

Zweifachen Reizflut und Ehrlichkeit

Interaktives Podium zum Thema Autismus im Zeughaus hilft, die Krankheit besser zu verstehen



Für mehr Verständnis und Akzeptanz neurodivergenter Menschen in der Gesellschaft sorgen Anja Roßmeier, Marina Pesa, Christian Moritz, Sebastian Kovac und Severin Plankl (v.l.)

– Foto: Larissa Ivanko

Von Larissa Ivanko

An diesem Abend im Passauer ist spürbar: Es geht nicht um eine klassische Podiumsdiskussion. Es geht nicht darum, nur zuzuhören. Es geht darum, zu begreifen. Über 100 Menschen strömen in den Veranstaltungsraum, immer mehr Stühle werden dazugestellt. Manche Gäste holen sich noch schnell ein Getränk, andere suchen sich einen Platz in der Nähe der Bühne. Dort steht bereits eine große Couch, daneben bequeme Sessel, wie ein Wohnzimmergefühl, das sich über den ganzen Abend hinweg halten wird. Und das ist bewusst so gedacht. Die interaktive Talkrunde mit dem Titel „Meine eigene Welt – Autismus besser verstehen“, organisiert vom Netzwerk Autismus Niederbayern, Momentum und dem Zeughaus, will mehr als informieren. Sie will das Unsichtbare sichtbar machen.

Fünf große Themenblöcke strukturieren den Abend, jeder davon eingeleitet durch Filmszenen, unter anderem aus der Serie „The Good Doctor“. Was auf der Leinwand beginnt, geht über in echte Erfahrungsberichte, präzise fachliche Erläuterungen und lebendige Diskussionen. Die beiden Hauptgäste: Marina Pesa und Sebastian Kovac. Beide leben mit einer Autismus-Spektrum-Störung (ASS) und beide erzählen an diesem Abend offen, authentisch und klug von ihrem Leben. Begleitet werden sie von Anja Roßmeier vom Netzwerk Antisima und Severin Plankl von Momentum. Mo-

tian Moritz, der vor einigen Jahren erblindete. Sein Blick auf das Thema ist ein besonderer, empathischer; er führt mit ruhiger, einfühlsamer Stimme durch die Veranstaltung.

Bedürfnis nach Ordnung und Klarheit

Der erste Clip zeigt eine Figur, die ihr Essen akribisch voneinander trennt. Nichts darf sich berühren. Als die Szene endet, sieht man Marina schon lächeln. „Ich habe mich in dieser Szene zum ersten Mal richtig gesehen gefühlt“, sagt sie. „Das passiert nicht oft.“ Dass Serien wie „The Good Doctor“ solche Momente zeigen, bedeutet für sie mehr als nur Repräsentation. Es ist eine Art Wiedererkennung, die selten ist und deshalb so kostbar. Sebastian nickt. Er kennt das Bedürfnis nach Ordnung ganz genau. „Wenn auf meinem Teller Fischstäbchen, Spinat und Kartoffelpüree liegen und sich das vermischt dann geht gar nichts mehr. Ich brauche drei Teller, das ist einfach so.“ Es geht um Struktur, um Routinen, um Kontrolle in einer Welt, die oft zu viel verlangt. Anja Roßmeier erklärt, dass dieses Bedürfnis nach Klarheit ein zentraler Bestandteil für viele autistische Menschen sei. Ob es die Farbe eines Lebensmittels ist, die Temperatur, der Geräuschpegel oder der Ablauf, jedes Detail kann entscheidend sein. Marina erzählt, dass sie sich sogar vorher überlegt hat, mit welchem Fuß sie die Büh-

für links entschieden. Dann muss ich das nächste Mal nicht mehr überlegen. Das macht's einfacher.“ Was für viele spontan und intuitiv geschieht, ist für Menschen im Spektrum oft eine bewusste Entscheidung, also eine kognitive Leistung. Und genau das ist einer der Kernpunkte des Abends: Dinge, die „neurotypisch“ selbstverständlich sind, bedeuten für andere enorme Anstrengung.

Der nächste Film spielt am Flughafen: Menschenmengen, grelles Licht, laute Stimmen. Für viele ist das ein stressiger Ort, und besonders für Menschen mit Autismus kann er zur Überforderung werden. Reize treffen ungefiltert aufeinander, lassen keinen Raum zum Sortieren. Marina spricht offen darüber. „Manchmal muss ich einfach schreien, um das alles loszuwerden.“ Severin Plankl erklärt, dass Menschen mit Autismus oft keine Filter für Reize haben. Während neurotypische Menschen sich auf ein Gespräch konzentrieren, hören Menschen im Spektrum alles gleichzeitig wie beispielsweise die Person vor ihnen, das Gespräch in der zweiten Reihe, das Brummen der Heizung, das Klicken eines Kugelschreibers. Gerade in der Schule sei das oft ein Problem. Marina formuliert es deutlich: „Inklusion ist oft nur ein Wort. In der Realität bedeutet es für uns: Störfaktor.“

Aus dem Publikum kommt die Frage, warum Diagnosen häufig erst im Erwachsenenalter gestellt werden. Die Antwort der Fachkräfte ist eindeutig, denn das

le Auffälligkeiten schlicht nicht erkannt oder falsch gedeutet werden.

