



Teil 1: Alles über Asperger

Was versteht man unter dem Asperger-Syndrom? Welche Kernsymptome gibt es und wie äußern sie sich? Welche Vorurteile dominieren die gängigen Vorstellungen über das Asperger-Syndrom?

Kapitel 1: Was ist das Asperger-Syndrom?

Das Asperger-Syndrom ist eine Form von Autismus. Autismus ist eine Entwicklungsstörung, die die Art und Weise beeinflusst, wie eine Person die Welt wahrnimmt, Informationen verarbeitet und mit Menschen in Beziehung tritt.

Das äußert sich in erster Linie in Besonderheiten des Sozialverhaltens sowie eingeschränkten Interessen und repetitiven Verhaltensweisen. Im Unterschied zu anderen Autismus-Formen, wie zum Beispiel dem frühkindlichen Kanner-Autismus, geht das Asperger-Syndrom nicht mit einer Verzögerung oder Beeinträchtigung der Sprachentwicklung einher. Die Diagnose »Asperger-Syndrom« schließt zudem eine Intelligenzminderung aus. Asperger-Betroffene sind daher durchschnittlich oder überdurchschnittlich intelligent.

Die Unterschiede zwischen verschiedenen Autismus-Ausprägungen sind allerdings fließend. Die Diagnose »Asperger-Syndrom« ist daher mittlerweile aus dem amerikanischen Diagnosehandbuch

verschwunden. Seit dem 1. Januar 2022 ziehen auch die Europäischen Richtlinien nach. Die einzelnen Autismus-Formen werden nun unter einer einzigen Diagnose, dem »Autismus-Spektrum«, zusammengefasst (siehe »Wissenswertes« Seite 113).

Kernsymptome des Asperger-Syndroms

Ein Syndrom bezeichnet immer eine Kombination unterschiedlicher Symptome. Beim Asperger-Syndrom, wie auch dem Autismus-Spektrum im Allgemeinen, handelt es sich um eine, bis heute nicht ganz verstandene, Kombination zweier Kernsymptome: der beeinträchtigten Fähigkeit zu gegenseitiger sozialer

Interaktion und sozialer Kommunikation, sowie eingeschränkter und repetitiver Verhaltensweisen und Interessen.

Die Symptome bestehen lebenslang und müssen schwerwiegend genug sein, um zu Beeinträchtigungen in wichtigen Lebensbereichen wie etwa Schule, Beruf, Familie oder Sozialleben zu führen. Sie treten zum Teil aber erst dann deutlich zutage, wenn die sozialen Anforderungen komplexer werden. Der Schweregrad der Symptome ist individuell sehr unterschiedlich und variiert von relativ mild bis zu äußerst belastend.

Soziale Interaktion und Kommunikation

Eines der Hauptkennzeichen des gesamten Autismus-Spektrums, und daher auch des Asperger-Syndroms, ist die eingeschränkte Fähigkeit zur sozialen Gegenseitigkeit. Was bedeutet das?

Asperger-Betroffenen fällt es schwer, mit anderen Menschen in Kontakt zu treten, den Kontakt aufrechtzuerhalten und Freundschaften zu schließen. Soziale Kontakte werden zudem meist als anstrengend erlebt. Charakteristisch ist vor allem der Mangel an sozialer und emotionaler Gegenseitigkeit. So haben Menschen mit Asperger Probleme damit, die Gedanken, Gefühle und Absichten anderer Menschen zu erkennen und zu verstehen. Sie teilen auch ihre eigenen Interessen und Freuden kaum mit ande-

ren und haben Schwierigkeiten, anderen ihre eigenen Emotionen zu vermitteln.

Diese eingeschränkte Fähigkeit des »gemeinschaftlichen Erlebens« äußert sich bereits im ersten Lebensjahr darin, dass betroffene Kinder ihre Aufmerksamkeit nicht auf gemeinsame Ziele richten. Sie folgen dem Blick der Eltern auf ein Spielzeug kaum nach. Und, anders als nicht autistische Gleichaltrige, zeigen sie ihren Eltern ein Spielzeug auch nicht, um einfach nur die Freude daran zu teilen. Durch diesen Mangel an gemeinsamer Aufmerksamkeit und gemeinschaftlichem Erleben verpassen diese Kinder all jene ungezählten Momente, in denen nicht autistische Kinder, beginnend mit dem ersten Lebensstag, ganz intuitiv das soziale Miteinander erlernen. Zwar lernen auch Asperger-Betroffene mit der Zeit, wie man sich in sozialen Standardsituationen angemessen verhält. Komplexe soziale Anforderungen übersteigen jedoch fast immer ihre Fähigkeiten. Dieser Mangel an sozialer Kompetenz kann sich auf Dauer rächen, denn vielfach entscheidet das soziale Geschick über Erfolg und Misserfolg im Leben.

