

1 [0:00:03] : Mark Benecke

Sowohl dieser Begriff der Folter, der jetzt auch garantiert empörte Zuschriften an den Sender hier hervorrufen wird als auch der Begriff dieser Umwandlungs-Behandlungen, der ist, der ist leider messbar, zutreffend, sachlich.

2 [0:00:17] : Daniela Schreiter

Wie bis jetzt behindert? Wie soll das jetzt weitergehen mit einem Leben? So nach dem Motto.

2 [0:00:27] : Beccs Runge

Ich bin nicht binär. Pflegebedürftig und schwerbehindert

Hast du schon mal versucht, dem Kontext offen damit umzugehen, Bewerbungsschreiben zu machen?

3 [0:00:39] : Host Laura

Hi und willkommen zur Tabularasa dem Anti Tabu Podcast in der ARD Audiothek. Das waren eben Daniela Schreiter alias Fuchskind, Dr. Mark Benecke, Deutschlands wohl bekanntester Kriminalbiologe. Und was die wenigsten wissen, ein Experte im Thema Autismus und Beccs Runge. Beck's ist Aktivist\*in für Inklusion und Gendergerechtigkeit und berät Unternehmen zu diesen Themen. Ich bin Laura Autist und habe diese Folge recherchiert. Mir gegenüber sitzt Katharina, und sie wird meine Recherchen heute zum ersten Mal.

Co-Host Katharina:

Hello Laura!

Host Laura:

Schön, dass du da bist. Hattest du schon mal Berührungspunkte mit dem Thema Autismus? Auch, wenn ich jetzt Autismus typisch direkt so einsteige?

4 [0:01:14] : Co-Host Katharina:

Ich habe einen Berührungspunkt, das ist meine Schulzeit. Da gab es ein paar Klassenstufen unter uns, ein Geschwisterpaar, zwei Brüder, zwei Zwillinge, die autistisch waren. An die kann ich mich erinnern, aber sind mir deshalb mir so im Gedächtnis, weil die beiden, also sie haben so komplett in einer anderen Welt gelebt. Ich weiß aber, dass das allein nicht Autismus heißt und jetzt wie die beiden zum Beispiel immer in so einer Dino-Welt leben.

5 [0:01:42] : Host Laura:

Also ich könnte mir vorstellen, dass du noch viele weitere Berührungspunkte mit dem Thema hattest. Es, aber dazu kommen wir gleich. Das Ding mit Autismus ist, das ist ein super komplexes Thema. Und auch wenn das Thema medial schon seit Langem immer wieder präsent ist und jetzt auch gerade aus Social Media immer wieder hochkommt, gibt es ganz viele Tabus, die sich darum drehen.

Im Intro hast Du Becks gehört. Becks ist Autist\*in und trans und non-binär. Becks Pronomen sind "es" oder "nims". Mark Benecke hast du ja auch bereits im Intro gehört und den kennst du vermutlich, oder?

6 [0:02:10] : Co-Host Katharina:

Ich kann nicht umfänglich seinen Lebenslauf sagen. Aber der Name ist ein sehr großer.

5 [0:02:14] :Host Laura:

Als Forensiker ist Mark ein absolutes Phänomen. Ich habe mit ihm für diese Folge aber in einer ganz anderen Funktion gesprochen, nämlich als Vorstandsmitglied des White Unicorn e. V. Einem Forschungsverbund, der sich für eine autistenfreundlichere Umwelt einsetzt und es sich unter anderem zur Aufgabe gemacht hat, bei der Forschung zum Thema Autismus auch autistische Stimmen einzubeziehen.

7 [0:02:32] :Co-Host Katharina:

Das ist ja eigentlich auch ein Witz, dass man bei der Forschung mal zu einem Thema die Leute befragt, die es betrifft.

5 [0:02:39] :

Bei dem Interview wurde ich übrigens total überrascht, was mich offen gesagt am Anfang ein wenig überfordert hat, aber eigentlich supercool war: Nämlich war Marks Frau Ines Benecke. Sie ist TätowiererIn und klärt mit Marc auch gemeinsam auf ihren Social-Media-Accounts über Autismus auf. Und die war plötzlich mit im Interview. Und so hatte ich gleichzeitig einmal den Experten und einmal eine Betroffenen-Perspektive. Und ich muss sagen, die zwei waren noch einfach supercool miteinander. Also, das hat wirklich großen Spaß gemacht. Und die weitere Person, die dem Intro gehört hast, ist Daniela Schreiter alias Fuchskind. Daniela ist Comiczeichnerin und ich bin großer Fan und war sehr glücklich, mit ihr sprechen zu dürfen. Sehr cool

8 [0:03:18] : Daniela Schreiter

Autistic Hero Girl ist eine Figur, die ich erfunden habe und die quasi ich selbst bin. Und zwar habe ich in dem Comic mich als Superheldin gezeichnet, um zu zeigen, dass simple Alltagsdinge, wie ich schon geschrieben habe, wie einkaufen oder mit Freunden treffen. Schon Handlungen sind, die unglaublich viel Kraft kosten und einfach schon eine Superheldentat sind

9 [0:03:47] : Host Laura

Autistic Hero Girl i Girl ist eben auch ein Comic von Daniela, genau wie die Schattenspringer -Reihe, indem sie autobiografisch über ihr Leben schreibt. Ich habe ja eben schon angedeutet, dass mehrere Berührungspunkte mit dem Thema Autismus haben können.

Co-Host Katharina:

Ja, ich bin gespannt, wie du da diese Fäden ziehst.

Host Laura

Autisten sind nämlich nicht erst seit Social Media ein interessantes Thema. Das ist nämlich schon spätestens seit Rain Man 1988 in die Kinos kam, scheinbar interessant für Menschen.

Hast du Rain Man gesehen?

Co-Host Katharina:

Nein, habe ich nicht, ich dachte gerade schon, muss man den kennen? Ich kenne ihn nicht.

Host Laura

Also ich persönlich finde das gar nicht schlimm. Ich finde den offen gesagt sehr überbewertet. Viele mögen den Film, aber das natürlich auch immer Geschmackssache. Kurz gesagt geht es um einen autistischen, Inselbegabten. Menschen mit so einer Begabung nennt man übrigens Savant und seinen Bruder. Rain Man, das ist der Autist in der Geschichte, kann unglaublich gut mit Zahlen umgehen. Er ist krass das Mathe-Genie, aber sozial super unbeholfen.

Weißt du, was eine Inselbegabung ist?

Co-Host Katharina:

Dass man eine Sache besonders gut kann?

Host Laura

Eine Inselbegabung bezeichnet halt besondere Fähigkeiten von ganz, ganz wenigen Menschen. Und das kann jetzt nicht nur Mathe sein. Das kann auch ein krass fotografisches Gedächtnis sein oder zeichnen. Und das Krasse ist, dass diese Menschen halt oft in allem anderen wirklich krasse Einschränkungen haben.

