

NEURODIVERSITÄT

ANDERS ANDERS

HephataMagazin

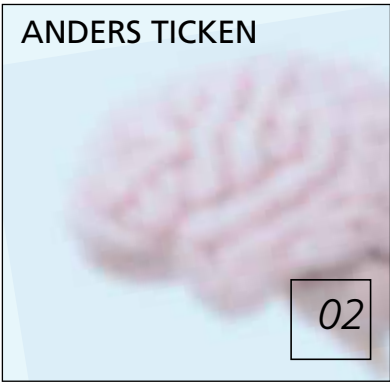
EINBLICKE - ANSICHTEN - AUSBLICKE

Nr. 60
August / 22



Inhalt

HephataMagazin
Ausgabe 60 | August 2022



Editorial	01	In der Mitte des Lebens: Ich war immer schon anders, aber jetzt weiß ich wieso! Vanessa Strauch	16
ANDERS TICKEN „Neurodiversität“ – Konzept, Anliegen und Grenzen einer sozialen Bewegung Udo Feist	02	Anders anders Arbeiten aus dem Atelier Strichstärke	18
ADHS bei Erwachsenen Ulrich Brennecke	06	Geistliches Wort: Gottes bunte Vielfalt Dietrich Denker	20
Sozial problematisch? Klischees und Mythen über Hochbegabung Tanja Gabriele Baudson	08	Unter die Lupe genommen Das Social-Media-Team mit Gedanken zum Thema Neurodiversität	21
Dem einen sein anders ist dem anderen sein normal Isabelle von Linden	10	Namen und Neuigkeiten	22
Förderung von Menschen mit neurodiversen Besonderheiten in Nordrhein-Westfalen Claudia Middendorf	12	Impressum	25
„Als hätte ich ein Pflaster auf dem Mund“ Michael Netzhammer	14		

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

„Jeder Jeck is anders!“ – die bekannte Kölner Lebensweisheit entschärft Unterschiede, an denen sich Menschen bei anderen stören. Weil jeder (insgeheim oder offen) zugibt, ein „Jeck“ zu sein, bleibt immer etwas, das miteinander verbindet.

Unser Heft „Anders anders - Neurodiversität“ beschäftigt sich mit bestimmten menschlichen Unterschieden, die fremd erscheinen, aber unter vielen Menschen verbreitet sind. Es geht um Hirnfunktionen, die zum Teil in der Welt der sogenannten Normalität ebenso greifen wie in der Welt der sogenannten Behinderung; Dispositionen, die über ganze Lebensläufe entscheiden können, wie zum Beispiel Störungen im Autismusspektrum. Wenn sie denn diagnostiziert sind, kann die Umwelt fremdes Verhalten besser verstehen, zielgenau darauf reagieren und Leben fördern anstatt es zu behindern.

Warum bringen wir als Evangelische Stiftung Hephata ein Heft unter diesem Thema heraus?

Wir haben dafür zwei Gründe.

Zum einen unterstützen und betreuen wir Menschen, die nicht nur eine geistige Einschränkung wie eine Intelligenzminderung haben, sondern vielfach auch mit Autismus oder anderen Formen der Neurodiversität leben müssen. Es ist für uns wichtig, diese richtig zu erkennen und das Handeln dementsprechend darauf einzustellen.

Der zweite Grund für dieses Heft ist im gesellschaftspolitischen Aspekt zu sehen: wenn wir als Gesellschaft immer mehr verstehen von der „neurodiversen“ Andersartigkeit von Menschen, dann können wir Andersartigkeit auch besser akzeptieren und daran arbeiten, dass die Betroffenen so gut wie möglich am Leben teilhaben können. Das könnte für viele der Menschen, die wir begleiten, ebenfalls neue Teilhabemöglichkeiten schaffen.

Der Leitartikel von Udo Feist führt uns ein in die verschiedenen Spielarten von „Neurodiversität“ und die Diskussion um den Begriff. Sie finden im Heft Expertenwissen zu den verschiedenen Erscheinungsformen. Sie können ferner lesen, wie es sich für verschiedene

Menschen anfühlt, „neurodivers“ zu sein und welche Befreiung es bedeutet, wenn die Ursachen für das Empfinden, anders zu sein, gefunden werden.

Wir richten den Blick in die Politik und fragen nach, wie das Land NRW mit dem Thema Neurodiversität umgeht. Und wir schauen über den Tellerrand nach Bayern, wie eine andere Organisation Neurodiversität thematisiert.

Akzeptanz eröffnet neue Lebensmöglichkeiten. Daher weisen wir ausnahmsweise auf ein Kinderbuch einer unserer Werkstattmitarbeiterinnen hin, das diesem Ziel dient und schon die Kleinsten auf die Vielgestaltigkeit des Lebens vorbereitet.

„Jeder Jeck is anders“. Das ist die humorvolle Entsprechung zur biblischen Überzeugung, dass Gott alle Menschen trotz aller sichtbaren und unsichtbaren Unterschiede mit gleicher Würde ausgestattet hat. In jeder individuellen Spielart von Menschen spiegelt sich Gott selbst. Es ist ein Fortschritt, wenn wir uns selbst als „Jecke unter Jecken“ begreifen und zu einer jeckenfreundlichen Gesellschaft werden, in der möglichst alle ihren Platz haben.

Es grüßt herzlich

Ihr Vorstand der Evangelischen Stiftung Hephata
Dipl.-Kauffrau Verena Hölken
Pfarrer Dr. Harald Ulland



von Udo Feist

ANDERS TICKEN

„Was ist das denn?“, will eine Freundin wissen, als ich Neurodiversität erwähne. Das sperrige Wort ist ihr fremd. Sie ist Lehrerin (Deutsch, Pädagogik, Kunst) und Mutter von zwei Söhnen, 18 und 30 Jahre. Nette Jungs. Ihr Bildungsweg ist gerade: Abi, dann Studium, der eine promoviert. Gelegentliche Identitätskrisen inklusive. Sie gehen ihren Weg, wie man so sagt. Sie sind wie die meisten, eine Art von Durchschnitt.

„Das ist soo wichtig!“ lautet die energische Reaktion einer andren Freundin auf das Stichwort Neurodiversität. Sie unterrichtet Kunst und hat drei Kinder (28, 24 und 18). Die Mittlere studiert nun bald, die Ältere ist im Beruf, der Jüngste macht gerade Praktikum. Er sucht nach einer Ausbildung, die zu ihm passt. Schon eine weiterführende Schule für ihn zu finden, war nicht leicht. Im Vertrauten ist er umgänglich, zieht sich sonst aber oft zurück. Er ist smart und intelligent - zugewandt nur, wenn er kann. Eine genaue Diagnose gibt es noch immer nicht, doch irgendwas aus dem breiten Autismus-Spektrum wird es wohl sein, da sind sich die bislang befragten Fachleute einig.

© Udo Feist

ALLES NEURO - ODER WAS?

Sich im Gewusel Gleichaltriger oder Fremden gegenüber zurechtzufinden oder jedenfalls wohl zu fühlen, fällt dem Benjamin der Familie schwer. Wo andere gleich versuchen, sich zu beweisen und ihren Platz zu finden, wird er eher still, wendet sich ab oder nach innen. So ist er, war er schon als Kind, sagt die Mutter, eben anders. Er brauche Zeit und man selber auch für ihn.

Hier setzt im Grunde der „Neurodiversität“-Gedanke an. Ein steriler akademischer Begriff, der für ein sympathisches Anliegen steht. Er enthält das griechische „neuron“ (Nerv) und das lateinische „diversus“ (in der Beschaffenheit abweichend, verschieden) und bezieht sich auf die Funktionsweise des Gehirns. Dahinter steht die Erkenntnis, dass Gehirne nun mal unterschiedlich arbeiten: wie sie denken, verknüpfen, auf Reize reagieren, sinnliche oder soziale, und darin, wie sie Gefühle hegen, damit umgehen, Verhalten steuern. Nun gibt es eine übergroße Mehrheit, die sich darin weithin ähnelt oder – im Groben von Alltag, Beziehungen, Ausbildung und Beruf zumindest – gleicht. Alle, die dazu gehören, werden (wieder griechisch!) neurotypisch genannt. Das bedeutet, sie haben die wesentlichen gemeinsamen Merkmale einer Gruppe. Die, bei denen das anders ist, werden neurodivergent genannt, vom lateinischen „divergere“ für „auseinandergehen, abweichen“.

Was abstrakt und soziologisch kühl klingt, steht jedoch für sehr konkrete Auswirkungen. Denn eine stabile deutliche Mehrheit hat stets die Tendenz, sich als Norm, als das Normale zu betrachten. Anderen begegnet sie mit Abschätzigkeit, Ausgrenzung, Mobbing oder Wertungen à la „Du tickst doch nicht richtig“, „der spinnt ja“ oder „die ist doch krank“: störend, schwierig, eben nicht normal. Eine neutralere Sicht – es ließe sich ja auch von „gewöhnlich bis ungewöhnlich oder außergewöhnlich“ sprechen – hätte vielleicht einen anderen Umgang zur Folge.



Fotos: ©Photographie.eu - stock.adobe.com

Das Konzept der „Neurodiversität“ baut jedenfalls darauf.

Dazu benennt es die Unterschiedlichkeit und fügt sogleich hinzu, dass die auch sinnvoll sei. Es beruft sich dabei auf Erkenntnisse aus der Evolutionsforschung, wonach erst Diversität Gesundheit und Bestand einer Art sichere. Das zur Norm erklärte Typische wird sozusagen entzaubert. Auch das Abweichen gilt es wertzuschätzen. Demnach umfasst Neurodiversität gleichermaßen Neurotypisches wie Neurodivergentes. Das Mehrteiliche nicht als gesunde Norm und andres als krank und mangelhaft anzusehen, ergebe sich als gesellschaftliche Regel von selbst daraus.

„I WOULD NOT – ICH LIESSE ES“

Kurt Cobain, Sänger und Gitarrist der Band Nirvana, spielte sein Instrument wie übrigens auch Jimi Hendrix mit links. Dass er 1994 so tragisch starb, hat damit mutmaßlich nichts zu tun. Allerdings galt es noch bis in die 1970er Jahre hinein als normal, Linkshändigkeit „umzuerziehen“, gleichzurichten. Für manche hatte das traumatische Folgen.



© K.-U. Häbler - stock.adobe.com

Wenn Ältere aus ihrer Schulzeit von Schlägen mit dem Lineal auf die „böse“ Hand erzählen, blitzt dies mitunter auf.

Der Blick auf die Abweichung war meist mit moralisch aufgeladener Abwertung verbunden, was sich oft auf die gesamte Person übertrug. Für auffällig unruhige Kinder galten ähnliche Urteile: In der Umgangssprache ist der „Zappel-Philipp“ noch präsent. Er entstammt dem weit verbreiteten Kinderbuch „Struwwelpeter“ von 1844, das wegen seiner vielfach rigide stigmatisierenden Urteile heute als ein anrüchiges Werk von „Schwarzer Pädagogik“ gilt.

Manche, die früh für das Konzept der Neurodiversität eintraten, zählen auch Linkshändigkeit zu den Phänomenen, die gesellschaftlich neu, nicht länger als pathologisch zu betrachten seien. Doch dieser Kampf darf wohl als gewonnen gelten. Einigkeit besteht darin, dass ADHS, also die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung in all ihren Ausprägungen dazugehöre; des weiteren Lernschwierigkeiten beim Lesen, Rechnen und Schreiben, also Legasthenie, Dyskalkulie und Dysgraphie, sowie Probleme, seinen Körper zu beherrschen (Dyspraxie / „das ungeschickte Kind“). Einige nehmen auch Tourette-Syndrom, so genannte Hochbegabung und Synästhesie hinzu, also die seltene Kopplung unterschiedlicher Sinne bei der Wahrnehmung.