Im dritten Block geht es um sogenannte Meltdowns, also um emotionale Überreaktionen, die entstehen, wenn der Stresspegel zu hoch wird. Der Film zeigt ein Kind beim Puzzeln. Ein Teil fehlt, das Kind schreit, wird panisch. „Das ist kein Wutanfall“, betont Roßmeier, „sondern eher eine Überforderung des Systems.“ Marina spricht über ihre eigene Art, mit emotionalem Stress umzugehen. „Ich weine selten. Aber wenn andere oft weinen, finde ich das nicht schlimm. Ich verurteile das nicht. Aber umgekehrt passiert das leider oft.“ Sie bittet um mehr Verständnis für Menschen, die anders reagieren als erwartet, nicht weniger sensibel, nur anders. Die Frage aus dem Publikum, was man bei einem Meltdown tun kann, der zum Beispiel im Kindergarten stattfindet, wird ernsthaft diskutiert. Die Antwort ist nicht einfach zu geben, da es bei jedem unterschiedlich ist. Nicht reden, keine Anforderungen stellen, nicht berühren, wenn möglich das Kind oder die Gruppe aus der Situation holen. Jeder zusätzliche Reiz kann die Lage verschärfen. Am besten spricht man davor mit der betroffenen Person und vereinbart gewisse Handlungsmöglichkeiten.

Der vierte Film zeigt eine Szene mit einem Gespräch, das stockt. Die Figur tut sich schwer mit Smalltalk, mit Emotionen, mit

sich darin sofort wieder. „Wir fühlen anders. Deshalb ist es schwer, eure Gefühle zu verstehen. Oder zu erkennen, was ihr wirklich meint.“ Die Unterscheidung zwischen Sprache und Kommunikation spielt eine große Rolle. Roßmeier und Plankl erklären: „Kommunikation geht auch ohne Worte.“

Einordnen von Gefühlen fällt schwer

Aber das Einordnen von Gefühlen und Absichten ist oft schwer, denn Tränen können von Freude oder Schmerz kommen. Der Kontext fehlt.“ Sebastian sagt: „Ich bin ehrlich – und ich erwarte das auch von anderen.“ Genau das führt aber oft zu Missverständnissen. Menschen mit Autismus werden als unhöflich empfunden oder missverstanden. Gleichzeitig sind sie oft Ziel von Mobbing, weil sie Ironie und Andeutungen nicht immer richtig deuten. Es geht aber auch tiefer. Marina beschreibt, wie schwierig es manchmal ist, überhaupt zu spüren, was man selbst fühlt. „Manchmal spüren wir eure Gefühle so stark, dass wir unsere eigenen kaum mehr erkennen“, sagt sie. Der Raum ist still. Und man merkt: Jetzt begreifen es viele erst wirklich. Im letzten Block klärt Marina mit Nachdruck über einen weitverbreiteten Irrtum auf: „Es gibt kein ein bisschen oder sehr autistisch. Man ist autistisch oder nicht, so wie man schwanger oder nicht schwanger

sitzt.“ „Das Spektrum bedeutet: Wir haben unterschiedliche Stärken und Schwierigkeiten, dennoch sind wir aber alle autistisch.“ Gegen Ende ergreift Anja Roßmeier noch einmal das Wort und spricht für jene, die an diesem Abend nicht auf der Bühne stehen konnten. „Etwa die Hälfte der autistischen Menschen ist nicht sprechend. Viele leben mit kognitiven Beeinträchtigungen, viele Familien sind am Limit. Es fehlen Wohnplätze, Förderangebote, Fachkräfte. Diese Menschen und ihre Angehörigen werden oft allein gelassen.“ Es sei an der Zeit, dass nicht nur geredet, sondern gehandelt werde. Dass nicht nur über Inklusion gesprochen, sondern Strukturen geschaffen werden. Es brauche dringend mehr Unterstützungsangebote und mehr gesellschaftliche Verantwortung.

Moderator Christian Moritz bedankt sich schließlich bei allen Gästen, allen Zuhörenden, allen Mitwirkenden. „Ich wurde ins kalte Wasser geworfen“, sagt er lachend, „aber ich habe wahnsinnig viel gelernt.“ Auch im Publikum bleibt kaum jemand unberührt. Viele gehen nach der Veranstaltung noch nach vorne, suchen das Gespräch mit Marina, Sebastian oder den Fachleuten. Am Ende sagt Marina einen Satz, der bleibt: „Ich wünsche mir, dass wir alle versuchen, die Welt ein kleines Stück besser zu machen.“ Nach diesem Abend scheint das ein bisschen realistischer geworden