Co-Host Katharina:

Aber in einer Sache sind Sie halt das Brain.

Host Laura

Der Film beruht tatsächlich auf einer wahren Geschichte, und zwar oft der von Kim Peek, der tatsächlich ein Inselbegabter war. Allerdings war er kein Autist.

**10 [0:05:11]:** Host Laura

Trotzdem wurde die Figur im Film als Autist dargestellt, obwohl die Person, auf der sie basiert, eigentlich gar nichts mit Autismus zu tun hatte. „Rain Man“ hat sich trotzdem als Paradebeispiel für Autismus in den Köpfen der Menschen festgesetzt. Das führt oft dazu, dass Autist:innen mit solchen Vorurteilen konfrontiert werden.

Wenn ich zum Beispiel sage, dass ich autistisch bin, kommt oft die Erwartung: „Oh, kannst du mal dies oder das?“ – als ob man einen „Zirkustrick“ erwartet. Aber ich muss euch enttäuschen, Leute: Ich hatte nur eine 6 in meiner Abi-Prüfung in Mathe und kein fotografisches Gedächtnis. Es ist also ein Irrglaube, dass Autismus automatisch bestimmte

Fähigkeiten bedeutet. Aber ich kann dir erklären, warum das so oft damit verbunden wird: Viele Autist:innen haben sogenannte Spezialinteressen.

Du hast ja eben von den Jungs mit ihren Dinos gesprochen.

Dinos sind auch ein krasses Beispiel. Das hatte ich als Kind auch.

Es gibt oft bei Autist:innen oft diese eine Sache, mit der sie sich unfassbar viel beschäftigen. Wo ihr ganzer Fokus darauf liegt und wo sie dann natürlich dadurch, dass sie sich so viel damit beschäftigen, unfassbar gut darin werden können.

Co-Host Katharina:

Die dann auch einfach zum alles darüber wissen.

Host Laura

Aber das bleibt halt, desto trotz, eine erlernte Fähigkeit.

Co-Host Katharina:

Man ist halt kein angeborener Dino-Forscher.

Host Laura

Aber ich bin mir sicher, du kannst noch einen anderen medialen Autisten.

Hast du eine Ahnung, wer das sein könnte?

Co-Host Katharina:

Also ich muss ganz ehrlich sagen, auf Anhieb, nein.

Host Laura

Dann zeige ich dir jetzt was?

**13 [0:07:00]:** Co-Host Katharina:

Sheldon Cooper natürlich! Das Physik-Brain aus „The Big Bang Theory“.

Jetzt, wo du es sagst und wir über die Merkmale von Autismus gesprochen haben, sehe ich den Zusammenhang auch.

Sheldon hat tatsächlich ein paar außergewöhnliche Fähigkeiten. In manchen Dingen ist er extrem gut, in anderen sehr speziell – besonders im sozialen Umgang. Trotzdem hätte ich ihn nicht sofort als Autisten erkannt.

**14 [0:07:38]:** Host Laura

Es wurde auch nie offiziell gesagt, dass Sheldon autistisch ist. Aber viele in der Community haben das gesehen, und im Internet war schnell klar, dass Sheldon Autismusmerkmale aufweist. Seine Verhaltensweisen – das Festhalten an Regeln, das Bestehen auf Strukturen und sein intensives Interesse an seiner Forschung – spiegeln Merkmale von Autismus wider. Aber es gibt ein Problem mit Sheldons Darstellung.

**16 [0:08:43]:** Beccs Runge:

Stell dir vor, du bist erkältet und erwartest, dass deine Nachbarin dir Suppe bringt und dich ins Bett bringt. Meine Nachbarinnen würden mich eher fragen, was ich genommen habe, wenn ich das verlangen würde.

**17 [0:08:52]:** Co-Host Katharina:

Genau, Sheldon ist schon sehr eigen in seiner Art und oft grenzüberschreitend.

Host Laura

Sein Autismus erklärt aber nicht sein übergriffiges Verhalten. Im echten Leben passiert es leider oft, dass Diagnosen als Entschuldigung für schlechtes Verhalten genutzt werden. Das haben wir kürzlich bei der Influencerin Anni The Duck gesehen. Hast du den Shitstorm mitbekommen?

**18 [0:09:10]:** Co-Host Katharina:

Nicht im Detail. Erzähl mal!

**17 [0:09:14]:** Host Laura

Anni The Duck ist eine große Influencerin im Bereich Cosplay. Mehrere enge Freunde und Ex-Partner warfen ihr öffentlich vor, emotional manipulativ und eine schwierige Chefin gewesen zu sein. Sie entschuldigte sich und erwähnte gleichzeitig, dass eine Autismus-Diagnose bei ihr im Raum steht. Doch viele vergessen: Man kann Autist sein und trotzdem ein Arsch.

**19 [0:09:49]:** Co-Host Katharina:

Man kann auch Autist sein und ein guter Mensch oder eben kein guter Mensch – das hängt nicht zusammen.

**20 [0:09:57]:** Host Laura

Stell dir vor, ich würde dich richtig mies behandeln, und wenn du fragst, was los ist, würde ich einfach sagen: „Sorry, ich bin autistisch, kann nichts dafür.“

**21 [0:10:11]:** Co-Host Katharina:

Das wäre auch unfair gegenüber anderen. Gerade für Menschen wie mich, die wenig Berührungspunkte mit Autismus haben, ist es schwierig. Ich habe oft das Gefühl, etwas falsch zu machen. Wenn dann jemand sagt: „Ich bin Autist“, um schlechtes Verhalten zu rechtfertigen, weiß ich gar nicht, wie ich reagieren soll.

**22 [0:10:35] : Host Laura**

Das ist auch schlecht für andere Autist:innen. Wenn schlechtes Verhalten mit Autismus entschuldigt wird, denken andere Menschen, dass Autist:innen generell so sind. Wie gesagt, eine Diagnose ist höchstens eine Erklärung, aber keine Entschuldigung.

15 [0:10:56]: Host Laura

Viele Autist:innen bekommen ihre Diagnose erst im Erwachsenenalter. So war es auch bei Beccs:.

Beccs: "Ich war tatsächlich Anfang 20, was immer noch vergleichsweise jung ist im Bereich der spät diagnostizierten FLINTA-Personen."

Ich habe aber auch eine einzigartige Geschichte diesbezüglich.

17 [0:11:17]:

"Die Person, die meine Transgeschlechtlichkeit diagnostiziert hat, hat mir einen Test zum Thema Autismus mitgegeben und gesagt: 'Ich darf das nicht diagnostizieren, aber ich habe irgendwie so ein Bauchgefühl. Könntest du den Test vielleicht mal ausfüllen?' Also habe ich den Test ausgefüllt, und mein Score war sehr hoch. Sie hat mich dann weitervermittelt und gesagt, ich solle am besten jemanden suchen, der auf Diagnosen bei Erwachsenen spezialisiert ist. Das heißt, ich gehöre zu den wenigen Leuten, die gar nicht wegen eines Verdachts auf Autismus den Weg zur Diagnose gegangen sind, sondern eher durch einen Zufall im Zusammenhang mit meiner Transgeschlechtlichkeit darauf gestoßen wurden."