Bekannt wurde das in den 1990er Jahren entwickelte Konzept aber durch Menschen aus dem Autismus-Spektrum, die sich in US-Selbsthilfegruppen und Netzwerken sammelten und dafür eintraten, nicht als Mangelbehaftete, Seltsame und bloß Hilfsbedürftige abgetan zu werden. Das „Autism Rights Move-

ment“ steht insofern am Beginn der globalen, jetzt viel breiter gefächerten Neurodiversität-Bewegung. Ihr Symbol ist ein Unendlichkeitszeichen in den Regenbogenfarben, ähnlich wie bei anderen Divers-Bewegungen. Dass Autisten den Anstoß gaben, mag von dem Film „Rain Man“ profitiert haben, in dem Dustin Hoffman 1988 bewegend einen Autisten spielte, was für viel Aufmerksamkeit sorgte. Doch die Ursachen liegen tiefer. Der Zeitgeist war für soziale Bewegungen, die Inklusion und Wertschätzung forderten, offenbar günstig. Und diese gewinnt inzwischen auch bei uns zunehmend an Gehör – in Fachkreisen unter Sonderpädagogen und Therapeuten, bei Betroffenen ohnehin sowie bei Eltern von neurodivergenten Kindern. Die Internetseiten der Bundesministerien für Gesundheit, Familie, Bildung oder Soziales kennen das Suchwort „Neurodiversität“ allerdings bislang noch nicht.



Wie wesentlich es dabei um Identität geht, wird am berühmten Beispiel der US-amerikanischen Verhaltensbiologin Temple Grandin deutlich. In ihrem Buch „Thinking in Pictures“ (In Bildern denken) schreibt sie: „If I could snap my fingers and be nonautistic, I would not. Autism is part of what I am. – Auch wenn ich bloß mit den Fingern schnippen müsste, um nicht mehr autistisch zu sein, ich liebe es. Autismus ist Teil dessen, wer ich bin.“

Mit zwei Jahren wurde bei ihr ein „Hirnschaden“ diagnostiziert. Mit dreieinhalb sprach sie noch kein Wort, hatte oft Wutanfälle, starrte lange auf Gegenstände. Statt sie, wie Ärzte rieten, in ein Heim zu geben, förderten ihre Eltern sie intensiv. Grandin ging ihren Weg. Sie studierte experimentelle Psychologie, promovierte im Fach Tierwissenschaften, das sie auch unterrichtete, und wurde führende Expertin für die Konstruktion von Anlagen zur Viehhaltung – nicht zuletzt wegen Einsichten, die auf ihren Erfahrungen als Autistin beruhen. Auch darüber hat sie, der das Erlernen der Sprache so immens schwer fiel, überaus erhellende Bücher geschrieben.

DAS KIND MIT DEM BADE

Neurodivergenz und erfülltes Leben schließen sich nicht aus, die Bedingungen müssen aber stimmen. Die Eltern von Temple Grandin, die 1947 geboren wurde, konnten sich das Fördern auch leisten, etwa den Besuch eines besonderen Kindergartens. Doch so viel seither gewiss auch besser wurde, es bedeutet Aufwand und Anstrengung, und zwar für alle. Man frage mal Lehrerinnen, die ADHS-Kinder in weiterhin oft zu großen Klassen haben. Bei ihnen oder Autisten fangen Schulbegleiter manches auf, aber schwierig ist es doch. Schon kleine Änderungen in der Klassenraumnutzung können große Irritation auslösen. Doch derzeit ist der gemeinsame Schulbesuch weithin akzeptiert, obwohl einige Sonderpädagogen widersprechen. Neurodiversität als Konzept passt allerdings gut dazu.

Der Teufel steckt wie stets im Detail. Wenn beispielsweise ein Autist in einer betreuten Gruppe zur Förderung der Eigenständigkeit leben will, braucht er dazu eine Diagnose. Sonst gibt es keine Finanzierung von Kassen oder Staat. So funktioniert das System.

Manche
wollen das aber nicht,
weil eine Diagnose
zugleich Feststellung von
Abweichung bedeutet,

was sie als Stigma empfinden. Doch selbst wenn mir das nichts ausmacht, bliebe die Frage, ob ich eine Diagnose etwa bei einem Vorstellungsgespräch einem Arbeitgeber gegenüber erwähne oder sogar erwähnen muss.

Dass Unternehmen wie SAP bereits gezielt Autisten suchten, weil sie um deren besondere Begabungen und die Vorzüge neurogemischter Teams wissen, beruhigt da wenig. Denn die Welt insgesamt ist nun mal nicht so.

Umgekehrt könnte ein allzu rigides Verständnis von Neurodiversität dazu führen, jenen, die an ihrer neurodivergenten Identität leiden, eine Behandlung zu versagen. Klassifikationen, was und inwiefern es als Krankheit oder Störung gilt, sind aber mit Grund beweglich und werden auch wiederkehrend neu definiert. Oder was wäre, wenn demnächst Magersucht als selbstverständlicher Teil des Gesamtspektrums gälte, gleichsam neurodivers eingemeindet würde? Das klingt drastisch, wäre im aktivistischen Überschwang aber sehr wohl vorstellbar. Doch dann schütete man wohl das Kind mit dem Bade aus. Freunde für das Anliegen gewönne man auch nicht. Bei allen gesellschaftlichen wie internen Debatten gilt es insofern darauf zu achten, derartige Tendenzen selbstkritisch zu hinterfragen. Wie kontraproduktiv sie sein können, ist an andern Bewegungen leicht zu sehen. Man denke nur an das Geschrei um das Gendern. Von durchaus wohlmeinender Überzeugung befeuertes Emp-

finden und daraus folgendes Handeln, das unreflektiert bleibt, gefährdet die Ziele. Deshalb gilt es klarzustellen: Neurodivergente sind nicht bessere Menschen, sie ticken bloß anders. Ihr Anspruch, wertschätzend gleichbehandelt zu werden, ist berechtigt, mehr aber nicht. Überhöhung diskriminiert ebenso wie Abwertung. Es gibt Spielräume, aber vor allem Graustufen – und nicht zuletzt Interessen. In einer komplexen Gesellschaft ist dabei der Hang der Mehrheit zum Genervtsein sowie zu Missgunst- und Neidreaktionen kaum zu überschätzen.

MENSCHENBILDFRAGE

Ich stehe spätabends am Fenster, rauche und denke nach. Der Nachbarssohn aus der mondänen Penthouse-Wohnung gegenüber tritt aus dem Haus. Eher neurotypisch, tippe ich. Um die 18 Jahre alt. Nicht unsympathisch, aber eine Rotznase, lästere ich vor mich hin. Der Junge wechselt die Straßenseite, starrt fortwährend auf sein Smartphone und lässt die Hunde pinkeln, die offenbar dringend müssen. An die Baumscheibe den einen, ans Fahrrad daneben den andern. An dem Größeren, noch recht jungen, der quirlig weiterlaufen will, zerrt er dann rüde – und geht mit den kurz Drangentleerten wieder rein.

Der wird seinen Weg machen, denke ich. Studium, leitende Position, Umgang mit Untergebenen so ähnlich. Jedenfalls ist es zu befürchten. Er verkörpert eine bekannte Norm: Ich-zuerst-und-dann-lange-gar-nichts. Denke ich gerade, doch auch ihn gilt es dafür zu gewinnen, anständig miteinander umzugehen, ob typisch oder divergent. Es geht um das Bild, das wir von uns haben. Davon, wie wir leben wollen und was überhaupt eine gute Welt ist oder sein soll. Ich halte es für heikel, wenn sich das Neurodiversitäts-Konzept, wie oben gesagt, auf die Evolutionsforschung beruft.

Da gab es schon andre, die daraus vor allem das „survival of the fittest“ betonten, den Sieg der Stärksten. Biologie taugt nicht zur Begründung von Werten. Beste Voraussetzungen, sie ausgehend vom einzelnen Menschen zu benennen und auch zu schützen, bietet unsere freiheitliche Demokratie, gerade weil in ihr immer alles auszuhandeln ist. In seiner Rede zu „65 Jahre Grundgesetz“ brachte der Autor und Orientalist Navid Kermani ihren wohl überlegten Realismus ganz treffend auf den Punkt:

„Wäre die Würde des
Menschen unantastbar,
wie es im ersten Satz heißt,
müsste der Staat
sie nicht achten
und schon gar nicht schützen,
wie es der zweite Satz
verlangt.“

Das ist ein schlaues Paradoxon (griechisch: Widerspruch, im Gegensatz zum eigentlich Erwarteten). Die Anliegen der Neurodiversitäts-Bewegung passen dazu. Und der anfangs erwähnte, diffus-divergente Sohn meiner Freundin hat inzwischen eine Lehrstelle gefunden. Im Hotelbereich, Service und Housekeeping, was ganz viel Umgang mit fremden und ständig wechselnden Menschen bedeutet. Es wird ihn fordern. Er freut sich sehr darauf.



ADHS

BEI ERWACHSENEN



Bis zum Jahrtausendwechsel nahm man an, ADHS gäbe es nur bei Kindern und verlöre sich mit dem Erwachsenwerden. Weil das auffälligste Symptom, die motorische Hyperaktivität, bei Erwachsenen meist nachlässt, erkannte man erst spät, dass bis zu 60 Prozent der betroffenen Kinder auch als Erwachsene noch ADHS haben. Oft ist nur noch häufiges Fußwippen oder Fingerklopfen übrig, während innere Unruhe und ständiges Getriebensein deutlicher in den Vordergrund treten. Ebenso wurde der etwas seltenere „Träumerle“-Subtyp mit überwiegender Unaufmerksamkeit, der auch als Kind wenig Hyperaktivität zeigt, seltener erkannt.

„Ist ADHS eine Persönlichkeitsdimension oder eine Störung? Ja!“

ADHS ist nicht kategorial wie eine Schwangerschaft oder ein Knochenbruch, sondern dimensional. Auch gesunde Menschen haben einige wenige ADHS-Symptome häufig. Erst Anzahl und Schwere der Symptome machen aus einer gesunden Persönlichkeitsdimension ein etwas belastendes Problem oder eine stark beeinträchtigende Störung.

Während DSM und ICD nur diagnostische Symptome benennen, die ADHS gut von anderen Störungen unterscheiden, kennt AD(H)S originär noch etliche weitere behandlungsrelevante Symptome (siehe Kasten). Nicht jeder Betroffene hat alle Symptome.

Die Folgen von ADHS-Störungen für Betroffene werden weithin unterschätzt. ADHS erhöht die Risiken von Täterschaft häuslicher Gewalt (6-fach), Rauchen (5-fach), Depression (4-fach), Scheidungen (4-fach), vorzeitiger Sterblichkeit wegen Unfällen (4-fach), Essstörungen (3-fach), Selbsttötung (2,5-fach), Arbeitslosigkeit, schlechteren Bildungsabschlüssen und Alkoholkonsum. Die Mehrheit der Betroffenen entwickelt zusätzliche psychische Störungen.

ADHS ist schwer erkennbar, denn die Symptome von ADHS ähneln sehr denjenigen von schwerem chronischem Stress (z.B. Mobbing, Insolvenz oder Tod einer nahestehenden Person). Sie werden – bei ADHS wie bei chronischem schweren Stress – vornehmlich durch Dopamin- und Noradrenalinmangel im Gehirn vermittelt. Dennoch ist Stress etwas ganz anderes als ADHS: Stress geht mit dem Stressor, ADHS bleibt.

Um ADHS nachzufühlen, können Nichtbetroffene sich vorstellen, ihr Schreibtisch stünde mitten in einer belebten Fußgängerzone direkt neben der Straßenbahn. Nach acht Stunden fühlt man sich so, wie ein ADHS-Betroffener nach acht Stunden im stillen Einzelbüro: völlig durch.

Betroffene selbst nehmen dies meist nicht wahr, weil sie es ja ihr Leben lang nicht anders kennen und den zusätzlichen Rucksack normal finden. Für Betroffene ist das eigene ADHS allenfalls über Umwege wahrnehmbar. Ein Screening-Selbsttest, der die Symptome in Sachverhaltsfragen umsetzt, findet sich bei www.ADxS.org.

Bei ADHS-Aufmerksamkeitsproblemen sind weder Aufmerksamkeit noch deren Steuerung defekt. Motivation steuert Aufmerksamkeit. Eine hohe intrinsische (aus sich heraus bestehende) Motivation bewirkt eine hohe Aufmerksamkeit – auch bei AD(H)S (Hyperfokus, z.B. bei geliebten Computerspielen). Während Nichtbetroffene eine geringe intrinsische Motivation durch Selbstregulation ausgleichen können, fällt dies ADHS-Betroffenen sehr viel schwerer – eine Folge des Dopaminmangels im Motivationszentrum des Gehirns, dem Striatum. So haben ADHS-Betroffene den Satz „Du kannst doch, wenn Du willst“ schon hundertmal gehört. Bei ADHS ist jedoch die Steuerung dieses Wollens defekt. Die schlechtere Selbstmotivationssteuerung führt zu einer Abwertung entfernter Belohnungen. Die Folge ist Prokrastination, das Aufschieben subjektiv uninteressanter Dinge (z. B. der Steuererklärung) bis zum letztmöglichen Zeitpunkt – oder darüber hinaus. Was bei schwerem Stress überlebensförderlich wäre (Überleben ist jetzt), ist außerhalb solcher Umstände sehr belastend.

