

Heidi Fischer über sich selbst

von Heidi Fischer

Zurückgebliebenes Verhalten

Mein Verhalten ist wie bei einem Kind, mein Denken und Handeln ist wie bei einem Kind, meine Interessen sind wie bei einem Kind, meine Angstreaktionen und Traurigkeit wirken sich aus wie bei einem Kind, meine Vorstellungen sind wie bei einem Kind und ich fühle mich im allgemeinen wie ein Kind. Ich verstehe von dem Normalen sehr sehr wenig und das alles zu verstehen, ist mir viel viel viel zu schwer und das alles verstehen und auch zu lernen, das alles verstehen macht mir riesengroße Panik und ich bin tiefst deprimiert, wenn man schon sagt, daß ich es lernen soll, alles von der normalen Umwelt zu verstehen, das ist einfach eine Sache, die mir hölle Panik macht, also das zu lernen.

Exzessives Schlafbedürfnis

Morgens, wenn ich eigentlich aufstehen soll, schlafe ich ganz automatisch wieder ein, denn meine Augen fallen mir immer wieder zu. Gerade, wenn ich meine Augen dann zwingen, aufzubleiben, fallen sie immer wieder zu und außerdem verursacht der Gedanke „wie läuft der Tag bloß heute ab?“ auch das Bedürfnis, weiterzuschlafen, denn dieser Gedanke belastet mich auch seelisch, denn ich habe morgens wirklich ein sehr unsicheres Gefühl, weil ich nicht weiß, wie der Tag so abläuft. Da ich mich wie ein Kind fühle, bin ich der Meinung, daß das genau so ist, als wenn man ein richtiges Kind aus dem Bett schmeißt. Und da ich ja wie ein Kind bin, sollte man mir auch den Schlaf gönnen und mit meinen Gruppenleitern reden, daß ich ½ bis 1 Stunde länger darf oder soll und dadurch später komme, und daß ich trotzdem die gleiche Geldsumme kriege, denn wenn ich müde zur Arbeit gehe, bin ich ziemlich schlecht gelaunt auf der Arbeit. Ich bin vor sieben Jahren um 8 ins Bett gegangen und einmal vor 2 ½ Jahren, da bin ich morgens aber trotzdem spät aufgestanden. Das hat damit also nichts zu tun, wann ich abends ins Bett gehe. Ich kann noch so früh schlafen gehen, ich werde nie so schnell wach und schlafe wieder ein und für so etwas soll man Verständnis haben, nie darüber sauer sein und mich schon gar nicht aus dem Schlaf reißen und aus dem Bett scheuchen, sondern mich, wie gesagt schlafen lassen und das mit den WfB-Gruppenleitern besprechen.

Nicht gut beim Bilden interpersonaler Beziehungen

Ich habe oftmals Probleme mit den Beziehungen und zwar habe ich Panik vor Personen, die mir zu ernsthaft und zu forsch sind. Denen kann ich dann auch nie vertrauen. Vertrauen finde ich nur bei Leuten, die nicht ernsthaft und forsch sind. Wenn die alles durchgehen lassen und erlauben würden, das Betreuungspersonal oder so, dann hätte ich viel mehr Vertrauen.

Zeigt starke Trennungsangst

von Bauchtasche und dem Inhalt, Rucksack und dem Inhalt und dem Inhalt der Hosens- und Jackentaschen. Der Abschied von meinem Freundeskreis tut mir so hölle doll weh und überhaupt tut es mir hölle doll weh, wenn ich vom Alsterdorfer Gelände nach Hause zurück in die Blindenstiftung St. Georg fahre, denn das Gelände der

Evangelischen Stiftung Alsterdorf finde ich viel besser als die Hamburger Blindenstiftung.

Unruhe und Hyperaktivität

Ich bin oftmals sehr unruhig, hyperaktiv, d.h. ich bin sehr viel unterwegs, ich kann nicht immer sehr lange auf meinem Platz sitzen, vor allem auf Feten und Feiern und in der Disko und ich bin auch hölle doll unruhig, wenn man mir bestimmte Fragen nicht beantwortet und wenn jemand traurig ist und heult, da bin ich auch ziemlich traurig und muss ihn unbedingt trösten.

