

ZUM THEMA: ASPERGER-SYNDROM

Rudy Simone:

ASPERGIRLS

Die Welt der Frauen und Mädchen mit Asperger

Beltz-Verlag, Weinheim und Basel 2012. 287 S., € 19,95

ISBN 978-3-407-85946-4

In dieser Serie www.psychosoziale-gesundheit.net gibt es mehrere Beiträge über den Autismus im Allgemeinen und das Asperger-Syndrom im Speziellen. Das eine war selbst für Ärzte kaum ein Thema, das andere sogar weitgehend unbekannt. Das hat sich inzwischen geändert. Asperger-Betroffene werden immer häufiger rechtzeitig erkannt, fachärztlich diagnostiziert und im günstigsten Falle mit den heutigen Möglichkeiten betreut bis therapiert. Das ist ein Segen, denn wer sich mit diesem Krankheitsbild beschäftigt, ist schon öfters irritiert, ja bestürzt und dann im Alltags-Kontakt auch entsprechend negativ eingestellt. Die Folgen trägt dann wieder der Patient selber, der allerdings nichts dafür kann. Hier also beginnt sich langsam etwas zu ändern. Das hat mit der notwendigen Aufklärung zu tun, die ebenfalls langsam anzieht, unterstützt durch die Medien – und allgemein-verständliche Sachbücher.

Eines davon trägt den ungewöhnlichen Titel *Aspergirls*, was die einen neugierig machen kann, andere hingegen gleich auf Distanz gehen lässt („neumodische Terminologie-Sucht“). Letzteres wäre schade, denn sowohl das Einzel-Schicksal im Allgemeinen als auch das erst jetzt langsam greifbar werdende Phänomen des „weiblichen Asperger-Syndroms“ verdient Beachtung. Und die kommt am besten aus der Ecke der Betroffenen selber. Es vermittelt auch das, was man am meisten braucht: generelles Interesse, also die Allgemeinheit, von den Eltern über die weiteren Verwandten, Bekannten und Nachbarn(!) bis zu den Lehrern, Vorgesetzten und schließlich Partnern, eigenen Kindern u. a. Was heißt das?

Hier beginnt die Autorin, selber betroffen, gleich mit den richtigen Worten, denn „niemand kann einen Weg besser beschreiben, als diejenigen, die ihn gehen“:

„Frauen mit Störungen aus dem Autismus-Spektrum stellen eine Subkultur innerhalb einer Subkultur dar. Sie haben viele der gleichen Eigenschaften, Herausforderungen, Gewohnheiten, Charaktermerkmale und Perspektiven wie unsere männlichen Entsprechungen, doch mit einem zusätzlichen geschlechts-spezifischen Aspekt. Das Asperger-Syndrom wird bei Mädchen und Frauen anders wahrgenommen und bleibt daher oft unerkannt, auch wenn es sich kaum anders manifestiert.“ Tatsächlich ist die Liste der Beeinträchtigungen groß: Mangelndes Selbstwertgefühl, Panikattacken, Zusammenbrüche, sexuelle Beziehungs-Krisen, Schuldgefühle, Mobbing u. a.m. Die Autorin nimmt sie sich alle eine nach der anderen vor, basierend auf den eigenen Belastungen, Kümernissen, Sorgen, Enttäuschungen und Frustrationen und ergänzt von einer Reihe gleich betroffener Leidensgenossinnen. Und weil es so anschaulich, ja berührend ist, eben aus dem Alltag und von den Betroffenen (wenn nicht gar Opfern) selber geschildert, liest es sich glücklicherweise auch „flott“, ein Begriff, der eigentlich für Symptom-Schilderungen nicht zulässig ist, gleichwohl zutrifft und vor allem Lese-Geduld und damit Informations-Stand und schließlich Hilfs-Fähigkeit fördert.

Dieses Buch sei also empfohlen, und zwar jedermann, der sich dazu Gedanken machen muss, von der Erst-Überlegung über den alltäglichen Kontakt bis zur Aus- und Weiterbildung, Partnerschaft, ja Elternschaft (Erb-Schiene!) usf. Wichtig deshalb nicht nur die Ratschläge von den Betroffenen für die Betroffenen, sondern auch für das Umfeld.