Leider ist das Wissen über ADHS bei Erwachsenen auch heute noch wenig verbreitet. Uns erreichen immer wieder Berichte von Patienten, denen Ärzte sagten, sie könnten kein ADHS haben, weil „... Sie sind doch gar nicht zappelig“, „... Sie haben Abitur gemacht / studiert / beruflichen Erfolg“ oder „... wenn Sie etwas interessiert, können Sie sich ja konzentrieren“. Solche Fehlannahmen können für Betroffene fatale Wirkungen haben.

ADHS ist die am einfachsten zu behandelnde psychische Problematik überhaupt. ADHS-Medikamente beheben den Dopaminmangel und sind sehr viel wirksamer als alle Medikamente gegen andere psychische Leiden, einschließlich Antidepressiva bei Depression – bei weitaus geringeren Nebenwirkungen. ADHS-Medikamente verringern zudem das Suchtrisiko signifikant. Dass sie zuweilen veräußert werden, ist eher emotional als logisch begründet und unter anderem eine Folge einer Scientology-Kampagne, die psychische Beeinträchtigungen grundsätzlich leugnete.

Die wirksamste nichtmedikamentöse Behandlung ist Sport (mind. 45 Minuten / alle zwei Tage). Ernährung, Vitamine und Mineralstoffe oder Fettsäuren haben dagegen wenig Einfluss und nützen nur ergänzend. Hilfreich ist dagegen der Austausch mit anderen Betroffenen, der oft ein tiefes Gefühl der Erleichterung verschafft. Selbsthilfegruppen finden sich bundesweit bei: www.ADHS-Deutschland.de

Die wichtigsten möglichen Symptome von ADHS (DSM-Symptome fett):

- **Hyperaktivität** (Zappeligkeit, Unruhe; nur ADHS und Mischtyp)
- **Impulsivität** (auch Ungeduld, nicht warten können, unterbrechen anderer; nur ADHS und Mischtyp)
- **Ablenkbarkeit, Aufmerksamkeits- und Konzentrationsprobleme** (nicht ADHS-Subtyp)
- **Exekutivprobleme** (Planungs- und Organisationsschwierigkeiten)
- Gedächtnis- und Lernprobleme
- Motivationsprobleme (u.a. Abwerten entfernter Belohnungen, Prokrastination)
- Erhöhte Sensibilität (Reizfilterschwäche)
- Emotionale Dysregulation / Emotionssymptome (u.a. Dysphorie bei Inaktivität, Rejection Sensitivity, Selbstwertprobleme)
- Denkblockaden / Entscheidungsfindungsprobleme / Gedankenkreisen
- Soziale Probleme
- Schlafprobleme (75 % haben Einschlafprobleme)
- Beeinträchtigte Leistungsfähigkeit und Lebensqualität
- Suchtprobleme (Folge)
- Messi-Tendenz (nichts wegwerfen können)
- Erhöhte Muskelspannung

¹ <https://adxs.org/seite/66/diagnostische-adhs-symptome-nach-dsm-icd-wender-utah-ua>

² <https://adxs.org/online-tests/symptomtest>

³ <http://www.adhs-deutschland.de/Home/Unser-Angebot/Selbsthilfegruppen/Bundesweites-Netz-von-Selbsthilfegruppen.aspx>

SOZIAL PROBLEMATISCH?

Klischees und Mythen über Hochbegabung

von Tanja Gabriele Baudson

Hochbegabung? Luxusproblem! Warum brauchen Menschen, die so intelligent sind, dass ihnen ohnehin schon alles im Leben zufliegt, überhaupt Unterstützung? Dann doch lieber denen helfen, die es wirklich schwer haben ...

Hohe Intelligenz hat zahlreiche Vorteile im echten Leben. Die Forschung zeigt: Wer intelligenter ist, hat statistisch bessere Noten, kriegt die besser bezahlten Jobs, lebt gesünder und im Schnitt auch länger als diejenigen mit einem geringeren IQ. Hochbegabung ist mehr, als nur gut IQ-Tests lösen zu können! Aber Hochbegabung ist auch keine Garantie, dass im Leben alles glatt läuft. Auch Hochbegabte haben Probleme. Wie alle Menschen. Und das hat gar nicht so sehr mit der Begabung selbst zu tun – aber einiges mit den Vorurteilen, die in der Gesellschaft über Hochbegabte kursieren.

DAS HOCHBEGABTENKLISCHEE: KLUG, ABER KALT

Wie sehen diese Vorurteile aus? Einige Beispiele aus den Medien: der hochintelligente Physik-Nerd, der zur Erheiterung des Publikums versucht, sich auch dem Thema Partnerschaft mit Logik anzunähern (Dr. Dr. Sheldon Cooper, Hauptcharakter aus der Sitcom „The Big Bang Theory“); die musikalisch extrem talentierte Einserschülerin, die an der Dummheit der Welt verzweifelt (Lisa Simpson, aus der US-amerikanischen Zeichentrickserie „Die Simpsons“); der brillante Wissenschaftler, der dem Wahnsinn verfällt (John Nash im Film „A Beautiful Mind“), oder auch der mehrfach vorbestrafte Hilfsarbeiter, dessen mathematisches Ge-

nie nur durch Zufall entdeckt wird (im Film „Good Will Hunting“). Deutlich wird bei diesen Beispielen vor allem eins: eine Diskrepanz zwischen hohem Intellekt und problematischem sozialen Verhalten bzw. geringer emotionaler Stabilität.

Strukturell ist das ein ganz klassisches Stereotyp. Wir beurteilen andere Menschen anhand von zwei Dimensionen: zum einen, ob sie nett sind (Wärme), zum anderen, ob sie etwas können (Kompetenz). Im Fall der Hochbegabten hat das ambivalente Stereotyp aus hoher Kompetenz und geringer Wärme eine lange Tradition. Schon Aristoteles vermutete, dass schöpferische Menschen eher zur Melancholie neigen, und spätestens seit der Romantik ist der Topos des „verrückten Genies“ nicht mehr wegzudenken. Zwei Drittel der Deutschen, so eine Repräsentativbefragung von 2016 in Zusammenarbeit mit dem Hochbegabtenverein „Mensa in Deutschland“, assoziierten Hochbegabung mit sozialen und emotionalen Defiziten.

HOCHBEGABTE: SOZIAL UND EMOTIONAL EIGENTLICH GAR NICHT SO ANDERS

Das Spannende an diesem Klischee: Es stimmt einfach nicht! Das zeigen Studien, die Hochbegabte und durchschnittlich Begabte verglichen haben. Als „hochbegabt“ gelten hierbei in der Regel Menschen mit einem Intelligenzquotienten (IQ) von mindestens 130 (zur Einordnung: Der Durchschnitt liegt bei 100, eine geistige Behinderung bei unter 70). Im Durchschnitt unterscheiden sich die beiden Gruppen hauptsächlich in Merkmalen, die mit

dem hohen Potenzial direkt und indirekt assoziiert sind – Leistung, Überzeugung über die eigenen Fähigkeiten, Leistungsmotivation, auch der Selbstwert, der in einer leistungsorientierten Gesellschaft natürlich einiges an Auftrieb erfährt, wenn man zu den Leistungsstärkeren gehört. Keine oder allenfalls marginale Unterschiede (die dann jedoch zugunsten der Hochbegabten ausfielen) zeigten sich hingegen in den sozialen und emotionalen Fähigkeiten. Hochbegabte sind sozial kompetent, bei Gleichaltrigen ähnlich beliebt, und sie zeichnen sich auch nicht durch höhere Anfälligkeit für psychische Erkrankungen aus.

Wieso hält sich das Klischee trotzdem so hartnäckig in den Köpfen? Der Einfluss der Medien ist wahrscheinlich ein wichtiger Grund – schräge Vögel versprechen höhere Einschaltquoten als ganz normale Hochbegabte, die ihr ganz unspektakuläres Leben leben. Ein fundamentales Streben nach ausgleichender Gerechtigkeit ist ebenfalls denkbar: Wenn jemand in einem Bereich so herausragend ist, muss er dafür in einem anderen doch einfach Defizite haben!

Und natürlich fallen auch gerade die Fälle besonders auf, bei denen das Stereotyp scheinbar stimmt. Vorschulkinder, die intellektuell auf dem Niveau deutlich Älterer sind, sozial und emotional aber nicht – was dann aufgrund des Gegensatzes unreif erscheint, aber eigentlich ganz altersgemäß ist. Hochbegabte, die in einer intellektuell unterfordernden Umgebung aufwachsen, welche von ihnen maximale Anpassung erwartet – dass permanente Frustration nicht unbedingt ausgeglichene Persönlichkeiten hervorbringt, ist vermutlich keine Überraschung.

Und nicht zuletzt gibt es auch noch die Teilgruppe der Hochbegabten, die „doppelt besonders“ sind, weil bei ihnen hohes kognitives Potenzial und Handicap gleichzeitig auftreten: die sogenannten „twice exceptionals“ – Hochbegabte mit ADHS, Autismuspektrumsstörungen, Dyskalkulie und vielen anderen Störungsbildern, die unabhängig von der Intelligenz auftreten können.

Wenn das Handicap das Potenzial blockiert und gleichzeitig die hohe Begabung verhindert, dass das Problem erkannt und behandelt wird, haben viele undiagnostizierte „Twice-Exceptionals“ das Gefühl, sie selbst seien das Problem – und nicht etwa ihr Umfeld, das ihnen nicht das gibt, was sie brauchen.

WAS HOCHBEGABTE BRAUCHEN

Probleme sind vor allem Passungsprobleme; da sind Hochbegabte keine Ausnahme. Sie haben wie alle Menschen ein Recht darauf, als Persönlichkeiten mit individuellen Bedürfnissen wahrgenommen und gefördert zu werden. Zum einen brauchen sie anspruchsvolle Aufgaben – denn wenn man sich für den Erfolg nie anstrengen muss, wird es schwer, Motivation und Anstrengungsbereitschaft zu entwickeln. Und im sozial-emotionalen Bereich benötigen sie, was wir alle brauchen: Menschen, die sie verstehen und mögen und die sie als Individuen wahrnehmen, statt sie in Schubladen zu stecken.



Dem einen sein

anders

ist dem anderen sein

normal

von Isabelle von Linden

„Wenn du die fragst ‚Haste mal ´ne Uhr?‘ dann guckt die auf ihr Handgelenk, sagt ‚ja‘ und ist fertig“, erklärt mir die Mutter einer mit dem Asperger-Syndrom (AS) diagnostizierten Neunjährigen. Ich war 30 Jahre älter, nickte und wunderte mich: „Ist das nicht normal?“

Ich muss auch erst im Hinterkopf-Vokabelbuch nachschlagen, dass sie um die Angabe der aktuellen Uhrzeit bittet. Mit mehr Lebenserfahrung ist es gefüllter, Redewendungen des Alltags in konkrete Bedeutungen zu übersetzen. Entsprechend verstumme ich schon mal beim „Durchblättern“, bis ich die richtige „Seite“ gefunden habe, und wirke nach außen, als hätt’ ich nichts gehört.

Als leitungserfahrene Erzieherin interessiert mich das fachlich, und ich lese nach. Ein Buch später rufe ich meine Schwester an: „Triffst das auf mich zu?“ - „Ja.“ Zwei Diagnostiker fügen kurz darauf ihr fachliches „Ja“ hinzu.

Obwohl ich damit ja schon mein ganzes Leben teile, bin ich doch zutiefst von der Unheilbarkeit erschüttert. Davon, etwas Essentielles in zwischenmenschlicher Kommunikation nicht auffangen zu können, so als würde dafür ein Organ fehlen. War alle Anstrengung nutzlos, weil ich es nicht lernen KANN?! Für die Zukunft verunsichert mich das bis ins Tiefste.