Menschen mit Asperger mangelt es noch aus einem weiteren Grund an sozialer Kompetenz: Sie sind in ihrer sozialen Kommunikationsfähigkeit beeinträchtigt. Auch wenn sie häufig über einen großen Wortschatz, eine gute Ausdrucksfähigkeit und ausgezeichnete grammatikalische Fähigkeiten verfügen, haben

Asperger-Betroffene oft Schwierigkeiten damit, in sozialen Situationen richtig und angemessen zu kommunizieren. Nicht die Sprachfähigkeit ist beim Asperger-Syndrom betroffen, die Fähigkeit zum pragmatischen Einsatz der Sprache ist eingeschränkt. Etwa zu wissen, was man sagt und was man besser nicht sagt. Asperger-Betroffenen dienen Gespräche in erster Linie zum Informationsaustausch. Sie sagen genau was sie meinen und verstehen auch eher, was andere sagen und nicht, was diese meinen. Ein Gespräch nur um des sozialen Austauschs willen ist ihnen dagegen fremd. Die Kunst der Konversation liegt ihnen ebenso wenig. So haben viele Menschen mit Asperger Schwierigkeiten, wenn es beispielsweise darum geht, ein Gespräch zu beginnen oder zu beenden, einen Themenwechsel vorzunehmen, oder ein Missverständnis zu beseitigen.

Diese Schwierigkeiten liegen zum Teil daran, dass viele Asperger Probleme haben, nonverbale Signale wie Mimik und Gestik zu erkennen und selbst auszusenden. Es fällt ihnen nicht nur schwer, den Gesichtsausdruck zu lesen, sie schenken nonverbalen Signalen häufig auch zu wenig Beachtung. Das kann leicht zu Missverständnissen führen, besonders dann, wenn eine Person etwas anderes sagt als sie in Wirklichkeit meint.

Einer der Gründe für die begrenzte Fähigkeit, den Gesichtsausdruck richtig zu interpretieren, ist die Abneigung der

Menschen im Autismus-Spektrum, anderen Personen in die Augen zu schauen. Blickkontakt wird als unangenehm, anstrengend oder ablenkend empfunden. Autisten konzentrieren sich eher auf die Mundpartie. Dadurch entgehen ihnen jedoch wichtige nonverbale Signale der Augenregion. Augenkontakt ist zudem ein Zeichen für Intimität. Fehlender Blickkontakt steht daher auch dem gemeinschaftlichen Erleben entgegen.

Eingeschränkte repetitive Verhaltensweisen und Interessen

Das zweite charakteristische Kernsymptom des Autismus-Spektrums bzw. des Asperger-Syndroms sind begrenzte Interessen und repetitive Verhaltensmuster. Darunter versteht man Verhaltensweisen und Interessen, die vor allem durch einen sich wiederholenden Charakter auffallen. Das äußert sich unter anderem durch eine besondere Vorliebe für Routinen und Rituale. Beispiele für solche Routinen sind etwa Tätigkeiten, die immer auf die gleiche Weise, oder in derselben Reihenfolge durchgeführt werden, oder die Angewohnheit, immer den gleichen Weg zu wählen. Diese Routinen werden im Allgemeinen als stressreduzierend erlebt.

Typisch für das Asperger-Syndrom sind auch die sogenannten Spezial-Interessen. Diese Interessen zeichnen sich vor allem durch ihre Intensität aus. Auch das Interessensgebiet kann, muss aber nicht, ungewöhnlich sein, es kann sich genauso

gut um allgemein übliche Themengebiete handeln. Dabei kann es sich nur um ein einziges, oder auch um mehrere Interessensgebiete handeln, die zudem mit der Zeit wechseln können. Sich ihren Interessen zu widmen, gehört zu den Hauptfreuden der Asperger-Betroffenen, die Beschäftigung damit bietet ihnen Erholung und wirkt entspannend. Asperger werden von diesen Interessen geradezu gepackt. Das kann so weit gehen, dass sie sich am liebsten nur noch damit beschäftigen würden. Der Nachteil dieser Interessen liegt darin, dass gleichzeitig das Interesse für andere Dinge fehlt. Diese Ausschließlichkeit des Interesses kann zu einem Problem werden, wenn deswegen etwa wichtige Aufgaben vernachlässigt werden, oder auch, wenn sich Menschen mit Asperger über nichts anderes mehr unterhalten wollen.