Nachfolgend dafür eine kurz gefasste Übersicht aus den ausführlichen tabellarischen Zusammenfassungen dieses Buches zur Frage:

Mädchen und Frauen mit Asperger-Syndrom

• **Äußeres Erscheinungsbild/persönliche Gewohnheiten:**

- Neigung zu bequemer Kleidung.
- Nicht viel Zeit für Körper- und Haarpflege.
- Äußeres Erscheinungsbild kann auch exzentrisch wirken.
- Erscheinen trotzdem jung für ihr Alter.

- Meist ausdrucksstärkere Mimik und Gestik als männliche Betroffene.
- Mitunter androgyne (männliche) Züge (empfinden sich als halb männlich, halb weiblich).
- Schwaches Identitäts-Bewusstsein.
- Scheinbar unkonventionell, doch auf feste Regeln, Disziplin, ja starres Festhalten an Gewohnheiten ausgerichtet, um den Alltags-Stress besser bewältigen zu können.
- Lieber zu Hause, zumindest in einer kontrollierbaren Umgebung.

● **Intellektuelle Fähigkeiten, Begabungen, Ausbildung, berufliche Neigungen:**

- Oft musisch oder künstlerisch begabt.
- Aber sehr unterschiedlich wahrgenommen bzw. diagnostiziert: Die einen als begabt, aber schüchtern, empfindsam, bei den anderen drängen sich vor allem schwerwiegende Lernstörungen in den Vordergrund.
- Können eben oft besonderes Talent haben, so genannte „Insel-Begabungen“.
- Oft ausgeprägtes Interesse an Computern, Spielen, Naturwissenschaft, graphischem Design, technologisch und visuell ausgerichteten Aktivitäten.
- Aber auch kreatives Schreiben, Sprache, kulturhistorische Studien, Psychologie.
- Haben sich oft sehr viel später und dann selber das Lesen oder andere Fähigkeiten beigebracht.
- Probleme in der Ausbildung, d.h. vor allem im sozialen Bereich, beispielsweise im Studium. Deshalb häufiger Teil-Abschlüsse.
- Oft zu Beginn von Studium oder Job leidenschaftlich engagiert, dann aber plötzlicher Kurs-Wechsel oder gar Aufgabe.
- Oft Schwierigkeiten, länger an einem Arbeitsplatz auszuhalten, weil die Berufstätigkeit Angst macht.
- Hochintelligent, aber auf Grund sensorischer (Sinnesorgane) und kognitiver (geistiger) Verarbeitungs-Probleme manchmal „schwer von Begriff“.
- Verbale Instruktionen werden schwerer aufgenommen, besser schriftlich oder im Diagramm.
- Neigung zu leidenschaftlich verfochtenen Interessen, fast zwanghaft. Allerdings weniger ausgeprägt als bei männlichen Asperger-Patienten.

● **Emotionaler/physischer Bereich:**

- Gemütsmäßig unreif und sensibel.
- Stets von Unbehagen und Angst beeinträchtigt.
- Weibliche Asperger-Patienten können aber offener über ihre Gefühle und Probleme reden als männliche.

- Ausgeprägte Empfindlichkeit was Hören und Sehen, Gerüche und Berührung anbelangt. Deshalb rasch Neigung zu Überlastung bei Reiz-Überflutung. In manchen Fällen (z. B. Geschmack) aber weniger empfindlich als Männer.
- Stimmungsschwankungen, ja depressive Episoden. Deshalb öfter auch oder ausschließlich die fachärztliche Diagnose: Bipolare Störung (manisch-depressiv).
- Reagieren empfindlicher auf Medikamente als Nicht-Asperger.
- Leiden öfter unter Magen-Darm-Beschwerden.
- Auffällig ihre Auto-Stimulation zur Selbst-Behandlung von Traurigkeit oder Anspannung: Schaukeln, Gesicht reiben, Summen, Finger schnippen, Fuß stampfen, Finger- oder Fuß-Tippen u. a.
- Ähnlich auffällig bei Freude: Arme schwenken, klatschen, singen, springen, herumrennen, tanzen, hüpfen.
- Neigung zu Gefühls-Ausbrüchen oder gar heftigem Weinen, selbst in der Öffentlichkeit und manchmal aus geringfügigem Anlass (sensorisch und emotional dünnhäutig und schnell überlastet).
- Neigung zu Mutismus (Verstummen) bei Stress oder Aufregung, auf jeden Fall nach einem Zusammenbruch.
- Stottern seltener als männliche Patienten.
- Haben aber öfter eine raue, manchmal monotone Stimme bei Stress und Traurigkeit.