Ungewöhnliche Gewohnheiten und Verhaltensmuster

Meine Gewohnheiten und Verhaltensmuster sind sehr ungewöhnlich und wenn man von mir verlangt, daß ich mich normal und erwachsen verhalten soll und alles ganz anders machen, als ich es gewohnt bin, bekomme ich nur Panik und bin sehr doll deprimiert und da haue ich mit dem Kopf überall ran, haue mich selber und schreie und weine.

Nervosität und Sensitivität

Nervös macht mich hölle doll, wenn ich eine Lecknase habe und ich sie mir nicht so schnell wie möglich putzen kann, wenn mich auch meine Blase und Darm hölle drückt und ich nicht so schnell wie möglich auf Clo kommen kann, wenn mich was juckt und ich mich nicht so schnell wie möglich kratzen kann und wenn meine Kleidung unordentlich sitzt und ich sie nicht so schnell wie möglich ordentlich machen kann. Da bin ich sehr sensibel, muss ich so schnell wie möglich loswerden.

Selbstverletzung, aber nicht so doll. Ich haue mich immer mit der Hand (ich ohrfeige mich selber), ich haue mit dem Kopf irgendwo gegen und das mache ich immer, wenn Veränderungen stattfinden und wenn ich etwas falsch mache, also wenn ich gerade dann was falsch mache, wo nichts falsch gemacht werden darf.

Ticks

Fotos von Freunden und Freundinnen vergrößern oder meine Freundinnen und Freunde direkt vergrößern mit einem Vergrößerungsglas. Sehr gerne allein. Ich bin lieber alleine, also ich mag nicht so viel und so lange in der Gesellschaft sein, ich bin auch viel lieber allein unterwegs, esse lieber alleine für mich, ich mache nur nach meinem eigenen Bedarf was mit der Gruppe mit, wenn ich mal was mitmache. Ich lasse nicht so gerne jeden in mein Zimmer.

Geringe soziale Interaktion

Mit den sozialen Sachen habe ich totale Schwierigkeiten, damit bin ich aber auch seit vielen vielen Jahren nie klargekommen, davor habe ich nämlich panische Ängste, also vor den normalen sozialen Geschichten, also dieses normale soziale Leben (diese Pflichten, diese Ernsthaftigkeiten usw.). Denn das schafft mir schon panische Ängste und Depressionen. Panische Ängste habe ich, weil mir das normale soziale Leben zu schwer ist, also davon nie was so gut verstehe, ich nehme sehr sehr sehr viele Sachen ganz anders wahr als ein nicht autistischer Mensch. Und außerdem denke, handle und fühle ich wie ein Kind, ich fühle mich wie ein Kind und ich habe auch so Interessen wie ein Kind, Depressionen habe ich, weil man mich ständig unter Druck setzt, das zu lernen mit den normalen sozialen Geschichten und das zu lernen, das macht mir große Panik und das ist auch eine seelische psychische Last, also das normale Soziale das macht mir große Panik und außerdem habe ich dann, wie gesagt, auch kein Interesse zu den normalen sozialen Geschichten. Ich möchte lieber so sein, wie ich früher auch war.

Stereotype Laut- und Stimmäußerungen, Echolalie

Ich wiederhole bestimmte Worte, Sprüche und Namen, also ich plappere sie wie ein Papagei nach und das paarmal hintereinander und amüsiere mich über diese Worte, Laute und Sprüche, freue mich über die Namen ...