Ich will keinen Schritt mehr ohne Übersetzer tun: einem Menschen stets an meiner Seite, der mir mitteilt, was ich nicht empfangen kann, so wie ein Blindenhund für einen Blinden sieht. Ich wünsche mir jemanden, für die das Zwischenmenschliche ihr Element ist, damit ich besprechen kann, was eine förderliche, nächste Reaktion ist, bevor ich gruppendynamisch mitmache. Situation für Situation. Jemanden, die schnell ausbügelt, wenn ich mich in Ton und Formulierung verschätzt habe. Oder einfach nicht mehr die Kraft habe, mich selber zu korrigieren, bevor ich rede. Kommunikation braucht nun noch mehr absolute Wachheit und Konzentration, das sehr schnelle Kombinieren von Beobachtbarem mit Regelabgleich, um eine Situation einschätzen zu können.

Ohne die gleichzeitig erkannte Hochbegabung wäre das nicht möglich. Doch wirke ich auf Hochbegabte wie „dumm“, weil zu langsam.

Im Nachhinein erklärt sich manche seltsame oder heftige Reaktion in Gruppen so: ich muss Formulierungen getroffen oder Befindlichkeiten nicht erfasst haben, so dass meine Worte nicht zu Situationen oder Beziehungen passten, sondern im schlimmsten Fall verletzten.

Mir dreht sich seelisch der Magen um: das will ich auf gar keinen Fall. Ich verstumme und gehe in den Rückzug.

Ich will nicht mehr mit Gruppen arbeiten, wo das Miteinander Arbeits„gegenstand“ ist, und suche ein neues Berufsfeld. Doch offensichtlich traue nur ich mir noch Arbeiten zu, einzubringen, was ich trotzdem ja kann. Alle anderen reagieren hilflos. Ich wollte schon immer in einer Biologischen Station mittun, müsste dafür ein Biologiestudium machen, doch bin ich mit der Organisation und Menge Mensch hoffnungslos überfordert. Für AS-Kinder gibt es, wenigstens theoretisch, Schulassistenten, Erwachsene müssen immer noch „da rauswachsen“.

Doch Autismus will und kann gar nicht auswachsen... Kinder mit visueller Blindheit werden als Erwachsene auch nicht per se sehend...

Später mache ich ein Praktikum in einer Biologischen Station, die bereit ist, mir fern ihres Kurs- und Publikumsstroms ein Solo-Büro einzurichten - mit beträchtlichem Aufwand (!), mich danach aber gern weiter als freie Mitarbeiterin mit einer Entlohnung als wissenschaftliche Fachkraft hätte.

Doch bin ich so verunsichert, dass ich mich nichts mehr allein traue. Ich brauche detaillierte Vor- und Nachbesprechungen. Meine Leichtigkeit und Freude sind weg. Mir fließt das Pädagogische nicht mehr aus der Hand.

Geförderten „Nur“-Hochbegabten läuft eine solche Arbeit hochqualifiziert schneller als anderen von der Hand: „die schmeißen den Laden alleine“.

Ich gehe auf Autismusambulanz und Ambulante Helfer zu und treffe auf drei Menschen, mit denen ich über Jahre hinweg minutös austauschen kann, wie ich die Welt wahrnehme und wie sie.

Wir lernen voneinander, wie gravierend unterschiedlich wir gleiche Situationen erleben! Zusammen durchleuchten wir jedes Autismus-Merkmal. „Selbstunsicher“, das ich immer als unberechtigte Zuweisung empfunden habe, entpuppt sich als „fremdunsicher“. Dem kann ich zu 100 Prozent zustimmen: „Ihr“ bleibt mir ein Buch mit 1000 Siegeln. Wenn ich so anders definiere, darüber hinaus mit Fremdworten gar nicht klar komme, wie soll dann jemand meine Hochbegabung sehen, geschweige denn ich zu einem Master-Abschluss gelangen??

Wir tauschen Alltagssituationen aus, so dass sie schließlich der Überzeugung sind, dass ich „alles“ wahrnehme, während ich bis heute nicht nachvollziehen kann, wieso man nicht bemerken kann, wenn ein Taschentuch aus der Tasche fällt. Man hört das doch am leise schleifenden Hauch beim Aufprall und fühlt den Volumenverlust in der Tasche... Eine so umfassende Wahrnehmung ist ein erhebliches Mehr an kognitiv zu Verarbeitendem und verlangsamt mich selbst mit Hochbegabung zu ... „normal“. Zudem das ist eine äußerst fragile Fähigkeit: je mehr um mich herum stattfindet oder angeordnet ist (von „drei Freunde gleichzeitig zu Besuch“ bis zu im Theater oder Supermarkt sein), oder je mehr ich emotional verarbeiten muss, desto mehr muss ich meine Wahrnehmung in mich zurückziehen, um nicht vor Überforderung zu schreien oder in Tränen auszubrechen.

Diese Art Austausch wird zum Kern meines Hilfebedarfs. Vor allem das In-Worte-Fassen des für mich unfassbaren Gruppendynamischen ist sehr hilfreich, das „Euch“ so schwerfällt, weil es dafür unter „Euch“ keine Notwendigkeit gibt. Mir eine Palette von Möglichkeiten zur Auswahl aufzuzeigen, wie ich angemessen reagiere, wird das zweite effektiv Hilfreiche. Denn trotz der heute 56 Jahre Lebenserfahrung ist mir jede normale Neunjährige an Weltgewandtheit überlegen. Während sich meine Interessen auf Master-Niveau bewegen müssen.

Die hochbegabte Seite „mildert“ die autistische nicht zu „normal“, die autistische reduziert hochbegabtes Denken nicht auf „fleißiges Abitur-Niveau“, sondern manche Merkmale verstärken sich zu besonderen Fähigkeiten, die Gesellschaft auch braucht, oder besonderen Blockaden, so dass ein ganz eigener Hilfebedarf entsteht.

Das Leben ist bunt und vielfältig. Vor allem ist es bunt durch unsere Unterschiede. Jeder von uns hat ganz eigene Stärken und Schwächen und die verschiedensten Bedarfe und Bedürfnisse. Für mich steht außer Frage, dass wir darauf Rücksicht nehmen müssen und immer der Mensch im Mittelpunkt steht.

Daher frage ich mich: Was soll es überhaupt bedeuten, wenn man sagt, dass jemand „anders“ sei? Gibt es so etwas wie „anders“ sein überhaupt? Und wer legt eigentlich fest, was es bedeutet, „anders“ zu sein? Statt zu versuchen, Menschen auszugrenzen, sollten wir uns doch viel mehr darüber freuen, dass wir so vielfältig sind. Davon können wir alle nur profitieren, indem wir gegenseitig voneinander lernen.

von Claudia Middendorf

FÖRDERUNG

von Menschen mit neurodiversen Besonderheiten in NRW



© Udo Leist



©7maru - stock.adobe.com

Dieser Grundsatz gilt für alle Menschen und alle unterschiedlichen individuellen Ausprägungen und Besonderheiten. Insofern sind neurodiverse Menschen ebenso wichtige und wertvolle Mitglieder unserer Gesellschaft wie jeder andere auch. Natürlich gibt es auch gar nicht die eine bestimmte Form der Neurodiversität. Menschen mit neurodiversen Besonderheiten können beispielsweise Menschen mit Autismus, mit ADHS, mit ADS, mit Dyskalkulie, mit Legasthenie oder mit Dyspraxie sein, um nur einige bekannte Ausprägungen zu nennen. Grundsätzlich bedeutet Neurodiversität in erster Linie aber einfach, dass eine neurologische Vielfalt vorliegt.

Insofern gibt es aktuell auch nicht nur den einen Weg, wie Menschen in Nordrhein-Westfalen unterstützt und gefördert werden. Vielmehr handelt es sich in der Regel um ein breites Spektrum an Angeboten für Menschen mit neurodiversen Besonderheiten, die sich in den meisten Fällen auch an einen größeren Kreis an Menschen mit Behinderungen richten.

Eine der bekanntesten neurodiversen Ausprägungen ist sicherlich der Autismus mit all seinen Facetten. Ich freue mich, dass wir

in Nordrhein-Westfalen einen sehr starken und aktiven Landesverband haben, mit dem ich mich stets in regem Austausch befinde.

In Nordrhein-Westfalen haben Autisten eine starke Stimme, die es zu hören gilt. Gerne übernehme ich an dieser Stelle, wie in allen Bereichen meiner Beauftragung, die Rolle der Netzwerkerin, die eine Brücke zur Politik schlägt.

Erfreulicherweise hat die Politik in den vergangenen Jahren zunehmend auf individuelle Unterstützungsbedarfe reagiert, so auch im Bereich Autismus. Auf Landesebene gibt es beispielsweise einen anerkannten Förderbedarf im schulischen Bereich, außerdem wurde das Angebot des „Kompetenzzentrums Behinderung, akademische Bildung, Beruf (kombabb)“ in Bonn in der abgelauten Legislaturperiode um den Arbeitsschwerpunkt „Autismus-Spektrum-Störung“ erweitert. Ebenso richtet sich auch das bis 2023 verlängerte Programm „Kein Abschluss ohne Anschluss“ unter anderem an Autisten. Mit den 30 Millionen Euro, die die Förderpartner (Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen, Ministerium für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen sowie die Landschaftsverbände Rheinland

und Westfalen-Lippe) bis Ende Juli 2023 zur Verfügung stellen, soll der Übergang von der Schule in den Beruf für junge Menschen, die besondere Bedarfe haben, erleichtert werden.

Darüber hinaus gibt es auch weitere Aktionen und Programme, die Menschen mit neurodiversen Besonderheiten in Nordrhein-Westfalen zugutekommen. So haben beispielsweise viele Jugendliche mit besonderem Förderbedarf über die Aktion „100 zusätzliche Ausbildungsplätze für Jugendliche und junge Erwachsene mit Behinderung in Nordrhein-Westfalen“ einen Ausbildungsplatz gefunden. Dieses Programm macht es jungen Menschen mit Behinderung möglich, eine qualifizierte betriebliche Ausbildung zu absolvieren. Sie werden dabei von Trägern, wie unter anderem den Berufsförderwerken, bei ihrer Arbeit in den Kooperationsbetrieben unterstützt. Das Programm wird aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds (ESF) in Kooperation mit der Regionaldirektion der Bundesagentur für Arbeit durchgeführt. Jährlich profitieren 150 Teilnehmerinnen und Teilnehmer von dieser Aktion. Unter diesen jungen Menschen finden sich auch regelmäßig Jugendliche mit neurodiversen Besonderheiten wie Dyskalkulie oder ADHS.

Diese Beispiele zeigen, dass es insbesondere für junge Menschen mit neurodiversen Besonderheiten in Nordrhein-Westfalen wichtige Unterstützungs- und Förderangebote gibt. Dennoch bleibt politisch, aber auch gesamtgesellschaftlich viel zu tun, um neurodiverse Menschen mehr zu fördern und in die Mitte unserer Gesellschaft einzubinden. Aktuell gibt es in erster Linie Programme, die im Hinblick auf Menschen mit besonderen Bedarfen eher breit aufgestellt sind. Grundsätzlich ist das, gerade im Hinblick auf den inklusiven Gedanken, positiv zu bewerten, denn eine vollständige Inklusion sollte langfristig immer das oberste Ziel sein.

Dennoch sollte der Personenkreis neurodiverser Menschen auch individuell noch weiter in den Blick genommen werden, auch über den Horizont der bekannteren Formen hinaus. Insbesondere halte ich es für wichtig, umfassend und weit gestreut über neurodiverse Besonderheiten zu informieren. Viele Bürgerinnen und Bürger wissen zwar mittlerweile, was Autismus bedeutet, das breite Feld sowie die verschiedenen Formen neurodiverser Besonderheiten im Allgemeinen sind aber noch immer vielen Menschen kein Begriff. An dieser Stelle wünsche ich mir daher eine größere Aufmerksamkeit für diese The-

matik. Je mehr wir über die Bedürfnisse und Bedarfe von Menschen mit neurodiversen Besonderheiten aufklären, desto besser können sie am gesellschaftlichen Leben teilhaben.