● **Soziale Kontakte/Beziehungen:**

- Verbale Äußerungen und Verhalten werden oft missverstanden.
- Werden mitunter als kaltherzig, egozentrisch und unfreundlich empfunden.
- Äußern sich bisweilen sehr freimütig, sprechen leidenschaftlich über ihre Passionen und fast zwanghaften Interessen.
- Können aber auch sehr schüchtern oder schweigsam sein.
- Verschließen sich zwischenmenschlichen Situationen, sobald sie sensorisch (Sinneseindrücke) überlastet sind.
- Reagieren deshalb besser auf Sozialkontakte „in angepasster Dosierung“.
- Wirken aber trotzdem manchmal sogar versiert (clever), doch das ist meist nur „gespielt“.
- Gehen nicht oft aus, und wenn, nur mit Partner oder Kindern, falls vorhanden.
- Haben nur wenige Freundinnen, weil ihnen typisch weibliche Aktivitäten keinen Spaß machen (z. B. „Einkaufsbummel“ oder „sich treffen“).
- Haben eine oder nur wenige Freundinnen während Kindheit und Jugend, aber nicht als Erwachsene.
- Wünschen sich nicht grundsätzlich eine Beziehung, beschließen eher alleine zu bleiben.

- Wenn sie eine Beziehung eingehen, wird sie aber sehr ernst genommen.
- Auf Grund der sensorischen Probleme wird sexueller Kontakt entweder genossen oder strikt abgelehnt.
- Wenn weibliche Asperger-Betroffene einen Mann mögen und ihm dies zeigen wollen, können sie sich extrem und sichtbar linkisch verhalten (z. B. Anstarren, wiederholte Anrufe u. a.).
- Das kann mehrere Gründe haben: Zum einen, weil sie sich auf etwas versteifen. Zum anderen, weil sie die geschlechts-spezifische Rollenverteilung nicht verstehen (bessert sich mit zunehmender Reife).
- Ziehen wegen der sensorischen Probleme oft, aber nicht immer die Gesellschaft von Tieren vor.
- Asperger-Mädchen und -Frauen sind gewöhnlich sehr stolz und darauf bedacht, die mit ihrem Krankheitsbild verbundenen Talente und Gaben zu schützen. Sie würden aber gerne leichter in der Welt zurechtkommen und weniger leiden.

● **Die wichtigsten geschlechts-spezifischen Unterschiede:**

Bei Mädchen und Frauen mit Asperger-Syndrom finden sich gegenüber Knaben und Männern mit gleichem Krankheitsbild:

- Weniger abstruse oder ungewöhnliche Obsessionen (Zwänge), denken praktischer.
- Sprechen offener über Gefühle und emotionale Probleme.
- Erhalten seltener eine frühzeitiger und vor allem richtige Diagnose (das Asperger-Diagnosesystem ist eher auf männliche Verhaltensweisen und Eigenschaften ausgerichtet, jedenfalls bisher).
- Wirken in Mimik, Gesten und Verhaltensweisen expressiver.
- Sind sensorisch und emotional schneller überlastet, was mit mehr Wut und Tränen-Ausbrüchen einhergeht, auch öffentlich.
- Werden auf Grund ihrer scheinbaren Kompetenz mit weniger Toleranz und höheren Erwartungen konfrontiert.
- Werden eher als androgyn (d. h. mit einer Mischung aus männlichen und weiblichen Eigenschaften) wahrgenommen, weil sie eine Aversion gegen Make up, aufwändige Frisuren und Kleiderstile haben.
- Stottern seltener, wenn sie gestresst oder erregt sind.
- Verstehen sich besser auf Sozialkontakte, aber in angepasster Dosierung. Wirken auch oft sozial kompetenter, wenn auch „gespielt“.
- Halten eher Haustiere zur emotionalen Unterstützung.

Komprimierte Zusammenfassung aus den Merkmal-Listen des Buches: Rudy Simone: *Aspergirls*. Beltz-Verlag, Weinheim und Basel 2012