

Infografik: Barrierefreiheit für Autist/innen in Ausbildung und Beruf Was bedeutet Autismus?

Ein anderes neuronales "Betriebssystem":

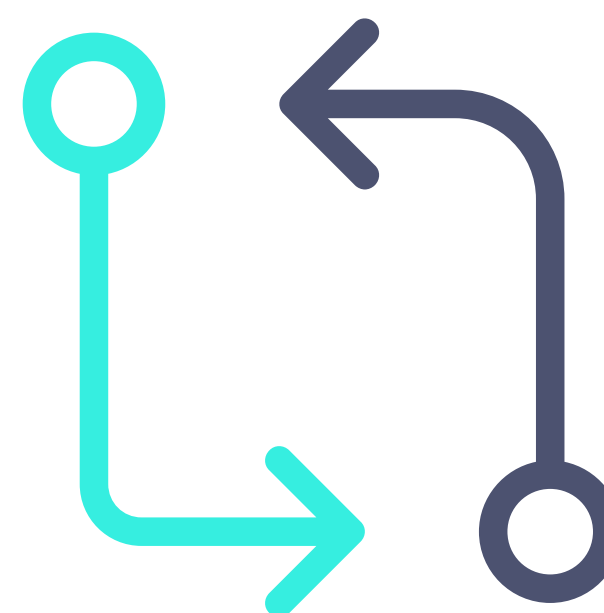
Das autistische Gehirn ist anders strukturiert, deshalb nehmen Autist*innen die Welt anders wahr, fühlen anders und handeln daraus resultierend anders. Autismus ist wie eine fremde Sprache und Kultur. Daraus ergeben sich erhebliche Unterschiede in der Verständigung zwischen autistischen und nicht-autistischen Menschen.

Die autistischen und nicht-autistischen "Betriebssysteme" sind gleichwertig, keines ist besser oder schlechter. Aber es gibt **neuralgische Punkte**.

soziale Interaktion und Kommunikation:

Autist*innen...

- ... fühlen sich in Gesellschaft anderer Menschen oft unwohl
- ... haben oft Schwierigkeiten, sich mündlich mitzuteilen
- ... brauchen oft länger, um zu antworten
- ... können stumm sein, mit sich selbst reden oder wiederholen, was ihnen gesagt worden ist
- ... können über Themen, die sie interessieren, endlos monologisieren
- ... haben Probleme, den Blickkontakt zu halten (das strengt sie so sehr an, dass sie sich nicht mehr auf das Gesagte konzentrieren können)
- ... können Ausdruck, Tonfall und Körpersprache ihres Gegenübers nur schwer deuten
- ... spiegeln in ihrer Mimik und Gestik nicht immer ihre Empfindungen wider
- ... müssen sich in Gesprächen sehr konzentrieren, weshalb sie oft mürrisch/grimmig wirken, obwohl sie es gar nicht sind



Sprachliche Besonderheiten:

Autist*innen...

- ... verstehen Sprache wortwörtlich
- ... haben Schwierigkeiten, Ironie, Witz, Redewendungen oder Metaphern zu verstehen
- ... verstehen die Kommunikationsregeln nicht intuitiv und haben Schwierigkeiten, sie zu befolgen
- ... können kein Small Talk
- ... kommunizieren sachlich und direkt
- ... nutzen Sprache, um Informationen zu erhalten oder weiterzugeben, nicht aber als Mittel des sozialen Austausches

Neues und Unbekanntes:

Autist*innen...

- ... haben Schwierigkeiten, mit Unvorhersehbarkeiten, Unklarheiten und Veränderungen umzugehen (diese lösen eine große Unsicherheit aus)
- ... sind dementsprechend wenig(er) flexibel

Stressverarbeitung:

Autist*innen...

- ... empfinden gesellige Unterhaltungen wie eine Gefahr, auf die der Mandelkern ihres Gehirns mit Flucht oder Angriff sowie den entsprechenden Stresssymptomen reagiert
- ... wirken nach außen oftmals ganz "normal", doch dahinter verbirgt sich ein enormer Arbeitsaufwand, der sehr viel Energie kostet (= Masking: Anpassungsprozess, um in der nicht-autistischen Umgebung nicht aufzufallen)
- ... benötigen mehr Zeit für sich alleine als nicht-autistische Menschen
- ... setzen Stimming (z.B. mit dem Oberkörper wippen) als Strategie zur Beruhigung und Selbstregulation ein (oftmals unbewusst und ohne es selbst zu bemerken)

Hypersensibilität des Gehirns gegenüber Reizen:

Autist*innen...

- ... verfügen über keinen Reizfilter
- ... besitzen folglich eine hohe Reizempfindlichkeit bis hin zur Reizüberempfindlichkeit, so dass es schnell zu Reizüberflutungen kommen kann (durch Lärm, Geräusche, Gespräche, Maschinen, Surren von technischen Geräten, Beleuchtung, visuelle Reize, zu viele Menschen, zu viel Bewegung, Gerüche usw.)
- ... nehmen alle Reize gleichwertig (also gleich stark) wahr
- ... müssen eine gewaltige Anstrengung erbringen, um sich konzentrieren zu können
- ... sind schnell(er) erschöpft, wenn die Reize nicht reduziert werden können, weil der größte Teil ihrer Energie dann in die Bewältigung der Reize fließt
- haben Probleme, Gesprächen bei vielen Nebengeräuschen zu folgen