Namensgebend für das zweite Kernsymptom sind außerdem die repetitiven Verhaltensweisen, im Englischen »stimming« (steht für selbststimulierendes Verhalten) genannt. Diese sich wiederholenden Verhaltensmuster gehören zu den auffallendsten Symptomen des Autismus-Spektrums und treten schon sehr früh auf. Beispiele sind wippen, Schaukeln oder sich im Kreis drehen. Grund für dieses Verhalten ist allein die Wirkung, die es entfacht: es wirkt beruhigend, stressreduzierend und wird als angenehm empfunden. Nicht alle Asperger zeigen diese Verhaltensweisen, manche zeigen sie auch nur als Kind.

In den neuen Diagnoserichtlinien sind zudem Wahrnehmungsbesonderheiten als Kernsymptome enthalten. Die veränderte Wahrnehmung von Sinneseindrücken geht mit einer eingeschränkten Fähigkeit einher, Sinnesreize zu filtern. Ein und dieselbe Person kann auf manche Sinneseindrücke über-, auf andere unterempfindlich reagieren. Vor allem die Überempfindlichkeiten können sehr belastend sein. Besonders häufig sind Überempfindlichkeiten gegenüber Geräuschen, aber auch grelles Licht, Gerüche oder Berührungen werden vielfach als zu intensiv empfunden. Andererseits können manche Sinneseindrücke aber auch ein Glücksgefühl hervorrufen.

Ferner haben manche Betroffene Schwierigkeiten mit der Balance, die Motorik kann ebenfalls etwas ungenau sein.

Anzeichen des Asperger-Syndroms

Wenn Asperger-Betroffene von ihren Symptomen erzählen, werden diese häufig mit der Bemerkung »Das ist bei mir auch so« geringgeschätzt, nach dem Motto: »Alle Menschen sind ein bisschen autistisch.« Doch nur, weil sich jemand beispielsweise in sozialen Situationen manchmal unwohl fühlt, ist das noch lange kein Hinweis auf das Asperger-Syndrom. Wie der Name »Syndrom« schon sagt, setzt die Diagnose eine Kombination unterschiedlicher Sympto-

me voraus, die zudem so gravierend sein müssen, dass sie die Lebensqualität nachhaltig beeinträchtigen. Nicht alle Symptome sind dabei bei allen Betroffenen gleichermaßen ausgeprägt. Sie können in ihrem Schweregrad stark variieren. Die Diagnoserichtlinien erfordern allerdings, dass eine gewisse Anzahl an Symptomen vorhanden sein muss (siehe »Wissenswertes« Seite 113).

Erste Warnsignale bei Babys und Kleinkindern

Auch bei Babys und Kleinkindern bedeutet das Auftreten einzelner Symptome nicht, dass sich das Kind im Autismus-Spektrum befindet. Dennoch gibt es einige Anzeichen, die mögliche Warnsignale sein können. Es ist wichtig, diese sofort abklären zu lassen, denn Therapiemaßnahmen sind umso effektiver, je früher sie beginnen. Doch obwohl Eltern erste Anzeichen, dass sich ihr Kind anders als andere entwickelt, häufig schon im Kleinkindalter bemerken, werden Kinder mit Asperger-Syndrom im Durchschnitt erst mit acht bis elf Jahren diagnostiziert.¹ Hier wurde wertvolle Zeit vergeudet.

Auf welche Anzeichen sollte man als Elternteil also achten?

Schon im ersten Lebensjahr versuchen Babys normalerweise, durch Laute oder Gesten zu kommunizieren. Frühe Warnsignale können daher sein:

- Wenn ein Baby nicht versucht, Aufmerksamkeit zu bekommen;

- wenn es nicht beginnt, auf Dinge zu zeigen;
- wenn es nicht lächelt oder
- wenn es keinen Blickkontakt aufbaut und der Augenregion wenig Beachtung schenkt.

Auch bei Kleinkindern sollte man aufmerksam werden, wenn sie nicht versuchen, durch Gesten oder Blicke die Aufmerksamkeit zu erlangen, oder wenn sie Freude und Vergnügen nicht mit anderen teilen. Auch repetitive Verhaltensweisen können frühe Warnsignale sein.