Widerstand gegen Veränderung und Frustration

Es darf bei allem, was ich so mache keine Veränderung kommen, sondern alles, was ich so mache, muss immer gleich und gewohnt bleiben und wenn ich alles im gleichen und gewohnten Ablauf brauche, darf man auch nie frustig auf mich sein, denn ich möchte mich ja auch wohl fühlen, aber das kann ich nur dann, wenn man mich alles - aber wirklich alles - in meinem gleichen und gewohnten Ablauf machen lässt, ohne frustig auf mich zu sein. Leichte Anzeichen von Ängsten

Ich habe Riesenpanik vor Veränderungen, die verkrafte ich nämlich überhaupt gar nicht. Und vor den Ernsthaftigkeiten habe ich riesengroße Panik, also Kritiken, Beschwerden, Strafen, Strenge, Streit, Strukturen, Druck, Grenzen, Ärger, Ausschimpfe, Konsequenzen, Bedingungen, Mahnungen, Warnungen, Verantwortung, Verbote, Pflichten, Regeln, Vorschriften und Absprachen. Und wenn man im harten und forschenden Ton zu mir sagt, „Du bist zu spät, Du hast verschlafen, Du sollst dies tun, Du sollst das tun, laß dies sein, laß das sein, Du sollst jetzt sofort aufstehen, Du sollst jetzt duschen usw.“ und wenn man mich überhaupt auf etwas anspricht, mir die Meinung sagt und immer glaubt, ich würde immer nur was schlimmes anstellen und nur Mist bauen, ich bin doch trotz meiner ganzen autistischen Verhaltensauffälligkeiten eine sehr nette und liebe Person und deshalb habe ich Panik vor der Ernsthaftigkeit, weil ich ja nie was schlimmes anstelle, sondern das nur meine autistischen Verhaltensauffälligkeiten sind.

Stimmungsprobleme

Meine Stimmung schwankt immer wieder. Mal bin ich fröhlich und lache über viele Erinnerungen von damals, über die ich mich immer so amüsieren muss und mal bin ich tief deprimiert, weil ich schon seit Ende / Anfang August 1997 auf das Gelände der Evangelischen Stiftung Alsterdorf ziehen möchte, aber die Behörde es einfach abgelehnt hat. Denn ich kenne viele Bewohner, die von einer anderen Wohneinrichtung nach Alsterdorf gezogen sind, und zwar möchte ich unbedingt auf das Stiftungsgelände und auf gar keinen Fall in eine Außenwohngruppe und da gibt es Gründe: Erstens ist mir das vom Berliner Tor bis nach Alsterdorf viel viel viel zu weit, diese ständige Warterei auf Bus und Bahn, dann diese Fahrerei und Umsteigerei und die Lauferei zu den Haltestellen, Mensch, auf dem Gelände sind es von der Wohngruppe zur WfB nur ca. 3 bis 5 Minuten und ich brauche vom Berliner Tor bis Alsterdorf mit Fußweg, Wartezeit, Fahrzeit und Umsteigen eine gute Stunde, dann wohn ich in den ersten beiden Stockwerken, also im dritten und vierten und das auch noch ohne Fahrstuhl und zu Fuß nach oben dauert mir das auch zu lange. Zweitens habe ich in Alsterdorf sehr viele Freunde und Freundinnen und die können nicht alleine mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren, da müssen immer Betreuer dabei sein, selbst wenn ich sie begleiten möchte, da muss immer noch ein Betreuer dabei sein und zum Berliner Tor kann ich meinen Freundeskreis nie einladen, weil die Betreuer ja auch nicht immer Zeit haben und das tut mir für meinen Freundeskreis richtig dolle leid und wenn ich auf dem Gelände wohne, kann ich meinen Freundeskreis immer zu mir aufs Zimmer nehmen, ohne daß das Betreuungspersonal dabei sein muss. Ich muss aber in eine rollstuhlgerechte Wohngruppe, weil ich auch sehr gerne Rollstuhlfahrer zu mir einladen möchte.

Drittens finde ich diese Wohngruppe auf dem Gelände so toll, weil die Flure so schön groß, lang und sehr breit sind, die Wohnzimmer sehr groß sind, das ist da alles sehr groß und da ist dann je eine Wohnung im ganzen Stockwerk und keine zwei kleinen Mietwohnungen übereinander, sondern alles in einem Stockwerk und alles in einem Stockwerk und alles ist da voller PVC-Boden und wenn ich in Alsterdorf mein Zimmer

habe, soll auch nur PVC-Boden in meinem Zimmer sein. Und wenn ich seit 1997 diesen Wunsch habe, nach Alsterdorf zu ziehen und die Behörde es einfach ablehnt, zumal ich mich in Alsterdorf sehr viel viel viel wohler, sicherer und geborgener fühlen würde, bin ich ja sehr doll deprimiert.