4 [0:12:05]: Co-Host Katharina:

Es ist schon krass und kompliziert, so etwas zu diagnostizieren. Mir war nicht bewusst, dass das so verwirrend ist, und ich wusste auch nicht, dass bestimmte Ärzt\*innen das gar nicht diagnostizieren dürfen. Es gibt also wirklich Einschränkungen, wer das machen darf.

18 [0:12:23]: Host Laura

Ja, genau, es gibt viele Hürden. Je nachdem, wo du wohnst, musst du oft sehr lange suchen und wirst mit superlangen Wartezeiten von bis zu zwei Jahren konfrontiert, bevor du so eine Diagnose bekommst. Es ist wirklich ein Kraftakt.

4 [0:12:33]: Co-Host Katharina:

Und das ist ja erst einmal eine riesige Überwindung – sich selbst überhaupt einzugestehen: 'Ich gehe diesen Schritt, ich möchte wissen, wo ich hingehöre.' Das braucht Mut. Allein diese Überwindung loszugehen und zu sagen: 'Ich mache das jetzt, ich suche mir einen *Arzt/Ärztin*, mit der\*dem ich darüber sprechen kann, um etwas mehr Klarheit zu gewinnen.' Und dann auf so eine ewig lange Warteliste zu kommen, das ist ja auch total kräftezehrend."

18 [0:13:05]:

Host Laura

Ja, auf jeden Fall. Auch Daniela Schreiter, alias Fuchskind, die Comiczeichnerin, über die wir gesprochen haben, war bereits 27 Jahre alt, als sie ihre Diagnose erhielt. Dass sie jedoch anders ist als die anderen, war ihr schon viel früher klar.

19 [0:13:22]: Daniela Schreiter:

"Das Gefühl, anders zu sein, hatte ich, seit ich denken kann. Ich war immer anders als die anderen Kinder.

8 [0:13:30]: "Ich habe viele Dinge auch erst später gelernt. Ich hatte zum Beispiel motorische Probleme, das Laufenlernen war sehr schwierig. Auch mit der Sprache haperte es anfangs, weil ich die Sprache anders verstanden habe, als ich sie ausgesprochen habe. Meine Mutter hat sich manchmal gefragt: 'Warum ist das Kind so? Warum dauert das alles länger?' Aber es gab keine Erklärung dafür, und in den Achtzigern war die Diagnostik einfach noch nicht auf Neurodivergenz spezialisiert."

20 [0:14:09]: Host Laura

Neurodiversität bedeutet, dass alle Gehirne unterschiedlich funktionieren und in ihrer Vielfalt einzigartig sind. Neurodivergenz bezieht sich auf Begriffe wie ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung), Autismus, Dyslexie (Lese-Rechtschreib-Schwäche) und auch Borderline. Es ist ein Oberbegriff, unter den all diese Begriffe fallen.

4 [0:14:41]: Co-Host Katharina:

Also ist Neurodivergenz quasi ein Sammelbegriff?

21 [0:14:53]: "Genau, es gibt die 'Neurotypischen', deren Gehirne nach einem gängigen Schema funktionieren. Und dann gibt es die Neurodivergenten, deren Gehirne anders ticken.

18 [0:15:16]: Host Laura

Das Besondere an Autismus und ein Grund, warum Diagnosen oft spät erfolgen, ist, dass es ein Spektrum ist – die Symptome treten in ganz unterschiedlicher Ausprägung und Stärke auf. Daher spricht man in der Psychologie heute von einer Autismusspektrumstörung. Warum Autismus schwer zu diagnostizieren ist und welche Überlappungen es zu anderen Formen der Neurodivergenz gibt, hat mir Mark Benecke genauer erklärt.

1 [0:15:41]: Mark Benecke:

Es gibt viele Überschneidungen. Es gibt nicht 'den Autisten' oder 'die Autistin'. Zum Beispiel kann jederzeit eine posttraumatische Belastungsstörung dazukommen, weil Autist\*innen in ihrer Kindheit häufig von Umweltreizen genervt werden."

18 [0:15:55]: Host Laura:

Wie jeder Mensch verschiedene Persönlichkeitsmerkmale hat, ist es auch bei neurodivergenten Menschen. Man kann in einer Diagnose nicht einfach sagen: 'Oh, du bist A, also bist du auch B.' Kannst du dir vorstellen, womit Autist\*innen im Alltag ihre Schwierigkeiten haben könnten?"

4 [0:16:16]: Co-Host Katharina:

"Das fällt mir schwer, mir vorzustellen. Aber du hast gesagt, dass für Autist\*innen Regeln wichtig sind. Spontane Dinge könnten für sie schwierig sein."

18 [0:16:29]: "Ich habe bewusst nach den Problemen von *Autistinnen* *gefragt und nicht danach, was Autistinnen* sind. Das habe ich auch die Partnerin von Mark Benecke gefragt, und sie hat ähnliche Schwierigkeiten wie ich, das zu erklären."

22 [0:16:44]:

Ines Benecke:

Ich finde es schwierig zu erklären, weil man Autismus immer im Vergleich zu Neurotypischen erklären muss. Und dafür muss ich mich als Autistin in eine neurotypische Sicht hineinversetzen, um den Unterschied zu erkennen. Für mich ist mein Verhalten ja normal – neurotypische Menschen finden mich komisch, nicht umgekehrt."

4 [0:17:14]: Co-Host Katharina:

Das ist eine echt knifflige Frage, aber ich verstehe genau, was sie meint. Sie hat das sehr gut ausgedrückt."

23 [0:17:27]: Host Laura:

Aber zum Glück gibt es wissenschaftliche Erklärungen, sodass wir das nicht komplett selbst erklären müssen. Hier kann glücklicherweise Mark weiterhelfen."

1 [0:17:40]: Mark Benecke:

Grundsätzlich ist Autismus eine andere Verdrahtung im Gehirn, als ob die „Drähte“ die Nerven wären. Zum Beispiel nehmen Autist:innen Reize oft viel stärker wahr. Es ist jedoch bisher nicht genau geklärt, ob die Reize wirklich intensiver ankommen oder ob bestimmte Filter nicht so funktionieren, dass die Sortierung, also das Gewicht, das einem Reiz gegeben wird, eingeschränkt ist. Es ist also nicht sicher, ob ein Geräusch tatsächlich lauter



wahrgenommen wird oder ob einfach die Möglichkeit fehlt, sich davon abzulenken. Bei mir wäre das zum Beispiel das Ticken einer Uhr.

