

Autismus - Was bedeutet das?

„**A**utismus“ ist ein Wort, das aus dem Altgriechischen (von auto = selbst) abgeleitet ist und hatte zunächst gar nichts mit einer Diagnose zu tun. Zunächst meinte es in der Psychiatrie eine „Selbstbezogenheit“ in einem ganz anderen Zusammenhang. Doch heute wird der Begriff Autismus hauptsächlich für einen Kreis von Auffälligkeiten verwendet, die sich vor allem in Problemen im Umgang mit anderen Menschen äußern – zum Beispiel darin, Freunde zu finden.

„Den“ Autismus gibt es allerdings nicht. Hast du im Physikunterricht schon mal etwas über Spektren und Spektralfarben gelernt? So ähnlich ist es bei autistischen Störungen auch: „Autismus“ bezeichnet ein Spektrum an verschiedenen Syndromen. Ein Syndrom besteht aus mehreren gleichzeitig vorhandenen Merkmalen (Symptomen) einer „Störung“ oder Krankheit. Und manche Syndrome lassen sich zu einer Familie zusammenfassen. So wie mit dem Wort „Farben“ alle unterschiedlichen Farbtöne zusammengefasst sind, von Gelb über Rot bis Blau und Grün. Alles sind Farben, aber alle sind unterschiedlich.

Die „Farben“ des Autismus waren bisher vor allem drei autistische Phänomene, nämlich der **frühkindliche Autismus**, auch **Kanner-Autismus** genannt, der **atypische Autismus** und das **Asperger-Syndrom (AS)**. Oft findet man außerdem noch den Begriff **hochfunktionaler Autismus (HFA)**. Dabei handelt es sich aber nicht um eine offizielle diagnostische Kategorie. In der Regel werden damit Personen bezeichnet, die als Kind die Merkmale für den frühkindlichen Autismus erfüllt haben, beim Älterwerden aber „nur“ noch die des Asperger-Syndroms. Hieran sieht man schon, dass eine genaue Trennung zwischen den verschiedenen autistischen Syndromen manchmal nur schwer möglich ist.

Viele Wissenschaftler und Experten sprechen daher lieber von **Autismus-Spektrum-Störung**, als sich auf eine Autisuskategorie festzulegen. Inzwischen ist das auch im sogenannten DSM V (= die 5. Auflage des „Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders“, der Beschreibung von Erkrankungen in der Psychiatrie) umgesetzt. In dem in Deutschland vor allem verwendeten „Diagnosehandbuch“ ICD 10 (= 10. Auflage der Internationalen Klassifikation der Krankheiten) werden die oben genannten drei „autistischen Farben“ aber noch getrennt. In der Folge-

version, dem ICD 11, das international ab 2022 gelten soll, wird dann zwar auch vom Spektrum gesprochen. Doch in Deutschland verwendet man derzeit (2020) weiter die 10er-Version. Und im allgemeinen Sprachgebrauch vieler Autisten und Autismus-Therapeuten sind die Unterformen ohnehin noch weitverbreitet.

Der **frühkindliche (oder Kanner-) Autismus** wurde erstmals von einem Psychiater namens Leo Kanner beschrieben. Er kommt dem Bild am nächsten, das viele Leute von Autisten haben. Menschen, die sich noch nie mit Autismus beschäftigt haben, denken meist, dass ein Autist nicht spricht und nur allein in einer Ecke sitzt und schreit, wenn man ihn oder sie anfasst. Tatsächlich können viele frühkindliche Autisten nicht sprechen und nehmen zumindest auf den ersten Blick keinen oder nur ganz wenig Kontakt mit anderen Menschen auf. Viele sind außerdem geistig behindert, jedenfalls soweit es mit den heute zur Verfügung stehenden Intelligenztests feststellbar ist. Wenn man ganz aufmerksam ist, spürt man aber oft ziemlich schnell, dass frühkindliche Autisten nur auf eine ganz besondere Art mit anderen Menschen umgehen und Nähe suchen. Manche haben sogar besondere Begabungen. Zum Beispiel können sie ausgezeichnet Klavier spielen oder bemerkenswert gut rechnen – und zwar ohne dass sie jemals Klavierstunden oder Mathematikunterricht gehabt haben. In diesem Zusammenhang spricht man von **Inselbegabungen** (auch: „Savant-Fähigkeiten“). Solche Fähigkeiten sind aber sehr selten und finden sich nicht nur bei Menschen mit Autismus.