Annahme und Erwidern von Zärtlichkeit

Zärtlichkeit bedeutet für mich, nie ausgeschimpft zu werden und immer alles bei mir dulden, hinnehmen und durchgehen lassen, mir verzeihen, daß ich mich nie wie eine normale Erwachsene verhalten kann und so auch nie sein kann, mich nie zu etwas zwingen und so auch nicht von mir erwarten, daß ich mich selber zu etwas zwingen, mich nie zu etwas unter Druck setzen und auch nicht von mir erwarten, daß ich mich selber unter Druck setze, sprich: die ganzen Ernsthaftigkeiten und das auch noch lernen zu müssen, obwohl ich so eine Panik habe. Wenn man mich so lassen würde, wie ich bin und mich nie zwingen und unter Druck setzen würde und nie erwarten würde, daß ich mich selber zu etwas zwingen und unter Druck setze, z.B. alles zu lernen, z.B. mit den ganzen Ernsthaftigkeiten fertig zu werden, obwohl ich ja so eine Panik davor habe, wenn man aber einsieht, daß ich doller Panik vor den ganzen Ernsthaftigkeiten habe und mich deshalb auch nie zwingen und unter Druck setzen würde, alles von den Ernsthaftigkeiten zu lernen, wenn man alles hinnehmen, dulden und durchgehen lassen würde und wenn man mir viel Arbeit abnehmen würde, wenn es mir viel zu viel ist, wenn man mir viel viel viel mehr erlauben würde, wenn man zu mir nie sagen würde „keine Zeit“, sondern sich für mich extra dann Zeit nimmt, wenn ich jemanden brauche usw. nur dann ist man zärtlich zu mir, aber in der WfB Alsterdorf in der Montage, Verpackung 3U, in der WG in der St. Georg Blindenstiftung da läuft alles mit Druck und Zwang – deshalb möchte ich in die MV4 oder GU, in eine Alsterdorfer WG, z.B. im CKH irgendwo im E-Flügel und die sollen dann alle so mit mir und meiner Behinderung umgehen, daß ich nie wieder Panik und Depressionen bekomme, sondern mich nur pudelwohl fühlen kann, also zärtlich in der WfB MV4 oder GU in Alsterdorf im CKH, E-Flügel soll meine Zukunft nur mit Zärtlichkeit sein.

Verhält sich indifferent, Gleichgültigkeit, Uninteressiertheit

Einiges ist mir egal, ich bin für sehr sehr sehr viele Sachen nicht interessiert, z.B. für das richtige normale Erwachsensein, also so in der Art, wie ein Hochintelligenter, so in der Art möchte ich nicht erwachsen sein, ich bin ja nun mal nicht hochintelligent, also kann man nun mal von mir nicht erwarten, daß ich mich wie ein normaler erwachsener Mensch verhalte, denn da muss ja so viele Ernsthaftigkeiten ertragen, aber das tut mir ja so doller weh, die ganzen Ernsthaftigkeiten. Ich habe zwar das Selbstbestimmungsrecht, also ich habe keinen Vormund und keinen gesetzlichen Betreuer und so soll es natürlich auch bleiben, aber ich möchte trotzdem wie ein Kind bleiben und da ich mich ja wie ein Kind fühle und auch so denke, handle und fühle wie ein Kind, möchte ich auch sehr gerne in Alsterdorf wohnen und bei anderen, die auch so imstande sind wie Kinder und auch in der WfB in der langsamsten Gruppe arbeiten, denn für das, wie jetzt bin ich überhaupt gar nicht interessiert, natürlich, weil es mir Panik macht – Blindenstiftung und MV3, das ist einfach nicht so mein Stil, ich möchte nur in MV4 oder 6 und in eine WG im CKH ein Zimmer im E-Flügel. Einiges ist mir egal, z.B. wenn ich mich selber hauen und stoße, den Schmerz spüre ich viel viel viel weniger, also den Schmerz vom selber hauen und stoßen – den Schmerz spüre ich viel viel viel weniger als den seelischen Schmerz, der bei mir durch die ganzen Ernsthaftigkeiten auftaucht. Die seelischen Schmerzen sind nämlich viel doller, also das selber hauen und stoßen sind mir in einem Moment egal, das spüre ich nicht so doll, wie den seelischen Schmerz.