Besonders wenn mehrere der folgenden Anzeichen auftreten, ist eine Abklärung notwendig. Das Kind:

- zeigt selten auf Dinge, um die Aufmerksamkeit dafür zu teilen.
- nutzt selten Blickkontakt, um Aufmerksamkeit zu bekommen oder zu teilen.
- reagiert nicht durchweg auf seinen Namen.
- lächelt vertraute Menschen von sich aus selten an.
- spricht nicht allein um des »sozialen Geplauders« willen, sondern um etwas mitzuteilen.
- spielt selten »So-tun-als-ob«-Spiele (z. B. das Kuscheltier füttern).
- konzentriert sich eher auf den Mund als auf die Augen, wenn man mit ihm spricht.
- zeigt wenig Interesse an anderen Kindern oder nimmt mit ihnen unangemessen Kontakt auf.

- spielt gerne allein.
- zeigt repetitive Bewegungen (z. B. schaukeln, drehen, mit den Händen flattern).
- ist extrem an bestimmten Dingen oder Tätigkeiten interessiert und regt sich auf, wenn es damit aufhören muss.
- hat Schwierigkeiten, Gefühle zu zeigen und Gefühle anderer zu verstehen.
- neigt zu Wutanfällen.
- reagiert überempfindlich auf Sinnesindrücke wie Geräusche (z. B. Staubsaugerlärm), Licht, Berührung (z. B. kratzige Kleidung, bestimmte Speisen).
- ist von manchen Sinneseindrücken fasziniert (z. B. streicht gern über bestimmte Oberflächen).

Anzeichen bei Schulkindern und Teenagern

Sobald das Kind älter wird, werden die sozialen Anforderungen komplexer. Besonders Auffälligkeiten im Sozialverhalten können daher auf das Asperger-Syndrom hindeuten. Etwa wenn das Kind sozial unreif und naiv ist oder sich kaum für die sozialen Aktivitäten der anderen Kinder interessiert. Da betroffene Kinder die sozialen Regeln intellektuell erfassen müssen, stehen sie in sozialen Situationen meist unter Anspannung und Stress. Sobald sie nach Hause kommen, sind sie daher oft angestrengt und müde. Im Schulkind-Alter zeigen sich bereits auch intensive Interessen. In den Interessengebieten kann das Kind dabei beachtliches Wissen anhäufen. Weitere Hinweise sind

ein Beharren auf Routinen und repetitive Verhaltensweisen, vor allem dann, wenn sich das Kind entspannt oder sehr konzentriert ist.

Ein Verdacht auf das Asperger-Syndrom sollte auch abgeklärt werden, wenn das Kind mehrere der folgenden Anzeichen zeigt. Das Kind:

- hat Schwierigkeiten, Freunde zu finden und sie zu behalten.
- tut sich schwer damit, auf andere Kinder zuzugehen.
- hat Schwierigkeiten, Körpersprache zu verstehen.
- spricht exzessiv über das eigene Interessensgebiet.
- beginnt selten ein Gespräch und hat Schwierigkeiten damit, ein Gespräch in Gang zu halten.
- grüßt nicht.
- wirkt schüchtern.
- spricht mit monotoner Stimme.
- vermeidet Blickkontakt oder starrt Menschen an.
- hat Probleme, die Gefühle anderer zu verstehen.
- kann sich lange Zeit allein beschäftigen.
- hat nur wenige, aber sehr intensive Interessen.
- hängt sehr an bestimmten Objekten.
- hat Schwierigkeiten mit Veränderungen.
- wirkt ernsthaft.
- ist überempfindlich gegenüber lauten Geräuschen, hellem Licht, unangenehmen Berührungsreizen.

Das Teenager-Alter ist eine Phase, in der Sozialkontakte eine dominierende Rolle einnehmen. Diese Zeit stellt für Kinder mit Asperger daher eine ganz besondere Herausforderung dar. Neben sozialen Schwierigkeiten macht oft zunehmend auch die Organisation und rechtzeitige Erledigung der Schulaufgaben Probleme.

Hinweise auf ein mögliches Asperger-Syndrom sind außerdem:

- Probleme, Freundschaften zu schließen
- Gefühl, nicht dazu zu passen
- geringes Selbstwertgefühl
- Schwierigkeiten mit nonverbaler Kommunikation
- das Kind ist unverhältnismäßig ängstlich und besorgt
- Schwarz-Weiß-Denken
- Bedürfnis, sich aus der Welt zurückzuziehen
- wenige sehr intensive Interessen
- das Tragen von bequemer statt modischer Kleidung
- empfindliche Reaktion auf Sinnesreize (z. B. das Kind empfindet Stress und Überforderung in lärmender Umgebung)

Anzeichen bei Erwachsenen

Das Asperger-Syndrom im Erwachsenenalter zu diagnostizieren, kann selbst für Fachleute schwierig sein. Denn erwachsene Asperger sind oft sehr gut darin, zu maskieren: Sie haben ein Leben lang gelernt, sich so zu verhalten, wie es erwartet wird. Frauen gelingt das in der Regel besser als Männern (siehe Seite 17).