Vom **Asperger-Syndrom** Betroffene – nach dem österreichischen Kinderarzt Hans Asperger – sind meist normal intelligent, manche sogar hochbegabt, und besitzen gute Sprachfähigkeiten. Wenn diese Diagnose bei dir gestellt wurde, bist du vielleicht auch schon einmal „kleiner Professor“ oder „sprechendes Lexikon“ genannt worden, weil du eine so genaue Sprache hast.

Der **atypische Autismus** unterscheidet sich von den anderen Formen dadurch, dass er entweder später beginnt, man also erste Symptome erst nach dem dritten Lebensjahr findet. Oder es werden nicht alle Diagnosekriterien erfüllt, die in den „Diagnosehandbüchern“ stehen, zum Beispiel Schwierigkeiten in der Interaktion und Kommunikation mit den Menschen in der Umgebung oder die Neigung zu gleichförmigen Verhaltensweisen. Was genau darunter zu verstehen ist, erfährst du in diesem Buch.“

Trotz der unterschiedlichen Namen haben alle autistischen Erscheinungsformen bestimmte Gemeinsamkeiten, zum Beispiel Schwierigkeiten in der Interaktion und Kommunikation mit den Menschen in ihrer Umgebung und die Neigung zu gleichförmigen Verhaltensweisen. Was genau darunter zu verstehen ist, erfährst

du in diesem Buch. Anhand solcher Gemeinsamkeiten diagnostizieren Ärzte und Psychologen eine Autismus-Spektrum-Störung.

Im medizinischen Sprachgebrauch gehört Autismus beziehungsweise gehören autistische Störungen zu den tiefgreifenden Entwicklungsstörungen. So wurden sie zumindest in den Diagnosehandbüchern bisher genannt; ab dem DSM-V und dem ICD 11 wird von „neurologische Entwicklungsstörungen“ gesprochen. Das hört sich erst mal sehr schlimm an, denn wer will schon „gestört“ oder sogar „tiefgreifend gestört“ sein? Es bedeutet aber zunächst nur, dass in der Entwicklung eines Kindes mit einer autistischen Störung etwas anders ist als bei anderen Kindern. Dieses Anderssein äußert sich vor allem in folgenden Bereichen:

Vielleicht hast du schon selbst bemerkt, dass du nicht so ein großes Interesse an anderen Menschen hast, wie sie es vielleicht von dir erwarten, oder wie du es bei anderen, zum Beispiel deinen Geschwistern, bemerkst. Oder dir kommt es manchmal fast so vor, als würden die Menschen um dich herum eine ganz fremde Sprache sprechen, die du nicht beherrschst. Vielleicht haben dich andere schon mal als „unhöflich“ bezeichnet oder sich darüber beschwert, dass du sie beim Sprechen nicht ansiehst. Ärzte fassen diese Auffälligkeiten unter dem Diagnosepunkt der **qualitativen oder andauernden Beeinträchtigungen der sozialen Interaktion** zusammen. Das heißt, das Miteinander mit anderen Menschen ist „unnormale“ und für beide Seiten schwierig. Diese Schwierigkeiten im Miteinander liegen unter anderem daran, dass autistische Menschen sich nicht gut in einen anderen Menschen hineinversetzen können. Es fällt ihnen schwer, nachzuvollziehen, wie die Welt wohl aus Sicht des anderen aussieht, welche Wünsche, Absichten und Gefühle derjenige vermutlich hat. In der Fachsprache sagt man, Autisten besäßen nur eingeschränkte **Theory of Mind-** oder **Mentalizing-Fähigkeiten**. Unter anderem diese Mentalizing-Fähigkeiten untersuchen Ärzte, wenn sie eine autistische Störung diagnostizieren wollen. Dabei bekommen die Kinder zum Beispiel Fotos von Personen oder auch nur von Gesichtern vorgelegt und sollen anhand der Abbildungen verschiedene Stimmungen oder Absichten der abgebildeten Personen erkennen. Autistische Menschen schneiden hier meist nur unterdurchschnittlich ab.