Als Landesbehinderten- und -patientenbeauftragte wird es weiterhin meine Aufgabe sein, die Politik für die Themen zu sensibilisieren, die die Menschen mit Behinderungen sowie die Patientinnen und Patienten bewegen. Dazu wird für mich auch weiterhin das Aufmerksam-Machen auf neurodiverse Besonderheiten eine Aufgabe sein. Gleichzeitig appelliere ich aber auch an Sie alle, auf Neurodiversität aufmerksam zu machen. Je mehr wir darüber sprechen und die Individualität des Einzelnen anerkennen, desto „normaler“ wird das „Besondere“ und genau das sollten wir mit der Inklusion im positiven Sinne erreichen.

„Als hätte ich ein Pflaster auf dem Mund“

von Michael Netzhammer

Seit 2010 existiert das Kompetenzzentrum Autismus der Caritas in Augsburg. Die Mitarbeiterinnen begleiten Betroffene und Angehörige, beraten unter anderem zu Diagnose und Ausbildung und unterstützen bei Behördenterminen. Rückblickend gibt es viele positive Entwicklungen – und jede Menge zu tun.

Was der Mehrheit der Gesellschaft leicht fällt, ist für Menschen mit Autismus-Störungen häufig eine Herausforderung: Telefonieren, mal schnell wohin fahren oder spontan einen Freund, eine Bekannte besuchen. „Ich tue mich schwer, mit anderen Menschen ins Gespräch zu kommen. Längere Unterhaltungen fallen mir schwer“, sagt Bernhard Geiser, der in Wahrheit anders heißt.

Wobei Verallgemeinerungen kaum möglich sind, denn das Autismus-Spektrum ist vielfältig. „Es gibt kein Schema, das wir anwenden können, vielmehr schauen wir uns jeden Menschen und sein Umfeld an“, sagt Sonja Jacobs, eine Mitarbeiterin im Dreier-Team des Kompetenzzentrums. Als eines von acht Autismus-Kompetenzzentren in Bayern ist es zuständig für den Bezirk Nordschwaben. „Wir sind für Betroffene, Eltern und Angehörige da, genauso sind wir Ansprechpartner für Selbsthilfegruppen und Fachpersonal“, erklärt Sonja Jacobs.

2021 hat das Team 1.600 Beratungsgespräche geführt und 700 Menschen unterstützt. Für viele ist das Zentrum die erste Anlaufstelle. Häufig sind es Eltern mit ihren Kindern, aber auch Erwachsene kommen. Fehlt eine Diagnose, vermittelt das Team die Menschen an entsprechende Ärzte, nennt wichtige Anlaufadressen und vernetzt Familien und Betroffene mit Selbsthilfegruppen. Teammitglieder begleiten außerdem Angehörige oder Betroffene zu Behörden.

Die Diagnose ist wichtig, weil diese Eltern und Betroffenen Orientierung und Gewissheit gibt, und zum Beispiel Eltern eine Erklärung erhalten, warum ihr Kind so agiert und reagiert. „Die Diagnose stürzt manche Eltern auch in eine Trauerphase, bei der wir sie begleiten“, sagt Jacobs.

Ganz wichtig für Eltern, so Jacobs, seien die Angebote von Selbsthilfegruppen, weil sie ihnen ein Forum bieten und das Gefühl vermitteln, mit ihren Sorgen und Nöten nicht alleine zu sein. „Das Kompetenzzentrum hat die fachliche Erfahrung, wir Eltern erleben die Folgen der Autismus-Störung unserer Kinder aber täglich, insofern ist der Austausch untereinander notwendig und sehr hilfreich“, sagt Cornelia Punke, die die Selbsthilfegruppe für „Eltern mit sprechenden Autisten und ADHS-Kindern“ gegründet hat.

Oft helfen kleine Hinweise: So bekommst Du einen Schwerbehindertenausweis oder diese Dokumente brauchst Du für Zuschüsse. Cornelia Punke weiß genau, was Eltern zu schaffen macht, wenn zum Beispiel Kinder mit Autismus-Störungen nicht ins Erziehungssystem passen oder sie Anträge ausfüllen müssen. „Mit der Diagnose ist man schon überfordert, aber an dem ganzen Papierkram kann man schon verzweifeln“, sagt Punke.

Das weiß auch Sonja Jacobs: „Je nach Diagnose, IQ und Grad der Behinderung sind unterschiedliche Kostenträger zuständig, das ist für Betroffene wie Angehörige kaum zu durchschauen. Wir unterstützen Angehörige dabei“, sagt die Caritas-Mitarbeiterin. Das Team organisiert auch regelmäßige Treffen von Betroffenen, organisiert Ausflüge und Spielabende, weil die Menschen dann untereinander nichts erklären müssen, sondern auch einmal entspannt sein dürfen.

„Mit allen unseren Aktivitäten wollen wir das Selbstvertrauen der Betroffenen stärken und konzentrieren uns darauf, was wir gemeinsam Positives erreichen können“, sagt Jacobs. Deshalb engagiert sich das Team in Fachausschüssen und Arbeitskreisen, arbeitet mit Kostenträgern zusammen, gestaltet Fachtage oder organisiert Veranstaltungen, auf der Betroffene wie Klara Siebert (Name geändert) selbst erklären, wie sie die Störung behindert: „Ich habe Schwierigkeiten, nahestehenden Menschen meine Unternehmungen mitzuteilen. Ich habe Angst, dass ich ausgeschimpft werde. Es fühlt sich an, als hätte ich ein Pflaster auf dem Mund, dass ich nicht einfach losreden kann.“

Nach wie vor gibt es viel zu tun. Zuweilen müssen sich Eltern immer noch anhören, sie hätten ihre Kinder schlecht erzogen, weil manche Menschen die Reaktionen der Kinder nicht richtig deuten können. Und trotz ihrer Fähigkeiten arbeiten nach einer Studie nur fünf bis zwölf Prozent der Menschen mit einer Autismus-Störung in einer dauerhaften sozialversicherungspflichtigen Beschäftigung.

Für Sonja Jacobs überwiegen jedoch die positiven Entwicklungen. Es gibt gute Diagnosekapazitäten bei Kindern, deutlich mehr Lehrer und Fachkräfte bilden sich zum Thema fort. „Und wir registrieren eine größere Sensibilität für Menschen mit Autismus in der Region“, sagt sie.

„Nicht jeder Autist ist ein Rain Man“

GESPRÄCH MIT SONJA JACOBS VOM KOMPETENZZENTRUM AUTISMUS SCHWABEN-NORD

Was ist der Vorteil Ihres Kompetenzzentrums?

Dass es heute eine Anlaufstelle speziell für Betroffene mit Autismus-Störungen, Eltern und Angehörige gibt. Diese existierte früher nicht. Selbsthilfegruppen in München habe eine solche gefordert. Deshalb gibt es in Bayern inzwischen acht Kompetenzzentren.

Was ist Ihr Ansatz?

Wir wollen das Selbstbewusstsein von Betroffenen stärken und sie dazu bewegen, selbst für sich zu sprechen. Nicht jeder Autist ist von der Begabung her ein Rain Man, aber Menschen mit Autismus-Störungen können sehr viel, wenn die Umgebung stimmt. Es zum Beispiel ruhig ist, kein Zeitdruck herrscht, sich Tätigkeiten wiederholen und wenn man im Vorfeld klärt, wo die Grenzen liegen.

Welche Herausforderungen sehen Sie – für die Betroffenen, in der Gesellschaft?

Viele Betroffene wünschen sich soziale Kontakte, tun sich aber schwer, Freundinnen oder Freunde zu finden und diese Freundschaften auch aufrechtzuerhalten. Wir haben Menschen, die können ihr Zimmer nicht verlassen, weil sie sich nicht trauen. Manchen sind die Außenreize zu viel, manche gehen nur mit Sonnenbrille oder Kopfhörer raus, um die Reize fernzuhalten.

Welche positiven Entwicklungen sehen Sie?

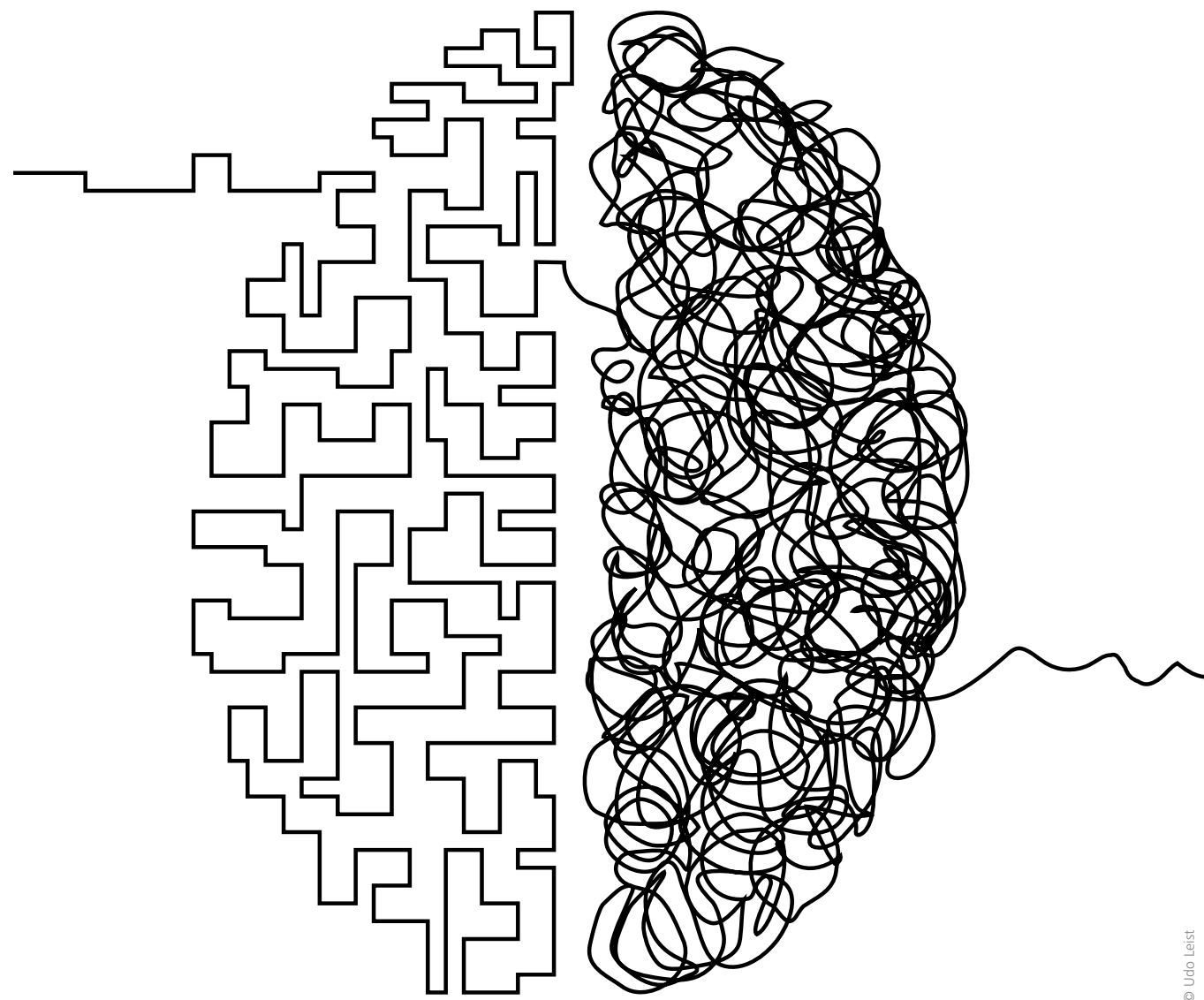
Die Sensibilität gegenüber Menschen mit Autismus-Störungen ist größer geworden. Auch weil es inzwischen zum Beispiel einen Mobilen Sonderpädagogischen Dienst (MSD) Autismus gibt, der Lehrkräfte informiert. Technische Entwicklungen wie Smartphones und Navigations-Apps erleichtern Betroffenen die Organisation ihres Alltags. Insgesamt gibt es mehr Angebote als früher.

Trotzdem sind nur 30 Prozent im ersten Arbeitsmarkt beschäftigt. Was tun?

Nach wie vor denken viele, auch in Unternehmen, dass Menschen mit Autismus gar nichts können. Dabei studieren manche oder zeigen an ihrem Arbeitsplatz sehr deutlich, was sie alles können. Hier werden die Betroffenen nach wie vor unterschätzt und wir müssen und werden weiterhin für sie eine Lanze brechen.

