

# **Gestaltung und Unterschiede in der therapeutischen Arbeit bei Mädchen und Frauen**

**Fachtag Autismus, Stiftung Liebenau**

Matthias Huber

25.01.2020

## Wahrnehmung: Unterschiedliche Präferenzen

<p><b><u>NT-Menschen</u></b> («Um was geht es?»)         </p> <p>Präferenz für <b>Überblick</b></p>	<p><b><u>ASS-Menschen</u></b> («Was, wieviel, wann, wie... hat es?»)         </p> <p>Präferenz für <b>Konkretes</b></p>
<p>Präferenz für <b>Verknüpfungen</b> zu bisher Erlebtem (retrospektiv-lastige Assoziationsinduzierung) <i>Erkennen von Analogien</i></p>	<p>Präferenz für unabhängige, in sich stimmige <b>Details</b> (Assoziationen am momentanen Gegenstand – ev. «1 zu 1-Detail-Verknüpf.») <i>Erkennen von Unterschieden</i></p>
<p>Präferenz für <b>relevantes</b> und für <b>soziale Gesetzmässigkeiten</b></p>	<p>Präferenz für <b>relevantes <u>und</u> irrelevantes</b></p>
<p>Präferenz, soziale Skripts <b>abzuspeichern</b></p>	<p>Präferenz für <b>(physikalische) Gesetzmässigkeiten</b> («Bleistift auf Boden»)</p>
<p>Präferenz für <b>unterschiedliche Genauigkeitstypen</b></p>	<p>Präferenz für <b>Korrektheit, Genauigkeit</b> («Wir waren 127 Kinder im Chor»)</p>

# Was Psychotherapie nicht kann:

- Autismus «heilen» (Neurotypische Menschen kann man auch nicht heilen)
- Etwas sinnvolles ausrichten, wenn das Gegenüber nicht will
- Gleichzeitig mehrere Bereiche angehen/thematisieren wollen

Schule: «Sie soll weniger vergesslich sein»

Eltern: «Sie soll weniger ausrasten»

Heilpädagogin: «Sie sollte etwas weniger ablehnend sein»

## **Effektiver:**

*Was möchtest du, A. mit Autismus?*

## **Weiss nicht.**

*Dann schlage ich ein Thema vor und du überprüfst, ob das nützlich sein könnte.*

# Wissen über:

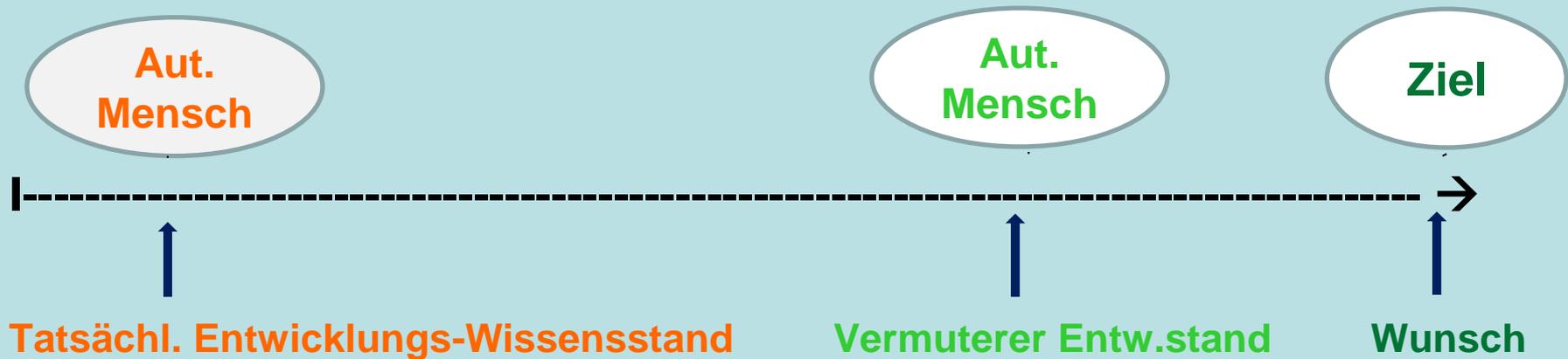
- **Was macht ein Psychotherapeut, eine Psychotherapeutin: Sein/ihr Profil**
- **Welchen Sinn könnte Psychotherapie haben?**
  - *Der Sinn wird oft erst im Verlauf zugänglich/erkennbar* («weiss doch schon alles»)
- **Was darf man denn so machen als Mädchen/Frau mit Autismus in einer Psychotherapie?**