Häufig wirst du auch hören, Autisten seien nicht empathisch, das heißt nicht mitfühlend. Das stimmt allerdings nicht unbedingt. **Empathie** und Theory of Mind hängen eng zusammen. Aber der Autismus erschwert es Betroffenen vor allem, sich in andere Menschen hineinzudenken. Dennoch können sie mitfühlen. So verstehst du vielleicht manchmal nicht, warum dein Vater, dein Bruder oder dein Freund gerade traurig ist (oder wütend oder glücklich). Doch wenn du weißt, dass er traurig (oder wütend oder glücklich) ist, werden dich die Gefühle oft anstecken, so dass du dich mit dem anderen traurig (wütend, glücklich) fühlst.

Ein weiteres Merkmal für Autismus ist eine Vorliebe für immer gleiche Verhaltensweisen, wie **Rituale und Routinen**. Ist es dir auch wichtig, dass Dinge immer gleich ablaufen, zum Beispiel wann gegessen wird? Oder möchtest du, dass in deinem Zimmer nichts verändert wird? Dass zum Beispiel deine Geschwister nicht einfach ein Buch aus dem Regal nehmen und es irgendwo ablegen? Das ist typisch für Menschen mit Autismus. Ihr Tagesablauf folgt oft bestimmten Gewohnheiten. Manche autistische Menschen haben außerdem sogenannte **Stereotypien**, das heißt, sie vollführen immer gleiche Bewegungsmuster.

Besonders auffallend, vor allem beim Asperger-Syndrom (AS), ist außerdem ein ganz besonderes Interesse an bestimmten Themen. Wofür interessierst du dich? Für Eisenbahnen, physikalische Fragen oder Pflanzen? Oder für Pferde, Hunde oder einen bestimmten Star? Was auch immer dich besonders interessiert, es fällt dir vermutlich schwer aufzuhören, dich damit zu beschäftigen. Vielleicht wirst du unruhig, wenn man dir sagt, du solltest dich etwas anderem zuwenden und zum Beispiel etwas mit Gleichaltrigen unternehmen. Diese besonderen Themen nennt man **Spezialinteressen**.

Die sozialen Schwierigkeiten und die festen Gewohnheiten bzw. Verhaltensweisen sind für eine Autismus-Diagnose entscheidende Merkmale. Aber es gibt darüber hinaus noch einige „Eigenheiten“ autistischer Menschen, manchmal zum Beispiel die Sprache oder besondere Ausprägungen der Sinneswahrnehmung.

Die **Sprache** ist vor allem beim frühkindlichen Autismus und beim HFA gestört. Diese Gruppe von Autisten vertauscht beispielsweise oft die Pronomen wie „du“ und „ich“. Manche wiederholen auch wie ein Echo das, was gerade zu ihnen gesagt wurde (sogenannte Echolalie). Beim Asperger-Syndrom finden sich diese Auffälligkeiten nur selten. Meistens lernen die Betroffenen früh und schnell, fließend zu sprechen. Dennoch gibt es manche Besonderheit: Asperger-Autisten entwickeln zum Beispiel manchmal eigene fantasievolle Worte und Wendungen, zum Beispiel „Augenwasser“ für Tränen. Das nennt man **idiosynkratischer Wortgebrauch** (übersetzt in etwa „Eigenmischung“ von Worten).