© Bernhard Gattner

Ich war immer schon *anders*, aber jetzt weiß ich wieso!



© Udo Leist

HELENE SCHMIDT ist bisher gut durchs Leben gekommen, sie hat Abitur und ist beruflich erfolgreich. Sie ist flexibel, arbeitet gerne und viel. Wenn sie mal eine Pause braucht, zieht sie sich zurück und schläft ausgiebig. Doch dann kommt das erste Kind. Im Alltag bemerkt sie plötzlich, dass ihr viele Tätigkeiten schwerfallen. Manchmal schafft sie es erst gegen Nachmittag sich aufzuraffen. Eine Tagesstruktur aufrechtzuerhalten fällt ihr schwer. Bisher konnte sie die Aufgaben immer erledigen, wann und wie sie wollte. Plötzlich ist dieser kleine Mensch da und bestimmt ihr Leben. Sie bricht immer wieder weinend zusammen. Das sind die Hormone, sagen ihre Freundinnen, das wird schon wieder.

GISELA WELTERS ist oft erschöpft und fühlt sich überfordert. Ihre Arbeit bereitet ihr schon lange keine Freude mehr. Sie schläft wenig und hat plötzlich körperliche Probleme. Auch in der Familie ist sie unausgeglichen und schnell reizbar. Sie reagiert sehr empfindlich auf Kleinigkeiten. Sie grübelt viel und weint oft und fragt sich, ob das das Leben ist, das sie führen möchte. Sie hat keine Zeit mehr für Tätigkeiten, die ihr wichtig sind. Sie kommt nicht mehr zum Lesen und hat keine Hobbys mehr. Alles erscheint ihr so sinnlos. Na klar, so ein Alltag als berufstätige Familienmanagerin ist ja auch stressig. Sie geht zum Hausarzt, der vermutet ein Burnout. Vielleicht braucht sie mal eine Kur.

INGO MÜLLER weiß, dass er zu viel arbeitet, aber es bereitet ihm Freude. Es fällt ihm schwer, ein Ende zu finden, er hat kaum Sozialkontakte, aber eigentlich fehlen sie ihm nicht. Manchmal hat er Phasen, in denen er sich tagelang erschöpft ins Bett zurückzieht, ehe es wieder besser wird. Er sammelt Briefmarken und Münzen mit großer Leidenschaft. Eines Abends will er nach der Arbeit noch etwas einkaufen, aber als er merkt, dass es ihm zu voll ist, möchte er schnell den Laden verlassen. Die vielen Lichter und Stimmen irritieren ihn, alles schwappt wie eine große Welle über ihm zusammen. Er findet den Ausgang aber nicht und wird panisch. Schließlich gelingt es ihm nach einer Weile doch noch, schweißgebadet den Laden zu verlassen. Zuhause fragt er sich, ob er verrückt geworden ist oder ob er einen Schlaganfall hatte und nimmt sich vor zum Arzt zu gehen, wenn er mal Zeit hat.

Alle drei Beispiele kommen uns alltäglich vor, jeder von uns hat einen oder mehrere Menschen im Freundeskreis, denen es so oder so ähnlich geht. Aber was ist, wenn da mehr ist?

HELENE SCHMIDT stößt per Zufall auf eine Bloggerin, die aus ihrem Alltag berichtet. „Das ist ja wie bei mir, aber die Frau hat ADHS. Das kann doch gar nicht sein. Gibt es das auch bei Frauen? Ich bin doch kein Zappelphilipp, ich kann mich gut konzentrieren.“

Neurodiversität ist verbreiteter als man meint. Vielleicht betrifft es ja Sie oder jemanden in Ihrem Umfeld.

GISELA WELTERS stößt auf ihr Thema, als die Lehrerin ihr sagt, dass ihre Tochter absichtlich Fehler in Klassenarbeiten einbaut. Sie fragt eine befreundete Psychologin, die ihr sagt, dass das sehr schlaue Kinder, besonders Mädchen, gelegentlich tun, um nicht aufzufallen. Sie recherchiert zum Thema, liest einige Fachbücher und lässt schließlich den IQ ihres Kindes testen. Die Tochter ist intellektuell hochbegabt, IQ 142. Die Psychologin sagt ihr im Auswertungsgespräch, dass dies erblich sei. Mindestens einer der Elternteile sei wahrscheinlich auch hochbegabt. „Wir sind doch keine Professoren, sondern ganz normale Leute.“

INGO MÜLLER lässt sich internistisch durchchecken, doch organisch ist er gesund. Sein Hausarzt rät ihm, sich auch psychiatrisch durchchecken zu lassen. Die Warteliste der Klinik ist lang. Als er auf der Klinik-Homepage etwas über Autismus-Spektrum-Störungen liest, denkt er: „Ich bin oft reizüberflutet, alle Geräusche erscheinen mir gleich laut. Der Umgang mit anderen Menschen erschöpft mich. Das ist ja wie bei mir.“

Es kommt vor, dass Menschen ihr Leben lang das leise Gefühl haben, dass mit ihnen etwas anders ist. Dieses Wrong-Planet-Syndrom, das Gefühl auf dem falschen Planeten zu leben, ist bei neurodiversen Menschen weit verbreitet. Aufgrund des Andersseins fühlen sie sich oft stark belastet, verkehrt und möglicherweise minderwertig. In der Folge kommt es zu Doppel- und Fehldiagnosen, die eine Biografie extrem ungünstig prägen können. Wenn die eigentliche Besonderheit des Menschen nicht erkannt wird, entstehen oft sekundäre Erkrankungen wie Depressionen, Angst- und Zwangsstörungen.

Wenn jemand nach einer persönlichen Krise oder einfach durch Zufall herausfindet, was bei ihm anders ist, kann dies den Blick auf das eigene Leben völlig verändern. Neue Chancen eröffnen sich, aber man benötigt auch Zeit und Raum, um verpasste Gelegenheiten zu betrauern.

Oft lohnt es sich, einen Blick in die eigene Familiengeschichte zu werfen, denn Neurodiversität ist erblich. Auch wenn die Eigenschaften manchmal eine Generation überspringen.

Neurodiversität verläuft in graduellen Abstufungen. Manche Eigenschaften sind vorteilhaft, manche verursachen Leidensdruck.

Es kann von Vorteil sein, für das eigene Sein eine Diagnose zu haben, da man möglicherweise Zugriff auf Hilfen bekommt oder auch die Chance erhält, sein bisheriges Leben neu zu bewerten und andere Schritte zu gehen. Allerdings sind viele Psychotherapeuten und Psychiater noch nicht ausreichend auf die Diagnostik von Autismus, ADHS oder intellektueller Hochbegabung bei Erwachsenen vorbereitet. Wenn man einen Verdacht hegt, sollte man diesen unbedingt äußern und nach spezialisierten Psychologen und Psychiatern suchen.

HELENE SCHMIDT hat nach der Diagnostik einen Psychiater gefunden, der auf ADHS spezialisiert ist. Sie nimmt gelegentlich Medikamente, um an besonders herausfordernden Arbeitstagen den Überblick zu behalten und die Konzentration zu steigern. Sie treibt viel Sport und ihr Mann übernimmt mehr Aufgaben im Haushalt.

GISELA WELTERS hat sich nach dem IQ-Test ihrer Tochter schließlich selbst testen lassen. Dabei stellte sich heraus, dass sie ebenfalls intellektuell hochbegabt ist und keineswegs ein Burnout, sondern einen sogenannten Boreout hatte. Sie war an ihrem Arbeitsplatz unterfordert und hatte deshalb Symptome wie Erschöpfung, Lustlosigkeit, emotionale Instabilität und ein Gefühl von Sinnlosigkeit. Nach einer Zeit der Rückschau auf ihr bisheriges Leben mit Coaching hat sie sich dazu entschieden, sich selbstständig zu machen.

INGO MÜLLER versucht nach seiner Diagnose seine Arbeitszeiten zu reduzieren und Reizüberflutung zu vermeiden. Nach Tagen, an denen er beruflich oder privat viele Sozialkontakte hatte, plant er Ruhephasen ein und zieht sich zurück. Gelegentlich nimmt er an einer Selbsthilfegruppe für Menschen mit Autismus-Spektrum-Störungen teil.



© Galina - stock.adobe.com

ANDERS ANDERS



Ich sehe einen Hund, der komisch große Ohren hat, lange Beine, dünne. Der einen großen Kopf und lange Barthaare hat. Die Farbe vom Hund sieht anders aus. Der Kopf ist rot der Körper gelb und die langen Beine sind rot-schwarz.

In Wirklichkeit sieht ein Hund anders aus. Aber mit den großen Ohren hört er viele Dinge mehr. Mit seinen langen dünnen Beinen kann er schneller rennen. Der große Kopf nimmt mehr Dinge auf und mit seinen langen Barthaaren wittert er die Gefahren. Zum Glück hat er seine langen dünnen Beine, um schneller zu seinen Artgenossen zu rennen, um sie zu warnen.

Petra Bleilevens

Ein Hund Katze mit Storchen Beinen.
Er kann fliegen und fliegt nach Afrika.
Während des Fluges sieht es Felder Wälder
und Dörfer, Hochhäuser, Meere und Seen.
An manchen Seen macht sie Rast, um Nahrung aufzunehmen.
Frösche, Fische und kleine Nagetiere.
Am nächsten Tag früh am Morgen macht die Flug Hund Katze sich
wieder auf nach Afrika. Nicht mehr lange, dann hat der sie Afrika erreicht.
Hier macht sie Urlaub den ganzen Sommer.

Helmut Schneider

Ich sehe eine Katze, die schwarz aussieht. Der Kopf ist zu groß, die Beine sind kurz. Mit DEM Kopf kann sie sehr gut denken. Mit dem großen Auge kann sie besser sehen. Das ist gut, wenn sie über die Straße läuft, dass sie nicht angefahren wird.

Angela Beck

Ich sehe eine Katze, die sieht anders aus. Weiße Punkte hat sie. Der Kopf ist GROSS. Die Beine SEHR DÜNN. Im Dunkeln kann man sie nicht erkennen. Dadurch kann man sie nicht fangen.

Andrea Schake

Ich sehe eine Katze mit leuchtenden Punkten. Sie hat einen zu großen Kopf mit einem zu großen Auge. Unter dem Bauch sind viel zu kurze Füße. Aber wenn es dunkel wird, dann leuchten die weißen Punkte und sie sieht besser. Auch der große Kopf mit dem großen Auge hilft ihr, besser im Dunkeln zu sehen. Mit den kurzen Beinen ist sie sehr schnell unterwegs. Wenn sie dann genau sieht wer sie fangen will, dann guckt sie nach der Gefahr und ist dann mit den kurzen Beinen schnell und flott.

Michael Rosing



Ich sehe eine Katze, die ist bunt und groß. Ansonsten sieht sie gut aus. Sie hat spitze Ohren und Schnurrhaare und einen seeehr langen Körper. Ich sehe eine weibliche Löwin. Sie ist auch sehr bunt und hat einen seeehr langen Körper. Das Löwen-Weibchen hat keine Schnurrhaare und die Katze hat keine Zähne. Beide sehen mit ihren Farben aus, wie ein bunter Regenbogen. Das ist unterschiedlich, auch unterschiedlich zu anderen Tieren. Aber mit ihren Regenbogenfarben bringen diese Tiere den Frieden.

Frank Krienen

Geistliches Wort: Gottes bunte Vielfalt

von Dietrich Denker

„Gott schuf den Menschen zu seinem Bilde...“ so steht es im ersten Kapitel der Bibel (1. Mos.1,27).

Aus der Gottebenbildlichkeit der Schöpfung leitet sich ab, dass die Menschen in all ihrer Verschiedenheit gleich viel wert sind. Sie haben zum Beispiel unterschiedliche Hautfarben, Geschlechter und sprechen unter-

storben ist. Und doch hat der Tod ihn nicht festgehalten. Am Ostermorgen wird Jesus von den Toten auferweckt. Er ist jemand, der durch verschlossene Türen geht und den Weg in die Herzen von Menschen findet.

