

Wo war dieses Buch, als ich es brauchte?

Liebes Tagebuch,

Was zum Teufel? Wie ist es möglich, gleichzeitig so klug und so ahnungslos zu sein? Es scheint, als ob alle anderen eine Sprache sprechen, die ich nicht beherrsche. Ich beobachte sie. Ich höre zu. Ich imitiere. Ich schauspielere – viel. Kennst du schon meinen neuesten Spitznamen? Das Tennisteam nennt mich jetzt »Happy Head«. Sie meinen es eigentlich nur nett. Ich glaube, ich bin der Liebling der Senioren geworden. Der süße kleine Rotschopf mit dem aufgeklebten Lächeln im Gesicht – es ist wirklich aufgeklebt. Und aus Plastik. Ich bin völlig versteinert, weil ich mich ausgeschlossen fühle. Schon wieder. Aber das ist wahrscheinlich nur eine Frage der Zeit. Wir wissen beide, dass ich es immer irgendwie schaffe, es zu vermasseln. Gib mir nur lange genug Zeit und ich werde jede Freundschaft versauen. Im Ernst, ich wünschte, jemand würde mir einfach ein paar Regeln an die Hand geben, wie ich »normal« sein kann ... Sag mir Bescheid, wenn DAS Buch herauskommt. Es scheint das einzige zu sein, das ich noch nicht gelesen habe.

Liebe Grüße, Jenny



HEUTE

Als ich ein Teenager war, gab es kein Regelbuch, wie ich es mir gewünscht hätte. Es gab keinen Einblick in die geheimen Richtlinien, von denen ich wusste, dass es sie geben musste, die ich aber nie herausfinden konnte. Es gab Regeln, da war ich mir sicher. Alle anderen schienen sie zu verstehen. Ich hingegen nicht. Immer wieder vermasselte ich es, ohne es zu merken. Dann versuchte ich, es zu vertuschen und musste ich mir neue Freunde suchen. Vierunddreißig Jahre lang dauerte dieser Kreislauf, bis ich ein neues Wort lernte: Autismus. Und auf einmal machte ich Sinn. Alles machte Sinn. Nein, damals gab es noch kein Regelbuch. Aber jetzt gibt es eins. Teils Code-Knacken, teils Kritzelblock. Völlig ehrlich und ganz dein. Na ja, unser ...

Willkommen im (geheimen) Regelbuch.

Nennen wir das Kind beim Namen

Lass uns einen Moment über Namensgebungen sprechen. Ich meine jetzt nicht die unhöfliche Art, ich spreche von den Namen, mit denen wir uns in diesem Buch anreden werden. Glaube mir, das ist wichtig.

Du hast unbestreitbar Tausende von Aspekten. Kein einzelner Teil von dir könnte dich ganz definieren, oder? Das wäre ja lächerlich. Das Gleiche gilt für mich. Und du liest dieses Buch, weil wir zufällig einen wichtigen Aspekt gemeinsam haben: unser Nervensystem. Im Grunde ist das die Art und Weise, wie unsere Gehirne aufgebaut sind und wie sie funktionieren.

Ja, mein Freund, ich sage »unsere«, denn obwohl unsere Denkweise in der Welt untypisch sein mag, ist sie hier in diesem Kontext das, was uns gemeinsam ist. Es geht nicht um »du gegen mich« oder »wir gegen sie«, sondern um uns, die wir gemeinsam denselben Teil des menschlichen Spektrums einnehmen, der Autismus genannt wird.

Und es ist diese Bezeichnung »Autismus«, auf die ich mich bezog, als ich sagte, dass wir über Namensgebungen sprechen müssen.

In dieser Welt gibt es viele Bezeichnungen, wie man mich nennen kann, und ehrlich gesagt, solange es nette Wörter sind, ist es mir egal, welche die Leute wählen. Dasselbe gilt für meine Meinung zu Autismus.

Bei der Beschreibung derjenigen von uns, deren Gehirne nach bestimmten Mustern und mit einer bestimmten Art von »Verdrahtung« arbeiten, haben sich die Bezeichnungen, die andere (neurotypische)

Menschen für uns gebrauchen, verändert (und werden sich in Zukunft wahrscheinlich noch mehr ändern). Manche Leute sagen »Autismus«, »neurodivers«, »neurodivergent«, »im Autismus-Spektrum« oder verwenden eine Kombination aus all diesen Begriffen.

Aber warte – da ist noch mehr. Einigen Leuten ist es wirklich wichtig, ob wir »Person mit Autismus« oder »Person, die mit Autismus lebt« statt »autistische Person« sagen. Der Grund dafür ist, dass in der Reihenfolge »Person zuerst« die Person als wichtiger hervorgehoben wird als das Merkmal Autismus. Andererseits nennen sich andere gern autistisch oder Autisten, weil es eine Identität und Teil der Person ist, die sie sind.