18 [0:18:12]:

Host Laura:

Bei mir ist es auch oft so: Selbst kleine Geräusche können mich rasend machen, Geräusche, die andere Menschen gar nicht wahrnehmen. Ich weiß nicht, ob mein Gehirn das Geräusch nicht herausfiltert oder ob meine Ohren es wirklich lauter hören. Fakt ist: Nervt wie sau.

Die meisten Studien zu Autismus wurden ursprünglich an kleinen Jungen durchgeführt, was eine eingeschränkte Perspektive zur Folge hat.

17 [0:18:40]: Beccs:

Ein großer Teil der Autismusforschung stammt noch aus der Zeit, als Autismus als Diagnose anerkannt wurde, und sie war stark geschlechterbezogen. Frauen und anderen Geschlechtern wurde die Diagnose oft gar nicht zugebilligt. Auch heute noch ist die Forschung zu Autismus häufig weiß geprägt, und es überschneiden sich rassistische, sexistische und transfeindliche Diskriminierungen. Die Diagnostikkriterien sind oft stark auf das weiße, cis-männliche Kind zugeschnitten, da an dieser Gruppe zuerst geforscht wurde.

24 [0:19:19]:

Host Laura:

Zum Thema Diagnosen habe ich auch eine persönliche Horrorstory. Eigentlich war ich ursprünglich wegen einer ADHS-Diagnose beim Arzt und nicht wegen Autismus. Ich tauche immer tief in Themen ein, und damals dachte ich mir schon, dass ich wahrscheinlich auch auf dem Spektrum bin. Aber ich wusste es eben nicht genau. Da es einige Gemeinsamkeiten zwischen ADHS und Autismus gibt, habe ich den Arzt nach einer Diagnose gefragt. Er hat auch einen Autismus-Test gemacht und sagte mir danach: „ADHS ja, Autismus auf keinen Fall, mach dir keinen Kopf!“ Also ging ich beruhigt nach Hause.

25 [0:20:01]:

Ein paar Jahre später wollte ich in die gleiche Praxis zurück, um ein Rezept zu erneuern. Der Arzt war inzwischen gewechselt, und der neue Arzt fragte mich nach der Autismusdiagnose: „Wurden Sie eigentlich auch auf Autismus getestet?“ Ich bejahte das, woraufhin er sich meine Testergebnisse ansah. Mein vorheriger Arzt hatte gesagt, ich hätte auf keinen Fall Autismus, obwohl ich im Test fast die volle Punktzahl erreicht hatte.

Co-Host Katharina:

Das zeigt, wie unterschiedlich Diagnosen ausfallen können, je nachdem, wer sich die Testergebnisse ansieht.

26 [0:21:00]:

Host Laura:

Das ist ein auch ein Widerspruch, mit dem viele Autist:innen klarkommen müssen, solange sie keine Diagnose haben sind sie die seltsamen. Solange das der Fall ist, hören wir oft: „Ach, du bist doch ganz normal.“ Doch sobald man sagt: „Ich bin Autist

“, heißt es: „Du wirkst doch total normal.“ Es ist schön, dass Menschen uns als „normal“ wahrnehmen, aber es ist auch übergriffig, da jeder für sich selbst definieren sollte, was „normal“ ist. Dieses Stigma ist belastend – als wäre man plötzlich „anders“. Aber wir waren vorher auch schon „anders“. Und dann gibt es noch das Problem der Spontaneität, das für Autist:innen oft eine Herausforderung ist.

4 [0:22:14]: Co-Host Katharina:

Wie ist es für dich, wenn Pläne spontan geändert werden? Zum Beispiel, wenn wir eigentlich vorhatten, ins Schwimmbad zu gehen, aber wegen des Wetters spontan in die Stadt fahren.

14 [0:22:30]:

Host Laura:

Mache ich nicht. Das geht für mich gar nicht. Nur spontan in die Stadt zu fahren, ist für mich unmöglich. Vielleicht, wenn ich drei Wochen Urlaub habe. Spontanität ist einfach nicht mein Ding.

8 [0:22:47]: Daniela Schreiter:

Auch die alltäglichen Dinge wie einkaufen gehen, öffentliche Verkehrsmittel nutzen oder allein in der Stadt unterwegs sein, sind für mich herausfordernd. Ich wohne in Berlin, einer sehr lauten und hektischen Stadt. Ich muss genau planen, wann ich Termine habe, wie lang ich draußen sein werde und wie viel Zeit ich danach zur Erholung brauche. Mein gesamter Tag ist durchgeplant – Woche für Woche, Monat für Monat. Besonders anstrengend sind für mich Treffen mit anderen Menschen und soziale Interaktionen. Nach einem ereignisreichen Tag brauche ich immer genügend Zeit zur Erholung.

27 [0:23:33]:

Host Laura:

Spontanität ist einfach schwierig. Wenn ich eine Weile nichts zu tun hatte, habe ich vielleicht die Kapazität, eine Freundin zu treffen. Aber in einer vollen Arbeitswoche habe ich diese Energie einfach nicht mehr.

4 [0:24:16]:

Co-Host Katharina:

Du brauchst also mehr Zeit, um deine „soziale Batterie“ wieder aufzuladen, bevor du Menschen treffen kannst?

27 [0:24:30]:

Host Laura:

Genau. Erholungsphasen sind sehr wichtig für mich, und das gilt nicht nur für soziale Kontakte. Einkaufen gehen ist zum Beispiel für mich wie die Hölle.

4 [0:24:40]:

Co-Host Katharina:

Auch ich finde Einkaufen anstrengend, besonders nach einem langen Arbeitstag. Wenn ich jedoch Zeit habe, macht es mir weniger aus. Dann gehe ich auch mal gerne einkaufen

25 [0:25:13]:

Host Laura:

Was alle Autist:innen gemeinsam haben, sind Probleme mit der Reizverarbeitung, wie die Reize im Supermarkt. Eine volle Schulklasse wäre ein weiteres Beispiel. Überleg mal, wie es ist, wenn man sich nicht von diesen Reizen abschirmen kann. In der Schule hat man kaum die Möglichkeit, eine Pause einzulegen. Zu viele Reize können bei Autist:innen zu einem Overload, einem Meltdown oder sogar einem Shutdown führen.

4 [0:24:16]:

Weißt du, was Overload bedeutet?

27 [0:25:33]:

Overload beschreibt den Zustand, wenn das Gehirn komplett mit Reizen überladen ist, wie ein überhitzter Computer, den man erst mal herunterfahren muss. Wird dieser Zustand ignoriert, kann es zu einem Meltdown und danach zu einem Shutdown kommen. Ein Meltdown sieht für Außenstehende oft aus wie ein richtig krasser Wutanfall. So richtig klischeehaft mit kann das sein, mit Schreien, mit Dinge schmeißen, mit sich in die Ecke sitzen und wippen. Das ganze Drumherum kann ein Meltdown sein,

Co-Host Katharina:

Ah okay also, aber nicht nur bei Kindern oder Erwachsenen, ganz egal, was ganz egal. Wenn du überreizt bist, kannst du in Meltdown kommen. Der sieht natürlich bei jedem ein bisschen anders aus. Nicht jeder schmeißt jetzt Sachen, oder so. Und Meltdown ist auch nicht gefährlich. Also, man wird jetzt nicht gefährlich für andere.