Es reicht daher nicht aus, die Person nach ihrem Verhalten zu beurteilen, sondern es ist ebenso wichtig zu wissen, was in ihr vorgeht.

Will man wissen, ob man selbst vom Asperger-Syndrom betroffen ist, empfiehlt es sich, Berichte anderer Betroffener zu lesen. Wenn man sich in diesen Schilderungen wiederfindet oder Dinge ähnlich erlebt, kann das ein erster Hinweis sein. Was fast alle Asperger-Betroffenen eint, ist das Gefühl, anders zu sein, niemals so richtig dazuzugehören. Und das Gefühl, vor anderen Menschen die wahre Natur unterdrücken zu müssen und erst dann so sein zu können, wie man wirklich ist, wenn man allein ist.

Wenn zudem etliche der folgenden Anzeichen zutreffen, kann das auf das Asperger-Syndrom hindeuten. Dennoch, eine Diagnose kann immer nur durch Spezialisten erfolgen, die zunächst andere mögliche Ursachen für die geschilderten Symptome ausschließen.

- Das Knüpfen von Sozialkontakten wird als schwierig empfunden.
- Erschöpfung nach zu vielen Sozialkontakten und das Bedürfnis, sich zurückzuziehen.
- Unsicherheit im sozialen Umgang, soziale Regeln werden zu unflexibel angewandt.
- Weniger Freunde als andere haben, es fällt schwer, Freundschaften zu schließen und sie aufrechtzuerhalten.

- Small-Talk fällt schwer.
- In der Kommunikation sachlich und direkt, kann dabei unhöflich, kühl oder arrogant wirken; der Wunsch, dass andere einfach sagen, was sie meinen.
- Schwierigkeiten, nett und umgänglich zu kommunizieren: Es fällt schwer, Nettigkeiten auszutauschen, zu grüßen oder andere zu kritisieren, ohne dass es scharf und unfreundlich wirkt; es fällt auch schwer, Mitgefühl zu zeigen.
- Probleme mit der Gesprächsführung: Schwierigkeiten, eine Unterhaltung zu beginnen, diese aufrechtzuhalten oder zu beenden, das Thema zu wechseln; Tendenz zu monologisieren; am Telefon nicht zu wissen, wann man mit dem Sprechen dran ist.
- Die Sprechstimme kann monoton, bei Stress zu laut sein.
- Schwierigkeiten mit nonverbaler Kommunikation.
- Augenkontakt wird als unangenehm oder ablenkend empfunden, Worten wird mehr Bedeutung beigemessen als nonverbalen Signalen.
- Probleme, sich in andere Menschen hineinzusetzen; Schwierigkeiten, zu erkennen, was andere Menschen denken, vorhaben oder fühlen.
- Die eigenen Gefühle ungern zeigen, aber Probleme damit haben, sich negative Emotionen nicht anmerken zu lassen.
- Intensive, völlig einnehmende Interessen, mit denen man sich am liebsten den ganzen Tag beschäftigen würde.
- Vorliebe für Vorhersehbarkeit und Routinen, Probleme mit unerwarteten Änderungen.
- Schwierigkeiten, Aufgaben zu organisieren oder sich auf uninteressante Aufgaben zu konzentrieren; Bedürfnis, sich jeweils nur auf eine Sache zu konzentrieren.
- »Stims« (selbststimulierende repetitive Verhaltensweisen), die als angenehm und entspannend empfunden werden und die dabei helfen, sich zu konzentrieren und Stress abzubauen.
- Sensibel gegenüber Sinnesreizen (Geräusche, Gerüche, Licht, Berührungsreize); die Tendenz, immer das Gleiche zu essen, große Abneigung gegenüber unbequemer Kleidung.
- Wichtig ist, dass die Symptome seit der Kindheit bestehen.

Abweichende Symptome bei Mädchen und Frauen

Das Asperger-Syndrom wird etwa dreibis viermal häufiger bei Jungen und Männern als bei Mädchen und Frauen diagnostiziert.^{2,3} Möglicherweise sind Letztere durch ihre Biologie weniger anfällig für das autistische Spektrum. Unterschiedliche Anfälligkeiten erklären jedoch nicht, warum Mädchen auch bei gleich schweren Symptomen seltener und später eine Asperger-Diagnose erhalten als Jungen. Das liegt zum Teil daran, dass das Asperger-Syndrom lange Zeit als eine Störung angesehen wurde, die nahezu ausschließlich Jungen betrifft