Siehst du, wie schnell die ganze Sache mit der Namensgebung sehr heikel werden kann?

Oh! Eine Sache möchte ich noch hinzufügen. Als 2011 festgestellt wurde, dass ich mich im Spektrum befinde, nannte man das noch Asperger-Syndrom – deshalb habe ich den Begriff »Asperkids« geprägt und fünf Bücher mit diesem Wort im Titel geschrieben ... darunter die erste Version dieses Buches, die 2012 veröffentlicht wurde.

In kürzester Zeit wurde aus »Asperkids« jedoch mehr als nur ein Wort. Es wurde zu dem, was einige Leute »eine internationale Bewegung unerbittlicher Positivität« nannten. Aus der ganzen Welt schickten mir Jugendliche Fotos von sich als »stolze Asperkids«, die in dem Wissen, dass sie nicht allein sind, Kraft und ein Lächeln fanden. Sie stellten Bilder online und nahmen an Kundgebungen teil. Und folgten mir in »Asperkid«-Shirts in Hotels! Warum? Ein »Asperkid« zu sein machte sie froh über genau die Unterscheidungen, die die Welt als Probleme bezeichnet hatte. Und zu wissen, dass ich ein Teil davon war? Nun, das ist eines der Dinge auf der ganzen Welt, auf die ich am meisten stolz bin.

»Asperger-Syndrom« ist ein Begriff, der nicht mehr verwendet wird – es ist ziemlich kompliziert, hat aber hauptsächlich damit zu tun, uns alle unter dem Begriff »Autismus« zu vereinen (womit ich absolut einverstanden bin). Trotzdem muss ich an dem Wort »Asperkids« festhalten und hoffe, dass ihr es auch aufgreift. Denn wenn es etwas gibt, das man sein muss, dann ist es unermüdlich positiv und mutig, freundlich und widerstandsfähig.

Schau mal, wenn jemandem etwas wichtig ist, ist es doch nur höflich, wenn man versucht, seine Vorlieben zu respektieren, oder? Ich meine,

wenn du zum Mittagessen kommst und keinen gegrillten Käse magst, wäre es irgendwie unhöflich, gegrillten Käse zu machen und zu erwarten, dass du einen isst. Wenn ich also mit jemandem spreche, der einen Namen wirklich lieber mag als den anderen, versuche ich natürlich, mich daran zu halten.

Nun, in diesem Fall, da ich dieses Buch schreibe, wähle ich die Namen, die ich für uns verwende. Das ist eine wirklich wichtige Sache, die es herauszufinden gilt, und der Grund, warum ich dich überhaupt in das Thema »Namensgebungen« eingeweiht habe.

Der Name, den wir uns geben, sagt viel darüber aus, was wir über uns glauben. Er beeinflusst auch, wer und wie du denkst, dass wir sind. Und sein werden. Wenn wir also wollen, dass andere freundliche, klare Worte verwenden, wenn sie an uns denken und über uns sprechen, dann müssen wir um Himmels willen mit gutem Beispiel vorangehen.

Deshalb bin ich bei all diesem wortreichen Kram nur in einer Sache stur: bei Vergleichen. Bei Autismus geht es nicht darum, »gut oder schlecht funktionierend« oder »leicht« oder »schwer« betroffen zu sein. Hier gibt es keinen Platz für »autistisch, aber nicht so«. Die Wahrheit ist, dass wir mehr oder weniger offensichtlich Unterstützung brauchen, klar. Aber es ist sehr wichtig, sich daran zu erinnern, dass manchmal die Menschen, die so aussehen, als hätten sie alles im Griff, diejenigen sind, deren Herzen am meisten schmerzen.

All das solltest du wissen, denn es ist leicht, durcheinanderzukommen, sich ablenken zu lassen und das große Ganze zu übersehen. In diesem Buch geht es um uns. Geschrieben von einer von uns für alle von uns. Und es geht um das, was wir gemeinsam haben.

»Autistisch« – »Autismus« – »im Spektrum« – »neurodivers« – »neurodivergent« – »Asperkid«: All diese Wörter funktionieren, weil sie alle respektvoll sind, also wirst du sie auch alle in diesem Buch finden, denn ich werde dich immer nur mit netten Bezeichnungen anreden.

Und hier, mein Freund, kommen wir zu der größten Wahrheit von allen. Wo auch immer, wer auch immer, wann auch immer du bist ... vor und nach allem anderen sind wir alle im menschlichen Spektrum. Diese Aussage ist die wichtigste. Denn was auch immer genau oder wie genau du bist, wer du bist – am Ende, an diesem Ort, sind wir alle verschieden, gemeinsam, und ich bin so froh, mit dir ein Teil dieses Wir zu sein.