Es gibt mit Sicherheit auch Fälle, wo das schon passiert ist. Aber so in der Regel ist, wenn, verletzend, dann selbstverletzend.

Wenn der Meltdown für jemanden schlimmsten, dann ist er für die autistische Person am schlimmsten bei. Das ist erstens enorm kräftezehrend. Und auch gerade, wenn das in der

Öffentlichkeit passiert, da sind wir wieder bei den Tabus, dann ist das halt fucking unangenehm.

Das ist auf jeden Fall nichts, was man gerne hat, sondern etwas, was man wirklich versucht, zwanghaft zu vermeiden.

Und ein Shutdown, das ist, wenn du komplett zumachst. Dann fällt dir halt auch wirklich reden schwer. Kennst du das, wenn man, was getrunken hat. Du hast zwar im Kopf noch die Wörter, aber die Zunge möchte die irgendwie nicht mehr aussprechen.

Co-Host Katharina:

Ja, ja, ich glaube, ich weiß, worauf du hinaus willst.

Host Laura:

So fühlt sich das für mich ein wenig an. Alles ist sehr unechter, so ein Watte-Gefühl. Und dann ist halt Kommunikation superschwierig. Also manche werden wirklich richtig nonverbal. Also können nicht mehr sprechen. Wie stark sich die Sachen anfühlen, kann halt ohnehin von Situation zu Situation, von Person zu Person variieren. Super viele Autist:innen können ihre Schwierigkeiten auch wirklich gut über eine lange Zeit verstecken. Aber Anecken tun wir meistens trotzdem.

Co-Host Katharina:

Also ich glaube, man muss es gar nicht verstecken.

Host Laura:

Also Autist:innen verstecken das ja nicht grundlos. Wir Menschen reagieren als Spezies einfach nicht sonderlich nett auf Andersartigkeit. Das ist auch etwas, was Schulkinder dann besonders belastet. 2012 gab es zum Beispiel eine Umfrage der britischen National Autistic Society, bei der herauskam, dass 75 Prozent der autistischen Kinder auf weiterführenden Schulen Mobbing erlebt haben.

Co-Host Katharina:

Weil das sind dann immer quasi die, die irgendwie nicht so sind wie alle anderen. Und damit sind sie dann das Opfer.

Host Laura:

Überlegt mal, so ein Kind hat so ein Meltdown einer Klasse also, das ist ja gefundenes Fressen. Ich kenne ihn persönlich, super viele Autist:innen, die Mobbing erlebt haben. Und von meiner Schulzeit brauchen wir nicht zu reden, war nicht geil. Aber war die Schulzeit von vielen Leuten nicht

Daniela und ich haben auch über das Thema gesprochen.

8 [0:30:06] : Daniela Schreiter:

Ja, also tatsächlich, ich habe bis heute, witzigerweise hat es sogar letzte Nacht wieder ein Mobbing. Albtraum. Also tatsächlich. Ich wurde sehr, sehr hart gemobbt, also von der Vorschule über die Grundschule bis zum Gymnasium. Über es hat sich erst so ein letzten zwei Jahren der Oberstufe. Da hat sich das erst so ein wenig geändert, wo ich mich so ein wenig gefunden und tatsächlich auch geschafft habe, Freunde zu finden.

25 [0:30:33] :Co-Host Katharina:

Sie hat ja gerade erzählt, dass sie irgendwie erst richtig Freunde gefunden hatte in der Oberstufe. Das ist ja so belastend. Also stelle ich mir wahnsinnig belastend vor.

Host Laura:

Also das sind Erfahrungen, die wirklich super superfitter Autistinnen machen. Auch Beccs hat von Mobbing erzählt. Also ich glaube, dass es fast eine Universalerfahrung ist. Ich hatte in meinem Leben immer Glück, dass ich jemand mit einer großen Fresse bin, der sich wehren kann. J

Co-Host Katharina:

Ja, das ist ein Geschenk.

Host Laura:

Wäre das nicht so, wäre es bei mir, glaube ich, auch schlimmer gewesen. Ich glaube, dass das so etwas ist, wo wirklich viele Autistinnen und viele neurotypische sich einig werden können. Also ich bin mir sicher, es gibt auch ein paar Autist:innen die Schule ganz geil fanden. Aber Schule ist, glaube ich, generell superschwieriges Thema. Daniela und ich waren noch auf jeden Fall einig. Was wir an der Schule besonders schlimm fanden.

8 [0:31:22] : Daniela Schreiter

Vor allem Klassenfahrt. Ich hatte zwei Klassenfahrten in meiner Schulzeit, die waren ganz besonders schlimm, weil man dann besonders ausgeliefert ist.

Und ja, also von Ignorieren über Beleidigungen.

Es war nicht schön. Ich war eigentlich immer einsam, und ich war einfach froh, wenn mich Leute ignoriert haben. Wenn fiese Sachen gesagt worden sind. Oder man hat bei Gruppenarbeiten, niemanden gefunden hat und beim Sport immer als letztes gewählt worden ist.

29 [0:31:53] : Host Laura:

Ja, ich glaube, Sportunterricht gab es auch einfach nur, um Mobbing zu erleichtern.

8 [0:31:58] : Daniela Schreiter:

Sport ist übel, also Sport, auch mein Gott also, das ist Tortur gewesen.

25 [0:32:03] : Co-Host Katharina:

Warum man den Sportunterricht richtig gehasst hat, kann ich schon sehr gut nachvollziehen.

Host Laura:

Du hast ja im Intro auch schon Doktor Benecke gehört, der über Traumafolgestörungen gesprochen hat, das ist halt wirklich so. Also super viele Autist:innen haben, was die Diagnose auch wieder erschwert, im Laufe ihres Lebens noch eine posttraumatische Belastungsstörung oder eine andere Traumafolgestörung entwickelt.

Einfach weil das Leben so voll mit Reizen ist und es so viele Sachen gibt wie Schule, die du gesellschaftlich gar nicht umgehen kannst, sodass du als Autist quasi nicht erwachsen wirst ohne eine schöne, posttraumatische Belastungsstörung.

Co-Host Katharina:

Ja, weil man einfach zu viele Dinge durchlebt, die dich traumatisieren.

27 [0:32:49] :

Wir haben ja eben auch über das Verstellen gesprochen. Sowas wie das Mobbing, das sind die Gründe, warum Autisten das lernen und das hat sogar einen Namen. Das nennt sich nämlich Masking.

