

Ich denke anders

Ich leide unter einer leichten Form des Asperger-Autismus. Was heißt das? Nun, das offensichtlichste Merkmal am Asperger ist ein Mangel an sozialer Kompetenz, und viele Autisten haben ein Faible für technischen und naturwissenschaftlichen Kram, der sich bis zu einer Obsession entwickeln kann. Autisten mangelt es nicht am Verständnis des sozialen Miteinanders, ihnen fehlt es einfach am *intuitiven* Verständnis, wodurch sie in der Regel eigenbrödlerrisch oder schüchtern wirken, des öfteren auch unsozial.

Ich habe mir mehr oder minder bewusst über die Jahre hinweg viele Regeln des Umgangs mit anderen Menschen angeeignet, dennoch bin ich kaum in der Lage, mit anderen Menschen einfach nur Smalltalk zu führen. Jedes mal, wenn ich es versuche, ersticke ich entweder recht schnell die Thematik, oder bringe es fertig, das Gespräch auf ein eher technisches Thema umzulenken. Mit mehreren Menschen gleichzeitig zu reden ist für mich auch nicht ganz einfach – Autisten brauchen Struktur, und jeder Mensch ist bekanntlich einzigartig. Kombiniert man das mit der “sozialen Bewusstheit”, so ergibt sich logischerweise der Grund für dieses Problem: Autisten können nicht so schnell zwischen den verschiedenen Aufgabenstellungen wechseln, die die Kommunikation mit verschiedenen Menschen erfordert.

Und so ergeht es mir auch. Bei meiner Arbeitsstelle gibt es ein sogenanntes “Daily Standup”, bei dem unser Team kurz anreißt, wer was am vorigen Tag gemacht hat und was er heute vorhat. Wenn dabei eine Diskussion startet, so fällt es mir nach kurzer Zeit schwer, mich auf die Diskussion zu konzentrieren, denn jeder der Teilnehmer bringt seinen eigenen “Informationsdialekt” mit.

Und wo wir gerade bei Informationen sind: Weitere Merkmale von Autisten sind die gelegentliche Unfähigkeit, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden, und sich zu sehr auf die Details von Aufgaben zu konzentrieren. Von daher bin ich auch ein schlechter Witze- und Geschichtenerzähler: Ich kann nicht wirklich entscheiden, was jetzt für die Pointe wichtig ist und was nicht. Wahrscheinlich habe ich in diesem Text, den Sie gerade lesen, schon einiges unwichtiges erwähnt und einiges wichtiges vergessen.

Nun noch ein paar Tipps, wenn Sie mit Autisten in Kontakt sind:

- Das Gehirn von Autisten funktioniert anders – ein Autist wird Dinge auf eine Weise erledigen, die Sie nicht verstehen, und er wird Marotten haben, die Ihnen fremd sind. Fragen Sie ihn danach – auch wenn Sie ihm gelegentlich die Dinge “aus der Nase ziehen” müssen.

- Verzeihen Sie es dem Autisten, wenn er eher unpersönlich (also ohne “Du” und “Sie”) mit Ihnen redet – er kann schlecht entscheiden, wie nahe Sie zu ihm stehen.
- Verzeihen Sie es dem Autisten, wenn er plötzlich geistig und/oder körperlich abwesend ist – er braucht das Alleinsein und die Erholung vom “sozialen Stress”.
- Verzeihen Sie es dem Autisten, wenn er sich nicht an Namen oder Gesichter erinnert, oder das eine nicht mit dem anderen verknüpfen kann – es ist einfach nur ein weiteres Symptom von Autismus.
- Verzeihen Sie es dem Autisten, wenn er anmaßend, egoistisch oder unsozial erscheint – weisen Sie ihn darauf hin, sodass er neue soziale Regeln lernen kann.
- Achten Sie darauf, dem Autisten möglichst nur eine Aufgabe gleichzeitig zuzuweisen, und dass die Tagesstruktur möglichst gleich aussieht.
- Autisten sind generell schlecht darin, in den Gesichtern anderer Menschen und “zwischen den Zeilen” zu lesen – weisen Sie sie auf Ihre Gefühle hin, jedoch ohne ihn anzufahren. Mit der Zeit wird es besser.
- Verzeihen Sie es dem Autisten, wenn er bei größeren Menschenansammlungen nicht dabei ist oder schnell wieder verschwindet – für einen Autisten kann eine solche “soziale Reizüberflutung” die reine Hölle sein. Er wird lieber mit zwei oder drei Freunden in einer ruhigen Kneipe ein Bier trinken.
- Und ein wichtiger, letzter Punkt: Machen Sie es etwas offensichtlicher klar, wenn Sie einen Autisten mögen und mit ihm flirten, und halten Sie lange durch – er wird Sie wahrscheinlich mehr lieben, als Sie sich das vorstellen können (auch wenn er es nicht zeigt), aber es braucht seine Zeit, bis er sich dazu entschließt, auf Sie einzugehen.