Lacht und kichert unangemessen

Ich bekomme immer so einen kräftigen Lachanfall, wenn etwas runterfällt, wenn etwas scheppert, wenn jemand laut niest oder hustet usw., da glaubt dann jeder, ich wäre schadenfroh, aber das bin ich nicht. Ich lache und kicher ja nicht, weil jemanden das eine oder andere passiert ist, sondern ich lache mehr über die Geräusche und wie der Gegenstand fällt.

Stellt keinen Augenkontakt her und auch keinen Körperkontakt

Wenn ich aufgeregt bin, z.B. wenn ich mich ganz doll über etwas ärgere, wenn andere bestimmen, wie meine Zukunft sein soll und ich dadurch Zukunftsängste, wenn ich um eine Freundin, einen Kumpel oder einen Freund mir Sorgen mache, weil die Kummer haben, z.B. durch Verletzungen, Ärger oder so etwas oder aber auch, wenn ich mich über etwas ganz doll freue. Wenn ich mich ganz doll freue, darf mich niemand berühren, also z.B. schöne Musik höre und tanze.

Spielt nur für sich, macht nur was für sich

Ich mache nur was für mich alleine, z.B. ich mag lieber beim Essen alleine sein und wenn ich mit der Gruppe zusammen esse, dann nur nach meinem eigenen Bedarf und nicht unter Zwang und Drang, dann mag ich lieber alleine für mich unterwegs und ebenfalls mit der Gruppe zusammen mache dann auch nur nach eigenem Bedarf und nicht unter Zwang und Drang, aber meine ganzen Privatbereiche (mein Zimmer, meine Schränke und meine Taschen) da darf niemand dran, da darf keiner drin rumschnüffeln. Besuchen in meinem Zimmer ist kein Problem, also, wenn ich Lust habe.

Ist einseitig in seinen Interaktionen

Ich denke oft an meinen Freundeskreis, an Bahnen, Busse, Fährschiffe und Autos und an Fotoartikel und an Musik oder fange gerade dann davon an zu sprechen, wenn gerade ein anderes Thema ist.

Redet fortwährend über ein Thema

Ich denke eine Zeit an den Kumpel, eine Zeit an den Kumpel, eine Zeit an die Freundin, eine Zeit an die Freundin und rede auch immer von denen.

Verhält sich bizarr

Wenn ich vor etwas Panik habe und diese Sache, vor der ich Panik habe, angewandt wird, z. B. Veränderungen, Ernsthaftigkeiten, da fange ich dann an bizarre Bewegungen zu machen, nein nein nein zu sagen, das möchte ich nicht, das finde ich nicht gut, zu sagen und zu weinen und manchmal auch zu schreien, wenn ich mich freue, mache ich auch bizarre Bewegungen, lache dabei und schreie, geil geil ja, juhu und schaukle hin und her.

Dreht Gegenstände wie Kreisel oder handhabt sie in stereotyper Weise

Ich drehe mit vielen Gegenständen in der Hand, mit Papier und anderen Gegenständen oder benutze so andere Gegenstände für ganz andere Zwecke, z.B. ich habe mir aus einer Tasche, die normalerweise als Arbeitstasche gedacht ist, eine Bauchtasche gebastelt, also habe mir da einen Bauchtaschenriemen reingemacht.