Vereinfacht bezeichneten Masking einfach, dass Autisten lernen, sich so zu verstellen, dass sie die Eigenschaften an sich selbst, die halt eben autistisch sind, unterdrücken.

Co-Host Katharina:

We traurig. Und dafür gibt es sogar einen Ausdruck. Das heißt, das machen sehr, sehr viele Autisten.

Host Laura:

Das Masking ist halt auch noch mal ein Grund, warum die Diagnosen so spät kommen, weil gerade weibliche Autisten super, super gut, oft im Masking sind. Und Masking hat Vor- und Nachteile. Ich kann zum Beispiel einem normalen Beruf nachgehen, und die Menschen fragen sich nur 30 Prozent der Zeit, was bei mir eigentlich komplett falsch läuft.

Der Nachteil ist halt, dass es auch wirklich wieder unfassbar viel Kraft kostet.

Stell dir einfach ein Bewerbungsgespräch vor. Im Bewerbungsgespräch gibst du dich auch ein wenig anders wieder als privat. Und ist dann superanstrengend?

Co-Host Katharina:

Ja, ja, ja,

Host Laura:

Jetzt mach das mal acht Stunden am Tag auf der Arbeit.

Co-Host Katharina:

Ja. Das ist krass anstrengend.

Das ist ja dann so eine richtige Arbeitsplatz-Persönlichkeit, könnte man fast schon sagen.

Die Gesellschafts-Laura und die Private-Laura ... da ist schon ein massiver Unterschied.

Ich lüge jetzt nicht. Und nicht bei meinen Einstellungen oder Meinungen oder so diesen Dingen. Aber in meinem Auftreten.

Das ist einfach was ganz anderes.

Um noch mal auf die Schule zurückzukommen, in der Schule sind es halt eben nicht nur Mobbing, es sind auch Geräusche, Gerüche, Licht wie im Einkaufsladen.

Und das alles sind Barrieren für autistische Kinder. Also egal, wie intelligent ein autistisches Kind ist und was es theoretisch leisten könnte, gibt es da einfach so viel was es davon abhält, die gleichen Leistungen wie andere Schüler:innen zu erbringen.

Einen wichtigen Beitrag dazu, dass sich das System Schule ändert und Autistinnen dort auch gleiche Chancen bekommen, leisteten Initiativen wie der White Unicorn ev. für den sich Mark Benecke engagiert, zum Beispiel mit dem Projekt "schaut". "Schaut" ist aber nicht nur ein einfaches Projekt des Vereins. Es ist ein Verbundprojekt, und zwar zwischen dem Verein der Humboldt-Universität zu Berlin unter Goethe-Universität Frankfurt. Ziel ist es hier eben, dass nicht nur über Autistinnen geforscht wird, sondern mit wie wir eben schon gesprochen haben, mit!

Co-Host Katharina:

Was eigentlich ja für mich so grundlegend ist.

Host Laura:

Krass ist, dass das eigentlich auch in den UN-Behindertenrechtskonventionen steht, da steht nämlich: "Nichts über uns ohne uns". Und das ist ja auch irgendwie auch ein bisschen das Konzept dieses Podcasts also. Ziel dieses Projekts ist es, Barrieren für Autistinnen, insbesondere Schüler:innen zu erkennen und die dann auch in Folge abzubauen.

Das Ding ist, dass es nach der Schulzeit leider nicht so ganz vorbei ist mit den Schwierigkeiten. Denn selbst wenn Autist:innen es schaffen und es schaffen, einige wirklich hervorragende Ergebnisse in der Schule zu erzielen, haben sie es trotzdem schwerer, einen normalen Beruf zu ergreifen.

Tatsächlich ist es sogar so, dass es ungefähr 90 Prozent aller Autist:innen nicht schaffen, auf dem regulären Arbeitsmarkt Fuß zu fassen.

Co-Host Katharina:

Ach, Krass. Aber was heißt auf dem regulären Arbeitsmarkt? Auf welchem Arbeitsmarkt fassen sie dann Fuß?

Host Laura:

Also entweder sie bleiben tatsächlich einfach arbeitslos und finden keinen Beruf oder sie landen sogar in Werkstätten für Menschen mit Behinderung. Also ich finde das System ohnehin nicht sonderlich geil von diesen Werkstätten. Aber das würde ich in den Rahmen sprengen. Und wichtig ist auch, wir reden hier nicht von Autist:innen mit einer Intelligenzminderung. Die gibt es natürlich auch. Von da ist die Diskriminierung sowieso noch mal ganz anders am Start. Und das ist auch etwas, wo Beccs sich dagegen einsetzt,

30 [0:36:17] : Beccs:

Also einer der Personen, die bei uns ist, wurde halt auch geraten: Hast du dir mal eine Werkstatt für behinderte Menschen angeguckt?

24 [0:36:23] : Host Laura:

Und auch wenn man offen damit umgeht, dass man Autistin ist, kann das in einem Bewerbungsgespräch schwierig sein.

31 [0:36:29] : Beccs:

Ich bin nicht binär, pflegebedürftig und schwerbehindert

Hast du schon mal versucht, in dem Kontext offen damit umzugehen, Bewerbungsschreiben zu machen?

24 [0:36:43] : Host Laura:

Es gibt nicht nur Gründe, dass Autist:innen nicht eingestellt werden, bei einem Bewerbungsgespräch. Es gibt auch einfach super viele Gründe, warum Autist:innen sich gar nicht erst bewerben. Dabei fängt es schon an, dass wir vielleicht die Stellenausschreibung nicht verstehen, weil sie super vage gehalten ist. Und dann fragen wir uns, passt das jetzt zu mir? Passt das nicht? Und dann lassen wir es halt. Und wenn man es dann in einen Job geschafft hat, ist es auch nicht supereinfach. Ich meine, es gibt immer so unausgesprochene Unternehmensregeln, unklar formulierte Arbeitsaufträge, super laute Büros, soziale Situationen wie Small Talk an der Kaffeemaschine und das ist für Autist:innen eben belastend.

11 [0:37:21] : Co-Host Katharina:

Ja, verstehe ich. Wenn du mir das so erklärst, es ist alles schon verständlich, muss man einfach sagen.



24 [0:37:27] : Host Laura:

Neben einem Meltdown kann das halt auch superschnell zu einem Burn-out führen. Ein autistischer Burn-out ähnelt von seinen Symptomen einem gewöhnlichen Burn-out. Aber es ist nicht dasselbe. Also beide sind durch krasse mentale und körperliche Erschöpfung gekennzeichnet. Bei einem autistischen Burn-out sind Betroffene allerdings zusätzlich extrem empfindlich gegenüber Reizen wie Licht, Geräusche, Berührungen und Ähnlichem. Also noch einmal mehr wie bei einem normalen Burn-out entsteht dieser Zustand hauptsächlich durch Stress und ständige Überreizung. Und das hat leider auch Daniela erlebt.