Beispiele von Verhaltensmöglichkeiten benennen:

  - Etwas lustiges, spannendes, langweiliges, wichtiges, unwichtiges erzählen

# Therapeutische Anforderungen der Umwelt: zu hoch

- Umwelt erkennt nicht, wieviel und welche Strukturen, Wissen und Erfahrungen erst aufgebaut werden müsste, damit Ziele erreicht werden können
- Zeit!



# Mädchen und Frauen mit Asperger-Syndrom

## Mögliche Unterschiede:

### ➤ Spezialinteressen:

teilw. andere und andere Schwerpunkte:

Brauchtumpflege, Pinguine, Pferde, Lesen (Sachbücher und Fantasie) vs. Handys, Astrophysik

- Rollenspiele (Theater spielen, etwas nachahmen, nachspielen: «Oh, mein Gott!»)
- Introspektion (was weiss ich über mich?)
- Nicht auffallen wollen (Bonbon essen am Tisch...)
- Negieren, Relativieren (Probleme? «kenne ich nicht, ist bei mir nicht so)
- Blockieren, Abwehren («ist mir zu blöd, bringt mir nichts»)
- Interesse am sozialen Wissen (Beobachten sozialer Situationen, abwarten)

# Mädchen und Frauen mit Asperger-Syndrom ff.

## Mögliche Unterschiede ff.:

- die Einen: Agieren wenig, reagieren viel
  - wirken u.U. unauffällig
- die Anderen: Agieren viel und reagieren viel
  - wirken u.U. sozial kompetent
- die Dritten: Agieren wenig, reagieren wenig
  - wirken u.U. unmotiviert, beeinträchtigt

## Zum Beispiel:

1. **«Ich habe meine Tierbücher, mehr brauche ich nicht»**
2. **«Ich weiss nicht wer ich bin, ich habe kein richtiges Ich»**
3. **«Die Welt ist zu anstrengend, ich kann nicht mehr»**
4. **«Was haben die denn Alle? Ich bin völlig normal»**

# 1. «Ich habe meine Tierbücher, mehr brauche ich nicht»

**Was könnte das Mädchen/die junge Frau brauchen?**

**Appell:**

«Bitte nicht stören!»

«Ich will genug Zeit haben für mich!»

«Nicht abschweifen, es geht doch um Tiere.»

**Kognition:**

**«Ist doch alles ok»**

- selbstgenügsam
- Monologische Zufriedenheit
- Autodidaktisch vorgehend
- selbstständig im Bereich der Spezialgebiete Tierbücher

# 1. «Ich habe meine Tierbücher, mehr brauche ich nicht»

## Zugang:

- Nur, falls du einmal wissen möchtest, wie es ist mit anderen Mädchen/Jungen zu spielen...

## Therapeutische Überlegungen:

- Therapie ja oder nein?
- Wie nimmt die Umgebung den Alltag und mögliche Erschwernisse wahr?  
Familie, Geschwister, Schule, Arbeitsplatz?

## 2. «Ich weiss nicht wer ich bin - ich habe kein Ich»

**Was könnte das Mädchen/die junge Frau brauchen?**

**Appell:**

- «Ich darf nicht los lassen, ich darf nicht locker lassen!»
- «Ich muss mitmachen»
- «Ich darf nicht nein sagen, sonst werde ich nicht mehr eingeladen»
- «Ich muss eine Maske aufsetzen»
- «Die schauen mich alle so komisch an»

**Kognition:**

**«Ich bin nicht sicher, aber ich muss!»**

- In ständiger Unsicherheit

## 2. «Ich weiss nicht wer ich bin - ich habe kein Ich»

### Kognition ff.:

- Hoher Anpassungsdruck
- Höchste Anpassung in Verbindung mit höchster Anstrengung
- Vermeintliche Perspektive der anderen Menschen einnehmend
- Eigene Perspektive kann nicht eingenommen werden
- Mitmachen vor Abblocken
- Fehlendes Wissen, wie man auch noch sein könnte
- Fehlendes Wissen, wie andere Mädchen/Frauen sind: Was ist überhaupt «normal»?
- Wie kommuniziert man, ohne sich gleich ins Abseits zu manövrieren?