Kann gewisse Dinge durchaus sehr gut, sofern die Aufgabe kein soziales Verständnis erfordert

Wenn ich etwas von mir selber aus mache, dann klappt es wunderbar, wenn man sagt, das und das soll ich machen und es soll kein Fehler gemacht werden, oder es darf kein Malheur passieren, dann geht gerade etwas schief und wenn man auch noch zusätzlich erwartet, daß ich sofort mit der Sache anfangen, weiß ich noch nicht, wie ich was machen soll, damit nichts schief geht und ich habe es öfter mal, daß ich nicht weiß, wie ich etwas machen soll, und wann und das habe ich häufig bei mir in der WfB in der Montage, Verpackung III, denn da ist mir das alles viel zu kompliziert und auch etwas schwer, außerdem achten sie da schon auf die Minute. Um 8:00 Uhr ist Arbeitsbeginn, eine Minute nach 8.00 ist schon hölle zu spät, da wollen sie mir da schon die Kündigung einreichen, bei einer einzigen Minute bin ich in den Augen meiner WfB-

Gruppenleiter schon viel zu spät, obwohl andere behinderte Mitarbeiter bei 10 Min. nach 8.00 noch nicht mal von ihrem Gruppenleiter Ärger kriegen, so ist es auch immer nach den Pausen, ich soll immer im Gang in der Gruppe sein, das ist mir alles viel zu kompliziert, ich habe mit dem ganzen Sozialen Riesenprobleme und dafür soll man bei mir eigentlich viel Verständnis haben. Ich kann morgens auch nie zur erwarteten Zeit aufstehen, das kommt aber auch davon, weil ich morgens trotz drei Wecker nie so schnell wach werde und auch dafür soll man viel viel viel Verständnis haben und mich nicht unter Druck setzen. „Steh jetzt mal bitte auf!!!! Nächstes mal bleibe ich so lange in Deinem Zimmer stehen, bis Du aufstehst!!!!“ Diesen Druck verkrafte ich nie, ich kann die gewissen Dinge nur dann sehr gut, wenn man nichts von mir erwartet, wenn man mich nicht ..., bekomme ich öfter mal zwischendurch am Tag, entweder bekomme ich Panik vor Personen, z.B. weil die so ziemlich ernsthaft sind oder ich bekomme Panik davor, daß ich wieder Fehler mache oder mir Malheurs passieren und ich dafür wieder Ärger kriege. Traurige Grundstimmung habe ich deshalb, weil ich montags und mittwochs immer nach der Arbeit zu Hause sein soll (17.30 Uhr) dienstags und donnerstags Punkt 22.30 Uhr, freitags und samstags Punkt 24.00 Uhr. Und sonntags soll ich nur zuhause sein. Wenn mir diese Sache durch den Kopf schießt, bekomme ich auch öfter mal Appetitstörungen, also ich esse langsam und was mich ganz besonders traurig macht, ist, daß ich seit Ende Juli, Anfang August 1997 unbedingt auf das Gelände der Evangelischen Stiftung Alsterdorf möchte, aber die Behörde es einfach abgelehnt hat, obwohl ich auf dem Gelände einen sehr sehr sehr kurzen Arbeitsweg habe, also 3 bis 5 Minuten Fußweg von der WG bis zur WfB, aber so wie jetzt, vom Berliner Tor bis nach Alsterdorf, also von meiner jetzigen Wohnung zum Bahnhof Berliner Tor Fußweg 4-6 Minuten, Wartezeit 5-10 Minuten, Fahrzeit 16 Minuten, Fußweg vom Bahnsteig zum Bus 3-5 Minuten, Wartezeit 5-10 Minuten, Fahrtzeit 2-3 Minuten, Fußweg 5 Minuten und das jeden Morgen und abend so ungefähr wieder zurück, daß ich das jeden Tag mitmachen muss, diesen Fahrstreß zur Arbeit. Ich möchte lieber einen sehr sehr sehr kurzen Arbeitsweg haben und mit Bus und Bahn nur in meiner Freizeit hin und herfahren, z.B. zum Einkaufen, zum Dom oder einfach hin und herfahren.

Gereiztheit

Wenn mal jemand mit mir reden möchte, wo ich mal durch Stimmung keine Lust habe zu reden, weil mich das dann nur noch zum Weinen reizt.

Unsicherheit

Ich weiß oft nicht, wie ich was machen soll, wenn ich was machen soll, damit es richtig ist.