8 [0:37:59] : Daniela Schreiter

Nach der Uni hatte ich so einen Zusammenbruch. Also da ging einfach alles bei mir nicht mehr. Heute weiß ich, dass ich da auf jeden Fall einen autistischen Burnout hatte. Und ich hatte Depressionen, Angst und Panikstörung, die sich auch im Laufe der Zeit als komorbide Störung entwickelten.

27 [0:38:16] : Host Laura:

Also, eine komorbide Störung, also infolgedessen. Es tritt gemeinsam auf, aber gehört nicht zwingend dazu. Also ich glaube auch, spätestens mit so einem Burn-out ist der Zeitpunkt gekommen, an dem sich viele Menschen Hilfe suchen und auch Hilfe suchen sollten.

Und wer jetzt das Glück hat, bereits als Kind eine Autismus-Diagnose erhalten zu haben, hat dann eben auch hoffentlich das Glück, Eltern zu haben, die sich um Unterstützung bemühen.

Co-Host Katharina:

Also ich finde das natürlich, dass da auch der Gedanke eine Therapie naheliegt. Also einfach in Form von Hilfe.

Host Laura:

Also im Großen und Ganzen bin ich auch ein großer Freund von Therapien. Allerdings ist das bei Autismus ein bisschen schwierig. Das Problem beginnt schon damit, dass Autismus keine Krankheit ist.

8 [0:39:01] : Daniela Schreiter

Autismus ist Teil der Persönlichkeit. Also wir werden eben mit Autismus geboren, und es ist, wie wir die Welt wahrnehmen. Das ist durch unseren Autismus geprägt. Und damit wird auch unser Charakter geprägt und unser ganzes sein. Unsere ganze Persönlichkeit, also man kann den Autismus nicht vom Menschen trennen. Und Mensch, mit Autismus klingt halt immer so, als wenn man, als wäre es ein Teil davon, den man abtrennen kann. Und das geht nicht. Man hat es das ganze Leben lang, und er ist es einfach nicht weg denkbar.

27 [0:39:31] :

Also, eine Heilung dafür gibt es nicht. Einfach weil es keine Krankheit ist, sondern eine Art zu sein, ja und einfach einen Teil ja zum Teil von der Persönlichkeit Teil des Menschen. Und

es gibt auch keine Medikamente, die du jetzt als Autist:in bekommen kannst, also für Begleiterkrankungen oder andere Symptome von anderen Neurodivergenzen kannst du etwas bekommen. Also wenn du jetzt Autist mit ADHS bist, was bei mir bei mir zum Beispiel der Fall ist. Ich kann Ritalin nehmen.

4 [0:39:57] : Co-Host Katharina:

Also ein Mittel gegen ADHS gibt es ja. Also gegen die Symptome der ADHS. Das ist ja schon mal wichtig, zu unterscheiden. Aber dagegen gibt es keine Mittel? Oder jetzt zum Beispiel auch, um solche Meltdowns zu verhindern? Dagegen kann man nichts nehmen?

18 [0:40:14] : Host Laura:

Also wenn sich halt, wie Daniela eben meinte, komorbide Angststörungen entwickeln, kann es etwas gegen die Angststörung bekommen. Okay, wenn du eine Depression dadurch entwickelst, kannst du was gegen die Depression bekommen. Aber es gibt nichts, was du gegen den Autismus nehmen kannst. Also natürlich gibt es auch verschiedene Therapieformen, die du machen kannst, als Autist:in oder auch die Eltern von autistischen Kindern mit ihren Kindern machen können.

Allerdings gibt es da auch extrem stark umstrittene Form und eine der am stärksten umstrittenen Formen, die leider auch in Deutschland noch verbreitet ist, ist die ABA Therapie. Da bist du jetzt vermutlich raus?

Ich habe nämlich tatsächlich davon auch erst bei meiner Recherche erfahren. ABA ist die Kurzform von Applied behavior analysis. Das bedeutet auf Deutsch so viel wie angewandte Verhaltensanalyse. Sagt dir der Begriff klassische Konditionierung was?

Also klassische Konditionierung oder auch Pawlowsche Konditionierung, hat man in der Schule oft im Kontext eines Experiments gehört. Da ist ein Hund, der sabbert, wenn er Essen sieht und jedes Mal. Wenn er dann Essen sieht, fängt er an zu sabbern. Dann fängst du an, gleichzeitig eine Glocke zu läuten. Und irgendwann verbindet der Hund Essen, Glocke und sabbert dann auch, wenn nur noch die Glocke erklingt.

Und der Scheiß wurde jetzt auf autistische Kinder übertragen.

In diesen Therapien sollen sich Autist:innen und vor allem autistische Kinder an Reize gewöhnen.

**33 [0:41:49]: Ines:**

Diese Therapien, die angeboten werden, unterstütze ich absolut nicht, weil ich denke, dass sie eher für die Eltern sind – dass sie die Kinder dazu bringen sollen, sich angenehm zu verhalten, damit die Eltern weniger belastet sind. Für die autistischen Kinder bedeutet das jedoch keine Entlastung, sondern eine größere Belastung.

**25 [0:42:11]: Host Laura:**

Gerade haben wir ja auch gehört, wie sich Ines zu diesen Therapieformen äußert.

Co-Host Katharina:

Und es macht Sinn, was sie sagt. Hier geht es nicht um die Kinder, sondern eher darum, dass sie gesellschaftlich besser „funktionieren“. Aber es geht dabei nicht darum, dass es dem Kind wirklich besser geht.

Host Laura:

Wobei ich den Eltern keinen Vorwurf machen möchte. Denn natürlich wollen sie, dass ihr Kind so wenig wie möglich aneckt. Und wenn einem dann von Experten gesagt wird: „Diese Therapie ist super für dein Kind“, vertraut man darauf. Den Eltern mache ich da also überhaupt keinen Vorwurf, und Marc hat das glücklicherweise noch ein wenig für uns eingeordnet.

**1 [0:42:56]:** Mark Benecke

Es gibt allerdings auch Therapien, die ganz andere Ansätze verfolgen. Deswegen muss man da stark unterscheiden. Ines meint hier die gängigsten Angebote – dabei handelt es sich um spezielle Verhaltenssysteme, die auf Englisch bezeichnet werden, mit Lernmethoden und Verhaltenstherapien, die aber nichts mit herkömmlichen psychologischen Verhaltenstherapien zu tun haben, sondern speziell auf Autismus bezogen sind. Für Autisten und Autistinnen werden diese Methoden jedoch oft als eine Art Folter empfunden, bei der sie sich stundenlang an Reize gewöhnen sollen, an die sie sich nicht gewöhnen können.

**25 [0:43:32]:** Co-Host Katharina:

Allein vom Zuhören bekomme ich ein ungutes Gefühl.

