uns gut, wenn man uns in die richtige Umgebung setzt. Wenn die Person mit Autismus und die Umwelt nicht zusammenpassen, wirken wir nicht selten behindert. Passen sie dagegen zusammen, dann können auch wir sehr erfolgreich werden.“

(Baron-Cohen 2006, 245)

**Vielen Dank
für Ihre Aufmerksamkeit!**

Kontakt: Ch.Preissmann@gmx.de
<https://preissmann.com>

Über Fragen und Anregungen freue ich mich.

Meine Angebote

- Praxistätigkeit: Beratung, Diagnose und Therapie für erwachsene autistische Menschen sowie Angehörige
- Online-Seminare; Informationen: <https://preissmann.com>
- Online-Kurs Autismus, Informationen: <https://elopage.com/s/autismus-kurs>
- Zahlreiche Bücher für autistische Menschen, Angehörige, Fachpersonen und Interessierte

Meine Buchpublikationen

- Mit Autismus leben – eine Ermutigung. Klett-Cotta 2021, € 20,--
- Asperger – Leben in zwei Welten. Trias 2022, € 22,99
- Autismus und Gesundheit. Kohlhammer 2017, € 28,--
- Glück und Lebenszufriedenheit für Menschen mit Autismus. Kohlhammer 2022, € 25,--
- Gut leben mit einem autistischen Kind. Klett-Cotta 2019, € 17,--
- Überraschend anders: Mädchen & Frauen mit Asperger. Trias 2019, € 22,99
- Psychotherapie und Beratung bei Menschen mit Asperger-Syndrom. Kohlhammer 2023, € 32,--