Kontakt

suche ich, ich mag sehr gerne mit meinem Freundeskreis zusammensein und muss immer sehr viel über meinen Freundeskreis wissen und möchte auch öfter mit denen was machen.

Was mich nicht unter Druck setzt, was mich nicht zwingt, was ich sehr gut kann und auch sehr gerne mache: Fotografieren, mit öffentlichen Verkehrsmitteln fahren, malen, schreiben, mir was Besonderes kaufen, Toilettengänge erledigen, Nase putzen, essen und trinken. Was ich zwar sehr gut kann, aber immer dran erinnert werden muss: duschen, Zähne putzen, Zimmer aufräumen, Wäsche waschen. Was mir durch Druck, Zwang, Drang, Erwartungen immer für Malheure passieren und was für Fehler ich immer mache: ich stehe jeden Morgen viel zu spät auf, ich komme fast jeden Tag zu spät in die WfB, ich komme fast jeden Tag zu spät nach Hause, ich mache bei der Arbeit ständig was falsch, ich weiß nie, ob ich was falsch oder richtig mache, ich weiß nie, wie ich was machen soll und wann, daß ich nicht weiß, wie ich was machen soll und wann, habe ich nicht nur auf der Arbeit, sondern auch bei mir in der Wohngruppe.

Psychische seelische Bemerkungen durch meinen Autismus

Schreien und Toben, Weinen und Schreianfälle, Appetitstörungen, Angstanfälle, traurige Grundstimmung, Gereiztheit, Unsicherheit, Kontaktsucht, Lernhemmung, Leistungsschwäche, Konzentrationsstörungen, mangelnde Ausdauer, Ängstlichkeit, soziale Isolierung, Grübeln, Bedrücktheit, Kopfschmerzen. Schreien und Toben tu ich, wenn mir das eine oder andere zuviel wird. Weinen und Schreianfälle ebenfalls, wenn mir das eine oder andere zuviel wird und aber auch wenn ich sehr traurig bin oder durch diese Panikerscheinungen (Panik vor den ganzen Ernsthaftigkeiten usw.). Appetitstörungen, das ist ein Schwanken, mal esse ich wie ein Scheunendrescher, da bin ich dann fröhlich und gut drauf und mal esse ich sehr langsam und bin ziemlich tief deprimiert und bin ziemlich geschockt durch eine Ernsthaftigkeit, z.B. Streit mit jemandem, Angstanfälle, Lernhemmungen. Ich habe irgendwie eine hölle Panik, etwas dazuzulernen, vor allem, wenn ich mit den ganzen Ernsthaftigkeiten fertig werden soll, also lernen soll, mit den ganzen Ernsthaftigkeiten fertig zu werden und überhaupt irgendetwas unerträglich Unangemessenes in meinem Leben auszuhalten und das zu lernen, das ist für mich ein Alptraum, da bekomme ich schon panische Ängste und Depressionsanfälle, also stehe schon kurz vor einem Heulanfall, wenn ich schon über so etwas nachdenke. Leistungsschwäche: ich kann nicht immer gute Leistungen erbringen, also das schwankt immer wieder, mal klappt das, mal klappt das nicht, mal komme ich pünktlich irgendwo an und mal nicht. Das hängt auch mehr mit meinen Stimmungsphasen zusammen. Konzentrationsstörungen: ich kann mich bei der Arbeit (WfB) oft nicht konzentrieren, weil das da nach meinem Empfinden viel zu schnell geht und alles soll immer richtig und sorgfältig sein.

Mangelnde Ausdauer habe ich immer auf der Arbeit, aber auch wenn ich immer unter Zeitdruck stehe.

Ängstlichkeit: Ich bin sehr oft ängstlich, wenn ich an eine Person direkt vorbeigehe, mit der ich gerade Streit hatte, auch wenn es nur ein kleiner Streit war. Sozial Isolierung: das normale soziale Leben ist mir zu schwer, also normalerweise mag ich lieber alles so nach meinen eigenen Vorstellungen machen und nicht so, wie man das macht.