Host Laura:

Folter ist natürlich ein hartes Wort, aber es beschreibt es wahrscheinlich treffend. Eine Überreizung, wie sie bei Autistinnen vorkommt, kann man nicht einfach abtrainieren wie einen Hund, der Angst vor dem Staubsauger hat. Das geht eben nicht einfach weg.

**27 [0:43:58]:**

Viele Autistinnen haben Probleme mit dem Essen oder starke Abneigungen gegen bestimmte Lebensmittel oder Kombinationen. Das ist einfacher mit Essen zu erklären, aber es gibt noch mehr Bereiche. Diese Abneigungen sind nicht mit einfachen Geschmackspräferenzen vergleichbar. Jeder hat bestimmte Lebensmittel, die er nicht mag – das ist normal.

**1 [0:44:27]:** Mark Benecke

Aber das ist bei Autistinnen messbar. Es sind keine „Flausen“, sondern neurologisch belegte Reaktionen, die man im Gehirnschans sehen kann: Bei bestimmten Reizen leuchten die Bereiche für Angst, Ekel oder Vermeidung auf.

**24 [0:44:45]:** Host Laura:

Ines und Marc haben als Beispiel für solche Abneigungen Knoblauchgurken genommen. Wenn ein Autist oder eine Autistin Knoblauchgurken eklig findet, ist das absolut nachvollziehbar.

**21 [0:44:56]:** Mark Benecke

Das ist eigentlich gar nicht abwegig, aber ein autistisches Kind soll sich dann doch bitte an diese „blöden“ Knoblauchgurken gewöhnen.

**1 [0:45:06]:** Mark Benecke

Wer würde denn beim Abendessen sagen: „Damit du dich daran gewöhnst, gibt es heute nur Knoblauchgurken?“ Das würde doch niemand machen.

**34 [0:45:19]:** Co-Host Katharina:

Und das würde auch niemanden hungrig auf Knoblauchgurken machen. Warum tue ich meinem Kind so etwas an?

**25 [0:45:33]:** Host Laura:

Das war nur ein einfaches Beispiel, aber es zieht sich durch viele Bereiche, etwa sensorische Probleme. Ich kann zum Beispiel keine Kreide anfassen, was kein großes Problem ist. Aber wenn ein Kind sehr wenige Lebensmittel isst, kann ich es verstehen, wenn Eltern dann auf Experten hören, die sagen, eine Therapie könnte helfen.

**4 [0:46:28]:** Co-Host Katharina:

Es ist verständlich, dass man dadurch Zwangsstörungen eher verstärken kann, anstatt sie zu mindern.

**24 [0:46:44]:** Host Laura:

Ein weiteres Problem bei diesen Therapien ist, dass oft nur positives Verhalten verstärkt werden soll.

**1 [0:46:52]:**

Mark Benecke

Das Verrückte an dieser Art von Therapie ist, dass nicht das echte soziale Verhalten gefördert wird, sondern nur eine angepasste, oft „verlogene“ soziale Anpassung.

**27 [0:47:08]:**

Stellt euch vor, ihr geht zur Therapie und sollt euch anpassen, nur weil der Therapeut es für nötig hält. Das ist die völlig falsche Richtung.

**1 [0:47:39]: Mark Benecke**

Der Begriff „Folter“ könnte empörte Reaktionen hervorrufen, aber er beschreibt die Realität. Diese Therapien erinnern an frühere Konversionstherapien für Homosexuelle.

**4 [0:47:55]:**

Das erinnert daran, dass gesellschaftliche Erwartungen Menschen verändern wollen, obwohl diese das selbst nicht möchten.

**24 [0:48:07]:**

Es gibt auch andere Therapieansätze für Autist:innen und wirklich gute Therapeut\*innen, die diesen Ansatz verfolgen.

**18 [0:48:23]:**

Ich habe mit Ärzt:innen gesprochen, die ganz andere Ansätze verfolgen, z. B. Ergotherapie, die helfen kann, alltägliche Aufgaben selbstständiger zu meistern, oder Logopädie, wenn es Schwierigkeiten in der Sprachentwicklung gibt.

**1 [0:48:59]:**

Autisten erleben oft Traumatisierungen wie Mobbing und Ausgrenzung. Vielleicht wäre es besser, eine Therapie zu entwickeln, die darauf Rücksicht nimmt, statt auf Anpassung zu setzen.

**4 [0:49:21]:**

Gefühlt müsste man eher die Gesellschaft therapieren, damit sie lernt, mit Autist:innen umzugehen.

**18 [0:49:36]:**

Auch gegenseitiges Verständnis wäre hilfreich. Es geht darum, das Selbstwertgefühl von Autistinnen zu stärken und ihre Stärken zu erkennen.

**24 [0:51:15]:**

Autismus ist offiziell eine Behinderung. Innerhalb der Betroffenen gibt es jedoch auch Stimmen, die Autismus als eine Art Superkraft sehen.

**36 [0:51:45]: Mark Benecke**

Es ist auch eine Superkraft. Das meine ich wirklich. Auch wenn ich das jetzt ein bisschen lustig sage.

**18 [0:52:07]:**

Man sagt, „kennst du einen Autisten, kennst du einen Autisten“, und das zeigt auch die Vielfalt der Community.

**37 [0:52:21]: Beccs**

Ich sehe Autismus nicht als Superkraft, sondern eher als Behinderung, wenn auch in einer idealen Gesellschaft.

**18 [0:52:33]: Host Laura:**

Ich sehe sowohl Vorteile als auch Nachteile durch den Autismus. Letztlich wiegt es sich für mich aus.

**38 [0:53:11]:** Co-Host Katharina:

Das Wort „Behinderung“ bedeutet ja, dass man an etwas gehindert wird, und das trifft in einigen Bereichen zu.

**39 [0:53:56]:**

In manchen Bereichen können Autist\*innen jedoch glänzen.

**1 [0:54:02]: Mark Benecke**

Viele erfolgreiche Code-Knacker sind natürlich Autist:innen

**40 [0:54:14]:** Host Laura:

Wenn man keine wissenschaftliche Karriere anstrebt, kann eine Diagnose aber hilfreich sein, z. B. für Nachteilsausgleiche oder einen besonderen Kündigungsschutz.

**38 [0:54:41]:**

Es kann auch ein Vorteil sein, Autist:in zu sein. Es gibt Fähigkeiten, die andere nicht haben. Es hängt von deinem Lebensumfeld ab, ob Autismus ein Vorteil oder Nachteil ist.

**4 [0:55:22]:**

Ich habe heute so viel gelernt. Es ist wichtig, dass das Umfeld mit Autist\*innen verständnisvoll umgeht.

**24 [0:56:08]:**

Zum Schluss empfehlen wir die Folge des RBB-Podcasts „Das Gespräch“ mit Daniela Schreiter, alias Fuchskind, die über ihre Erfahrungen und Comics spricht. Das war Tabularasa, der Anti-Tabu-Podcast in der ARD Audiothek. Ihr