

Liebe Leserin, lieber Leser,

Mädchen und Frauen im autistischen Spektrum sind die »Minderheit einer Minderheit« in der Gesellschaft, und bislang beschäftigen sich nur sehr wenige Fachleute mit diesem Thema. Zugleich aber wird die Diagnose einer Autismus-Spektrum-Störung auch beim weiblichen Geschlecht immer häufiger gestellt, sodass es sinnvoll ist zu überlegen, welche spezifischen Schwierigkeiten bei ihnen bestehen und wie die diagnostischen Überlegungen und die therapeutischen Möglichkeiten noch besser an ihre speziellen Bedürfnisse angepasst werden können.

Dafür ist ein umfassendes Verständnis ihrer Situation, ihres Verhaltens und ihrer Besonderheiten notwendig. Dieses Verständnis lässt sich erreichen, indem man betroffenen Menschen zuhört und ihre Erfahrungen in zukünftige Maßnahmen einbezieht. Hilfreich für alle Beteiligten sind ermutigende Berichte, die nichts beschönigen, die aber doch zeigen, dass in jedem Lebensalter durch geeignete Maßnahmen Verbesserungen möglich sind. Dem wird durch die ausführlichen Erfahrungsberichte von fünf Frauen mit Asperger-Syndrom Rechnung getragen. Die Betroffenen schildern rückblickend Kindheit und Jugend sowie typische Schwierigkeiten, denen sie heute im Alltag begegnen, aber auch ihre individuellen Lösungen. Es geht dabei auch um so sensible und schwierige Themen wie Partnerschaft, Kinderwunsch, Einsamkeit, gesellschaftliche Erwartungen an eine Frau, den Bereich der Frauengesundheit oder psychisches und körperliches Wohlbefinden.

Eine Besonderheit dieses Buches ist der Perspektivwechsel. Viele Bücher, die ein medizinisches oder psychologisches Thema behandeln, stellen entweder nur die Ärzte bzw. Therapeutensicht dar oder sind vollständig aus dem subjektiven Erleben des Betroffenen geschrieben. Da ich selbst sowohl Betroffene als auch Ärztin für Allgemeinmedizin und Psychotherapie bin, kenne ich beide Perspektiven aus eigener Anschauung und weiß, wie wichtig es für das gegenseitige Verstehen ist, jeweils über den eigenen Tellerrand blicken zu können und die Sichtweise des jeweils anderen nachzuvollziehen. Deshalb kommen in diesem Buch alle Beteiligten zu Wort. Nicht nur die fünf Frauen, die ihr Leben mit dem Asperger-Syndrom schildern, sondern auch zwei Mütter, die berichten,

wie sie das Aufwachsen ihrer autistischen Töchter erlebt haben. Was war für sie schwierig, auch im Vergleich zu den nicht autistischen Geschwistern, was haben sie als besondere Bereicherung erlebt? Eine Psychotherapeutin, die eine Therapiegruppe speziell für autistische Frauen leitet, beschreibt, warum solche Gruppen erforderlich sind, was sie leisten können und was sich als besonders hilfreich herausgestellt hat. Eine Ergotherapeutin gibt Einblicke in ihre Arbeit und zeigt auf, in welchen Bereichen autistische Mädchen und Frauen davon profitieren können.

Daneben erhalten Sie von mir zu allen angesprochenen Themen ausführliche Hintergrundinformationen und zum Thema Psychotherapie umfangreiche Informationen sowohl für betroffene Frauen als auch für Psychotherapeuten, die mit autistischen Frauen arbeiten (wollen). Auch wird geschildert, welche Unterstützung und Hilfen in Schule, Ausbildung, Beruf und im Alltag sinnvoll sind und wie sich hier Verbesserungen erzielen lassen.

Ich bin mir sicher, dass alle Beteiligten von diesem Buch profitieren können: natürlich die betroffenen Mädchen und Frauen, aber auch die Eltern, die Geschwister und andere Familienmitglieder, Freunde, Schulkameraden, Arbeitskollegen oder Bekannte und eben auch alle Fachleute, die mit autistischen Mädchen und Frauen zu tun haben, also Therapeuten, Ärzte, Pädagogen oder Sozialarbeiter, Ausbilder, Arbeitgeber usw.

Es liegt an uns allen gemeinsam, eine Gesellschaft zu schaffen, die kreativ und innovativ, flexibel und unkonventionell genug ist, um auf die vielfältigen neuen Herausforderungen antworten zu können. Daran müssen alle Menschen beteiligt werden – diejenigen, die sich »normal« verhalten, genauso wie alle, die durch ihr Denken und Handeln, ihr Verhalten und ihre Ideen besondere und außergewöhnliche Persönlichkeiten darstellen, die diese Welt bereichern.

Ich lade Sie nun ein, mit mir die manchmal nur subtilen, in anderen Bereichen aber deutlichen Unterschiede zwischen Männern und Frauen im autistischen Spektrum, aber auch zwischen Frauen mit Autismus und anderen Frauen zu entdecken.

Darmstadt, im Juni 2020
Christine Preißmann