Grübeln: ich bin vom Aufstehen an bis zur Schlafenszeit am Grübeln aus Panik wegen dem harten strukturellen ernsthaften Tagesablauf, denn das kommt mir alles so vor wie Strafe mit diesem Tagesablauf und der Tagesablauf ist mir auch viel zu schwer. Bedrücktheit: ich bin tagtäglich bedrückt, traurig, deprimiert und niedergeschlagen, wegen dem Tagesablauf usw.

Kopfschmerzen habe ich ganz ganz ganz ganz selten und zwar vom stundenlangen und dollen Weinen.

Der Tagesablauf, der mich seelisch belastet: morgens unter Druck und Zwang und Drang auf die Sekunde aufstehen, pünktlich aus dem Haus gehen, um Punkt 8 auf der WfB sein, den ganzen Tag nur auf einem Fleck sitzen, den ganzen Tag auf dem gleichen Platz sitzen und immer nur das eine und selbe tun, nach den Pause pünktlich in der Gruppe sein, dann montags und mittwochs gleich nach der Arbeit zuhause sein, dienstags und donnerstags pünktlich um 22.30 Uhr, freitags und samstags pünktlich um 24.00 Uhr. Und sonntags nur zuhause sein.

Der Tagesablauf würde mir das sichere und geborgene Gefühl geben, ich würde mich wohler fühlen und viel mehr Vertrauen haben: morgens nicht aus dem Bett gescheucht werden, nicht zu einer festen Zeit aus dem Haus müssen, nicht unbedingt um Punkt 8 in der WfB ankommen müssen, sondern vielleicht um 8.30 Uhr oder so um den Dreh und nicht immer nur den ganzen Tag das eine und selbe machen, nicht immer die ganze Zeit nur da sitzen den ganzen Tag nur auf einem und demselben Fleck, alles so

nach eigener Art und Weise machen und jeden Tag weg sein, wann, wie oft und wie lange man selber möchte.

Meine Wahrnehmung: ich nehme alles von der Umwelt ganz anders wahr, als ein Mensch ohne Autismus. Wenn man mich auf etwas anspricht, „hey, das ist falsch, das darfst Du nicht, hör auf, mach mal jetzt Deine Arbeit, ich nehme Dir gleich Deine Tasche weg, ich schmeiß Dich raus, usw.“ Ich nehme, wie gesagt, alles ganz anders wahr und ich erzähle auch die Sachen so, wie ich sie wahrnehme und wie sich diese ganzen Wahrnehmungen bei mir verarbeiten.

So soll meine zukünftige Wohngruppe sein: ich möchte mich auf alle Fälle selbst verpflegen, weil ich es satt habe, immer in Streit zu geraten, wenn ich mal frage, „gibt es Essen, wann gibt es Essen“ und dieses ständige Warten, bis alle was auf dem Teller haben und bis alle fertig sind mit Essen, denn das nimmt mir nur sehr sehr sehr viel kostbare Zeit weg und wenn ich mich selbst verpflege, bin ich in der Zeit, wo ich mit der Gruppe gemeinsam esse, schon 10mal fertig mit Essen. Ich möchte Betreuer haben, die für alles bei mir Verständnis haben und mich nie auf etwas ansprechen, z.B. „Du sollst das jetzt mal machen“, aber spielerisch soll da alles sein, ohne Druck und Zwang und Drang und ohne Ernsthaftigkeiten, ich möchte im CKH-E-Flügel wohnen, Stockwerk ist egal, nur nicht im Erdgeschoss. Die allerbeste Medizin und Beruhigungsmittel gegen mein ständiges Deprimiert-sein und panische Ängste haben wäre nur diese neue Wohngruppe im CKH und die WfB-Gruppe MV6. Ich möchte auf alle Fälle mein eigens Selbstbestimmungsrecht erhalten, aber möchte trotzdem wie ein Kind sein, nur so kann ich mich wohl, sicher und geborgen fühlen und Vertrauen finden. Und man soll immer für alles Vertrauen haben. Man droht mir oftmals in der WfB in der MV3 an, dass man mir meine Bauchtasche wegnimmt.