Wenn ich mir überlege, dass wir Menschen uns oft deshalb miteinander so schwertun, weil wir so verschieden sind und manchmal auch traurig darüber sind, dass wir etwas weniger gut als andere können, dann denke



schiedliche Sprachen. Sie sind auch ganz unterschiedlich begabt. Da gibt es Rechengenies und Wortkünstler. Da gibt es Menschen, die wie ein Backofen voller Liebe und Mitgefühl sind. Manche können ewig lange stillsitzen, andere sind wie ein „Zappel-Philipp“. Manche Menschen können ganz toll singen, andere prima tanzen oder trommeln.

Keiner kann alles. Aber alle können etwas. So ist jeder Mensch mit seinen Begabungen und Grenzen etwas ganz Besonderes. Und erst die vielen Menschen zusammen zeigen uns, wie schön und vielfältig Gott selbst ist. Auch in den Geschichten der Bibel zeigt sich Gott immer wieder anders:

Manchmal ist er der Helfer in der Not, manchmal einer, der Wunder tut. Manchmal ist er auch so heilig, dass man ihn gar nicht in seiner Nähe ertragen kann. Ein andermal ist er ein Hirte oder ein mächtiger Richter. Und dann wieder der Schöpfer von allem, was ist, und der Herr über Leben und Tod. In Jesus ist Gott auch selbst ein Mensch geworden. Er ist ein kleines Kind, das Menschen auf den Armen halten können. Ein toller Redner, dem viele gerne zuhören. Ein guter Arzt für Leib und Seele. Gott ist jemand, der Schmerzen hat und leidet und sterben muss, so wie Jesus am Kreuz ge-

Sogar wenn jemand eigentlich gar nicht an Jesus glauben will und sein Herz für Jesus zugeschlossen hat, findet Jesus hinein. So hat es Paulus erlebt auf dem Weg nach Damaskus. Am Ende erlebt Paulus, wie der Friede Jesu sein Herz regiert.

Wir merken, Gott ist manchmal auch eine Kraft oder eine Energie, die uns im Innersten bewegt, Frieden schenkt und Ruhe. In der Kraft seines Heiligen Geistes ist Gott uns ganz nah: Wenn er in unseren Herzen wohnt und uns mutig macht oder besonnen oder fröhlich oder hilfsbereit oder freundlich oder geduldig...

Es gibt so viele verschiedene Menschen. Und es gibt den einen Gott, der sich uns auf so vielfältige Weise zeigt, wie Menschen Geschichten mit ihm und der Kraft seines Geistes erleben. Es gibt so viele Geschichten, die Menschen bis heute mit Gott erlebt haben und erzählen können. Da ist nichts normal. Da ist jede Geschichte wieder ein wenig anders. Ich finde es sehr schön, dass Gott so vielfältig ist. So bunt wie die Welt und ihre Menschen, so bunt und lebensfroh und manchmal – wie wir auch – sich sogar traurig oder allein fühlen kann.

©Daniel Berkmann - stock.adobe.com

Unter die Lupe genommen

DIE RUBRIK VON HEPHATAS SOCIAL-MEDIA-TEAM

Zum Verständnis von Neurodiversität:

Unser inklusives Social-Media-Team sucht nach Antworten

Fotos: Simon Roehlen

Von Zora Kiesow, Philipp Fuchs und Leonardo Drinceanu

Natürlich haben auch wir uns für die Ausgabe des HephataMagazins mit dem Thema „Neurodiversität“ beschäftigt. Zu Beginn haben wir festgestellt, dass wir Schwierigkeiten mit dem Begriff haben. Normalerweise haben wir recht schnell Ideen, wie man ein Thema umsetzen kann und welchen Aspekt wir dazu beleuchten wollen. Bei diesem Thema war das aber anders. Wir mussten erst einmal für uns klären: Neurodiversität – was ist das überhaupt? Also haben wir uns in die Recherche gestürzt, diskutiert und nochmal nachgeschaut. So ist unsere Idee geboren: Wir wollen in unseren eigenen Worten wiedergeben, was wir unter dem Begriff Neurodiversität verstehen und einen Beitrag erstellen, der unsere persönliche Sichtweise auf das Thema widerspiegelt:



Philipp: „Neurodiversität lässt sich in zwei Begriffe teilen: *Neuro* bedeutet Nerven und *Diversität* bedeutet Vielfalt. Das Wort steht also dafür, dass wir mit unseren Nerven ganz viele verschiedene Dinge wahrnehmen. Aber Neurodiversität bedeutet nicht nur die Nervenaktivität im Gehirn, sondern alle Prozesse, die im Gehirn stattfinden und passieren. Unser Gehirn ist schließlich noch gar nicht so gut erforscht, wie wir in unserer Recherche herausbekommen haben. Um das zu verdeutlichen, möchten wir an dieser Stelle den Biochemiker und Nobelpreisträger Thomas Südhof zitieren: 'Wir wissen weniger als 5% dessen, was das Gehirn weiß. Wusstet ihr, dass wir 11 Mio. Einflüsse pro Sekunde verarbeiten aber uns nur 10 bis 16 Informationen wirklich bewusst sind?'“



Leo: „Alles, was wir mit unseren Sinnen aufnehmen, wird an das Gehirn geleitet. Unser Gehirn entscheidet dann, was wir bewusst wahrnehmen. Dabei arbeitet jedes Gehirn anders, was auch bedeutet, dass jeder unterschiedlich auf gewisse Einflüsse reagiert. Fest steht, dass das Gehirn verantwortlich dafür ist, wie wir mit den Reizen umgehen.“



Zora: „Für mich beschreibt der Begriff verschiedene Behinderungen, die die Entwicklung beeinflussen, wie z.B. ADHS oder Autismus. Dabei denkt man anders, lernt man anders und andere verstehen das vielleicht nicht immer. Aber ich finde, jeder Mensch nimmt Dinge anders wahr und das ist auch gut so! So kann man sich gegenseitig helfen und auf neue Ideen bringen. Vielfalt bedeutet für mich also viele Möglichkeiten.“

Wir sind froh, dass wir uns mit diesem Thema auseinandersetzen konnten. Wir glauben, dass wir sonst nicht so intensiv mit diesem spannenden Thema in Kontakt gekommen wären. Und es hat auf jeden Fall unsere Horizonte erweitert.

Wenn Sie uns in Aktion sehen wollen, wie wir uns an das Thema herangetastet haben und unsere Stimme hören möchten, haben wir für Sie einen kleinen Film zusammengeschnitten. Mit dem QR-Code kommen Sie direkt zum Video und gewinnen einen kleinen Einblick in die Arbeit des inklusiven Social-Media-Teams.

<https://youtu.be/uliDQw7q4Dw>



Sie möchten mehr von uns sehen?

Auf Instagram und Youtube sind wir unter dem Namen „Behindert – so what“ zu finden.

HEP-PIRATEN BELEGEN DEN 4. PLATZ

Endlich! Nach zwei Jahren Corona-bedingter Zwangspause konnten die Hep-Piratinnen im Juni dieses Jahres wieder am inklusiven Drachenbootrennen am Fühlinger See in Köln teilnehmen. Das Team besteht aus 20 Frauen und Männern, die für die Hephata-Betriebsstätte Inklusiv arbeiten. Mit viel Spaß und noch mehr Anstrengung und Schweiß paddelten die Piraten unter ihrer Friedens-Flagge im B-Finale auf den 4. Platz.

Jeannine Karl



© Jeannine Karl

Das 23. Motorrad-Gespannfahrertreffen begeisterte

Anfang Juni dieses Jahres fand endlich wieder das große inklusive Motorrad-Gespannfahrertreffen der Evangelischen Stiftung Hephata in Mönchengladbach-Giesenkirchen statt. Über 70 Motorräder, Gespanne und Trikes sorgten für eine beeindruckende Kulisse während der zwei großen Ausfahrten, bei denen die Menschen mit Behinderung in den Beiwagen mitfahren können. Ob am Lagerfeuer bei einer Grillwurst oder vor der Bühne bei einem kühlen Bierchen, das Wochenende war wie immer: gemütlich, gesellig und rockig.

Sonja Weyers



© Udo Leist

NAMEN UND NEUIGKEITEN

Nachruf auf Diakon Heinz-Jürgen Gruhn

Bei seiner letzten Predigt in der Hephata-Kirche war er gerade aus der Reha gekommen. Den Gottesdienst wollte er gern halten, doch so lange stehen konnte er noch nicht. Aber davon ließ sich Diakon Jürgen Gruhn nicht aufhalten: er predigte im Sitzen. Und wie! „Jürgen Gruhn war ein Prediger, der mit dem ganzen Herzen dabei war“, sagt sein langjähriger Weggefährte Udo Schwalenbier, bis zu seinem Ruhestand Pastor der damaligen Anstaltskirchengemeinde Hephata. „Er erzählte aus seinem Leben und seinen Erfahrungen und hat die Menschen damit erreicht und berührt.“

Der gebürtige Soester Heinz-Jürgen Gruhn kam als Diakon aus Bethel, genauer gesagt von der heutigen Diakonischen Gemeinschaft Nazareth, nach Mönchengladbach, wo er seit 1985 bei der Evangelischen Stiftung Hephata im Bereich Wohnen arbeitete. „Es ging ihm immer um den einzelnen Menschen“, erzählt Schwalenbier, „und es gelang ihm, selbst im schwierigsten Umfeld Beziehungen aufzubauen.“

Gruhn war lange im Jugendhilfebereich tätig und wenn er Sonntagsdienst hatte, kam er oft mit einer Gruppe Jugendlichen in den Gottesdienst. „Ich gehe heute in die Kirche, wer kommt mit?“ fragte er dann. Und die jungen Menschen kamen mit. Weil er es schaffte, Glauben und Leben überzeugend zu verbinden.

Nach seiner Ordination Ende der 1990er Jahre predigte er nicht nur bei Hephata, sondern im ganzen Kirchenkreis Gladbach-Neuss. Seinen Überzeugungen ist er auch durch schwere Krankheit hindurch treu geblieben. Auf Facebook postete er für einen großen Freundeskreis täglich die Losung und den Lehrtext. Zum letzten Mal am Dienstag, den 24. Mai 2022. Wir verabschiedeten uns mit Dank und der Hoffnung, dass auch der Tod uns nicht von Gott trennen kann.

Angela Rietdorf



Zur Erinnerung an Pfarrer Franz Balke „Ohne Balke säßen wir alle nicht hier!“



Am 10. Mai 2022 gab es eine besondere Feier auf dem Evangelischen Hauptfriedhof in Mönchengladbach-Rheydt: Pfarrer Franz Balke wäre an diesem Tag 200 Jahre alt geworden. Auf die Idee, dass der Hephata-Gründer natürlich nicht persönlich vor Ort war, musste man

nicht zwingend kommen, sangen doch die 30 Schülerinnen der Karl-Barthold-Schule ein so lautes und leidenschaftliches Geburtstagsständchen, dass es sicherlich noch auf dem in der Nähe befindlichen Hephata-Gelände zu hören war.

Pfarrer Olaf Nöller hatte die Schüler im Vorfeld der offiziellen Feier über den Friedhof geführt, ihnen jeden Winkel des Friedhofs gezeigt, besondere Grabsteine und Pflanzungen erklärt. „Warum steht auf den Gräbern denn immer eine Telefonnummer?“ war nur eine der unzähligen Fragen, die Nöller an dem Tag geduldig und liebevoll beantwortete. 10.05.1822 – 05.09.1889 sicherlich an diesem Tag die wichtigste Nummer. Denn so lange lebte und wirkte Balke in Mönchengladbach, gründete im Jahr 1850 den „CVJM Rheydt-Mitte e.V.“,

der bis heute sozial-diaconische Arbeit mit jungen Menschen betreibt, im Jahr 1859 die „Ev. Pflege- und Bildungsanstalt für Menschen mit Einschränkungen“, die heutige „Evangelische Stiftung Hephata“ und im Jahr 1868 dann den „Verein für Innere Mission e.V.“, der heute Träger des Evangelischen Altenheims „Haus am Buchenhain“ in Rheydt-Pongs ist. Pfarrer Olaf Nöller freute sich über die kleine, aber feine Gedenkfeier, über das Interesse der Mädchen und Jungen: „Ich finde das toll, euch kennenzulernen. Ohne Balke säßen wir alle nicht hier.“ Hephata-Vorstand Pfarrer Dr. Harald Ulland würdigte Balke, indem er ausgerechnet hatte: „Vier Millionen Arbeitsstunden im Jahr leistet Hephata heute, den Anfang dazu gab uns Franz Balke.“

Sonja Weyers

ABSCHLUSSFEIER HEPHATA BERUFSSKOLLEG



Bestens ausgerüstet für die (inklusive) Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und erwachsenen Menschen mit Behinderung verabschiedeten wir in diesem Jahr 114 Absolvierende ins Berufsleben. Harald Ulland, Theologischer Vorstand der Evangelischen Stiftung Hephata: „Mit Abschluss der Berufsausbildung haben Sie metaphorisch einen Schlüssel erworben. Einen Schlüssel, der Ihnen neue Türen öffnen kann. Einen Schlüssel für sich selbst, aber auch einen Schlüssel für andere. Sie können anderen dabei assistieren, ihre eigenen Türen zu öffnen.“

In einem stimmungsvollen Rahmen in der Hephata-Kirche in Mönchengladbach erhielten 79 staatliche anerkannte HeilerziehungspflegerInnen (Fachschule für Heilerziehungspflege), 20 staatlich anerkannte ErzieherInnen (Fachschule für Sozialpädagogik) und 15 staatlich geprüfte SozialassistentInnen mit Schwerpunkt Heilerziehung (Berufsfachschule) ihre Abschlusszeugnisse. Zudem haben fünf zusätzlich die Fachhochschulreife erworben.