Typisch für Autismus aller Arten ist eine besondere Art der **Reizverarbeitung**, das bedeutet eine ungewöhnliche Wahrnehmung und Verarbeitung von Sinnesindrücken, zum Beispiel von Geräuschen, Gerüchen und Berührungen. Zur besonderen Wahrnehmung gehört auch, dass Autisten sich meist auf kleine Einzelheiten, auf „Details“, konzentrieren. Eigentlich ist das eine positive Begabung. Das Problem ist aber, dass diese „Detailfokussierung“ oft zulasten der Fähigkeit geht, eine Situation im Ganzen zu überblicken. Man nennt das eine **mangelnde zentrale Kohärenz**, das heißt, Einzelheiten werden gesehen, aber nur für sich und

nicht im Zusammenhang miteinander (sie werden als nicht „kohärent“, also als nicht zusammenhängend wahrgenommen).

Die mangelnde Kohärenz kann nicht nur die Wahrnehmung, sondern auch das Verhalten erschweren. So sprechen Psychologen von einer Störung der exekutiven Funktionen, wenn jemand nicht gut in der Lage ist, Dinge vor auszuplanen, etwa weil er oder sie entsprechend einer mangelnden zentralen Kohärenz nicht in der Lage ist, eine Situation zu überschauen. Fällt es dir manchmal schwer aufzuräumen, weil du einfach nicht weißt, wie du am besten vorgehen sollst, ob es besser ist, zuerst die Bücher, dann die Kleidung, dann die Stofftiere wegzuräumen oder umgekehrt? Das gehört genau hierhin.

Nicht immer liegt allein eine autistische Störung vor. Manchmal ist sie begleitet von weiteren Besonderheiten oder Krankheiten. Das können zum einen positive Dinge sein wie eine Hochbegabung, also eine besonders hohe Intelligenz, oder ein fotografisches Gedächtnis, das heißt die Fähigkeit, sich Gesehenes haargenau* zu merken und dadurch zum Beispiel Bilder ganzer Städte genau aus dem Gedächtnis nachzeichnen zu können. Es können aber auch negative Dinge sein, zum Beispiel häufig auftretende Angst oder Konzentrationsprobleme wie bei der sogenannten Aufmerksamkeitsdefizitstörung, die außerdem manchmal mit Hyperaktivität, also vor allem einem besonderen Bewegungsdrang, verbunden ist (AD[H]S). Auch eine besondere Empfindlichkeit, etwa gegenüber Nahrungsmitteln (Allergien, Unverträglichkeiten), kommt vor. Das sind alles keine Merkmale speziell des Autismus, aber sie begleiten ihn oft. Man spricht dann von **Komorbiditäten**.

Warum aber werden manche Menschen autistisch und andere nicht?

So genau weiß man das heute noch nicht. Früher nahm man an, die Mütter würden ihre Kinder nicht genug lieben, aber heute weiß man, dass das nicht der Grund ist. Stattdessen haben Wissenschaftler herausgefunden, dass die Gene eine große Rolle spielen. Gene enthalten Informationen darüber, wie ein Mensch später einmal sein wird, also zum Beispiel ob er blonde oder schwarze Haare haben wird. Gene werden von Eltern, Großeltern, Urgroßeltern usw. vererbt. Daher haben viele Autisten weitere autistische Verwandte. Das Auffinden eines „Autismusgens“ oder mehrerer „Autismusgene“ ist bisher allerdings nicht gelungen. Forscher gehen daher davon aus, dass noch weitere Umstände hinzu kommen müssen, damit jemand autistisch wird, etwa eine Erkrankung im Säuglingsalter oder eine Abweichung im Hormonsystem.

Eine einzige Antwort auf die Frage, warum jemand autistisch wird und ein anderer nicht, gibt es bis heute nicht. Vielleicht findet man sie auch nie. Die Erscheinungsformen des Autismus sind zu unterschiedlich: Auf der einen Seite gibt es