## 2. «Ich weiss nicht wer ich bin - ich habe kein Ich»

### Zugang:

- Was möchtest du denn, wenn du dich nicht anstrengen müsstest?
- Wie merkt man was man möchte

### Therapeutische Überlegungen:

- Modelllernen (wie machen es andere mit und ohne AS)
- z.B.: Asperger-Syndrom – was bedeutet das für mich (von Faherty)
- z.B.: Schattenspringer als Vergleich

### 3. «Die Welt ist zu anstrengend, ich kann nicht mehr»

**Was könnte das Mädchen/die junge Frau brauchen?**

**Appell:**

«Ich möchte nur noch schlafen»

«Ich möchte nicht mehr aus dem Zimmer kommen»

«Esst ohne mich»

**Kognition:**

- Höchstmass an Anpassung...und keiner merkt's
- Viele Missverständnisse, die nicht einfach aufgelöst werden können
- Fast in allen Systemen überlastet (Schule, Ausbildung, Familie, Freundschaften)
- «Ich gebe mir derart viel Mühe, aber es nützt nichts»
- «Ich bin einsam»

### 3. «Die Welt ist zu anstrengend, ich kann nicht mehr»

- Entweder zu überhastig oder langsamer
- Viel Druck, den stereotypem Vorstellungen der Gesellschaft zu genügen

#### Zugang:

- Wer sagt das?
- Wo haben Sie das gelesen, dass man das alles muss?
- Das Leben muss nicht so anstrengend sein
- Es darf weniger anstrengend sein
- Wir helfen dir

### 3. «Die Welt ist zu anstrengend, ich kann nicht mehr»

#### Therapeutische Überlegungen:

Therapieraum als Ort kann sein:

- Erholungsraum (durchatmen, Tee trinken)
- Mädchen/junge Frau: verlangsamt ist oder zu hastig, schnell
- Alles verlangsamen, um überhaupt ans eigenen Denken und die Gefühle zu kommen

#### TherapeutIn:

- Nicht sofort mit Antworten hinein schießen
- Sich Zeit nehmen und laut denken bis zum Antworten
- den Antworten des Mädchens/der Frau Raum lassen, einfach da in der Luft zu sein

## 4. «Was haben die denn Alle? Ich bin völlig normal»

### Appell:

- «Lasst mich in Ruhe»
- «Über Autismus möchte ich nichts hören»
- «Ihr übertreibt»
- «Das habe ich nicht»
- «Ich bin wütend»
- «Ihr müsst euch an meine Regeln halten»

### Kognition:

**«Die wollen mich schlecht machen»**

## 4. «Was haben die denn Alle? Ich bin völlig normal»

### **Kognition ff.:**

- AS ist etwas schlechtes, weil man die Schwierigkeiten damit erklärt, nicht die Fähigkeiten
- Die wollen mir etwas anhängen
- Wenn das jemand erfährt, bin ich abgeschrieben /versteckter Leidensdruck
- Ich will nichts von euch, ihr wollt etwas von mir

### **Zugang:**

- Mich interessiert nicht, was du alles nicht kannst, sondern was du kannst
- Was dir Spass macht
- Womit du dich gerne beschäftigst
- Andere Mädchen mit AS

## 4. «Was haben die denn Alle? Ich bin völlig normal»

### Therapeutische Überlegungen:

- Über was denkst du gerne nach?
- Was möchtest du einmal ausprobieren?
- Was machen andere Menschen, dass dich wütend macht?
- Wer macht dich nicht wütend?
- Wer bringt dich manchmal zum lachen?