Außerdem gratulieren wir ganz herzlich den 22 Absolventen und Absolventinnen, die nach zwei intensiven und erfolgreichen Jahren des Lernens die berufsbegleitende Qualifizierung „geprüfte Fachkraft zur Arbeits- und Berufsförderung (GFAB)“ absolviert haben.

Alexandra Schöneweg



© Udo Leist

Hephata-Sportler bei den Special Olympics in Berlin: Sechs Medaillen und weitere tolle Platzierungen

So richtig viel erhofft hatten sich die Hephata-Sportler bei den diesjährigen nationalen olympischen Spielen für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Unified-Partner eigentlich nicht. Die Corona-bedingte fast zweijährige Trainings- und Spielpause hatte noch in den Köpfen gesteckt. Hohe Erwartungen, an die alten Glanzzeiten der „Special Olympics“-Stars der Hephata Werkstätten anknüpfen zu können, gab es somit nicht. Zumindest offiziell. Inoffiziell gibt es wohl keine Fußballerin, keinen Tischtennisspieler und keine Badmintonspielerin, die nicht auf olympisches Edelmetall hofft. Und so wurde der Traum wahr für unser Basketball-Team,

für unsere Tischtennis- und Badminton-Spieler und für unsere drei Fußball-Mannschaften, die Damen und zwei Unified-Männer-Teams. Fotos und Berichte über die fünf bewegenden Turniertage und natürlich alle Resultate finden Sie hier: <https://hephata-mg.de/news/detail/hephata-sportler-bei-den-special-olympics-in-berlin>

Sonja Weyers



©Hephata

NAMEN UND NEUIGKEITEN

Dumdiedum, der Teddybär ein Kinderbuch von Marta In het Veen

Was haben ein Biber, ein Uhu und ein Teddybär gemeinsam? Richtig, auf den ersten Blick gar nichts. Im Kinderbuch von Marta In het Veen werden sie aber in Beziehung zueinander gebracht. Egal wie unterschiedlich und andersartig sie sind. „Ich habe eine kleine Gruppe kennen gelernt und sie die Rabauken genannt. Die Freunde sind so unterschiedlich, dass es kaum zu glauben ist, wie gut sie sich verstehen.“ Das erzählt Dumdiedum über seine Begegnung mit Uktu, dem Uhu, und seinen Freunden: die damit beginnt, dass Uktu ihm auf den Kopf macht; und in einem wunderschönen Nachmittag mit den Rabauken verläuft. An einem anderen Tag wird Dumdiedum von Stefan, dem Biber, aus dem Fluss gerettet. Er war hineingesprungen, als ein Schwarm Biber sauer auf ihn wurde. Dumdiedum hatte von ihrem Honig genascht, ohne sie vorher zu fragen.

In sechs kleinen Kapiteln erzählt Marta In het Veen von Dumdiedum, dem Teddybären, der ein wunderschönes Reich regiert. Er geht gerne zwischen Blumenwiesen, hohen Bergen und alten Bäumen spazieren. Und trifft dort auf unterschiedliche Bewohner und Tiere. Er weiß, wie wichtig Gespräche mit ihnen sind. Alle sollen wissen, dass er jeden einzelnen von ihnen, so wie er erschaffen worden ist, lieb hat.



© Udo Leist

Marta In het Veen lebt in Gruiten, im Kreis Mettmann. Nach der Schule machte sie eine Ausbildung als Schumacherin. Während einer Festanstellung als Gesellin erkrankte sie. Sie kümmerte sich um ihre Genesung, fand dann keine Tätigkeit auf dem ersten Arbeitsmarkt. Eine 1989 erbaute Werkstatt für Menschen mit Behinderung bot ihr schließlich eine Anstellung an.

Seit nunmehr über 30 Jahren arbeitet sie in der Hauswirtschaft, dann in Elektromontage und Verpackung und Montage von Kinderfahrzeugen. Als Mitglied und Vorsitzende des Werkstatt-rates der Hephata Werkstätten und Initiatorin des betriebsinternen Kiosk-Verkaufs ist sie maßgeblich am Leben der Hephata-Betriebs-stätte am Benninghof in Mettmann beteiligt.

Claudia Narres

„Dumdiedum, der Teddybär“
ist hier erhältlich: ruthweidel@aol.com

Für diese Ausgabe haben Texte erstellt:

Tanja Gabriele Baudson, Professorin für Differentielle Psychologie und psychologische Begabungsforschung an der Hochschule Fresenius Heidelberg. Ehrenamtlich engagiert sie sich u. a. als Vorsitzende des Hochbegabtenvereins „Mensa in Deutschland“ und als Stiftungsrätin bei der Karg-Stiftung. 2018 wurde sie vom Deutschen Hochschulverband als „Hochschullehrerin des Jahres“ ausgezeichnet.

Ulrich Brennecke beschäftigt sich seit 2012 intensiv mit dem Thema ADHS. Er ist Vorsitzender des Vereins ADXS e.V., der sich der Förderung der Kenntnisse über ADHS verschrieben hat. Er hält seit Jahren Vorträge zum Thema.

Dietrich Denker, Pfarrer und Superintendent des Kirchenkreises Gladbach-Neuss

Dr. Udo Feist, freier Journalist, Autor und Theologe

Claudia Middendorf, Beauftragte der Landesregierung für Menschen mit Behinderung sowie für Patientinnen und Patienten in Nordrhein-Westfalen

Claudia Narres, Berufsbildnerin in den Hephata Werkstätten

Michael Netzhammer, Journalist und Inhaber der Agentur „Netzhammer & Breiholz“

Vanessa Strauch, Diplom-Psychologin und aktuell in der Ausbildung zur psychologischen Psychotherapeutin. Ihr fachliches Interesse gilt besonders den „Menschen jenseits der Norm“.

Isabelle von Linden, Cocreatorin (Begleiterin in partizipativer Prozessentwicklung), Fortbildungen zu Autismus und Hochbegabung im Erwachsenenalter

Zu einigen Berichten aus NAMEN UND NEUIGKEITEN können Sie Videos auf unseren Kanälen finden:

HEP-Piraten:
<https://youtu.be/0dxyG182W10>



23. Motorrad-Gespannfahrtreffen:
<https://www.facebook.com/Hephata.MG/videos/562586241935763>



Für alle, die sich mit PODCASTS noch weiter ins Thema einhören möchten:

Intellektuelle Hochbegabung:
Podcast Psycho trifft Coach:
Folge 21: Hochbegabung-Fluch oder Segen?

Podcast Sensibel sein:
Hochbegabung? Ich doch nicht.

Autismus:
Podcast Besser so mit Leon Windscheid:
Weiblicher Autismus: Wie ist es unsichtbar behindert zu sein?

ADHS:
Besser so mit Leon Windscheid:
Kirmes im Kopf: Wie fühlt sich ADHS bei Erwachsenen an?

Impressum



HephataMagazin
Einblicke - Ansichten - Ausblicke
21. Jahrgang

Herausgeber:
Evangelische Stiftung Hephata
Hephataallee 4
41065 Mönchengladbach
Pfarrer Dr. Harald Ulland, Theologischer Vorstand
Telefon: 0 21 61 / 246 - 0
Telefax: 0 21 61 / 246 - 2120
E-Mail: post@hephata-mg.de
Internet: www.hephata-mg.de

Beirat:
Karsten Bron, Oberhausen
Oberkirchenrat i. R. Klaus Eberl, Wassenberg
Marcel Roemer, Mönchengladbach
Prof. Dr. Sandra Glammeier, Mönchengladbach
Vanessa Strauch, Düsseldorf
Rolf Weidenfeld, Mettmann

Redaktion:
Alexandra Schoneweg, Pfarrer Dr. Harald Ulland, Sonja Weyers
Telefon: 0 21 61 / 246 - 2920
E-Mail: hephatamagazin@hephata-mg.de

Konzept / Grafik Design:
Udo Leist, Studio für Kommunikationsdesign
41466 Neuss, Tel.: 0 21 31 - 74 54 88

Druck:
Das Druckhaus Beineke Dickmanns GmbH, Korschenbroich

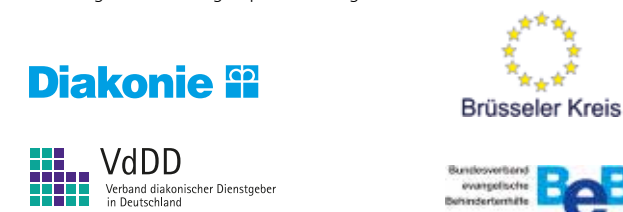
Spendenkonto:
KD-Bank, Dortmund IBAN: DE84 3506 0190 0000 0011 12
BIC: GENODED1DKD

Alle Freunde und Förderer der Evangelischen Stiftung Hephata erhalten das HephataMagazin kostenlos.

Copyright©
Evangelische Stiftung Hephata, Udo Leist - Kommunikationsdesign

Alle Rechte vorbehalten, fotomechanische oder elektronische Wiedergabe auch einzelner Teile, sowie Nachdruck nur mit Quellenangabe und Genehmigung des Herausgebers.

Die Evangelische Stiftung Hephata ist Mitglied in:



Wenn Empfänger verzogen, bitte mit neuer Anschrift
zurück an Absender:
Evangelische Stiftung Hephata
Hephataallee 4 - 41065 Mönchengladbach



P  Premiumadress
Basis
Dialogpost

ANZEIGE

Alte Gärtnerei

SCHRAMMEN
ARCHITEKTEN AG



Grünes Wohnen in zentraler Lage von Mönchengladbach

Ein eigener Garten trotz Wohnen im Obergeschoss?

Das Neubauprojekt ALTE GÄRTNEREI macht das möglich! Auf dem Gelände der Evangelischen Stiftung Hephata in Mönchengladbach entstehen derzeit 50 barrierefreie Mietwohnungen für den freien Wohnungsmarkt.

Beste Wohnungen: Nicht zu klein und nicht zu groß präsentieren sich die neuen Wohnungen in einer privaten Spielstraße. Die Mieter können wählen zwischen 62 bis 78 Quadratmetern besonders energieeffizientem Wohnraum, plus Balkon oder Terrasse.

SPECIALS:

- Alle Wohnungen sind auch über Aufzüge zu erreichen.
- Jede Wohnung hat eine Terrasse oder einen Balkon.
- Jede Wohnung hat einen eigenen Kellerabstellraum.
- Zu jeder Wohnung gehört ein Tiefgaragenstellplatz (Ladung E-Fahrzeug möglich).
- Ausreichende Fahrradstellplätze im Keller sowie im Außenbereich
- Ein Mietergarten kann pro Wohnung dazu gemietet werden, im Erdgeschoss liegt der Mietergarten direkt vor der jeweiligen Terrasse.
- Beide Häuser haben 3 Geschosse (EG, 1.OG, 2.OG) und werden besonders energieeffizient gebaut (Effizienzhaus 40): Sole-Wasser-Wärmepumpen (Erdwärme) & Fußbodenheizung & Regenwasserzisterne zur Gartenbewässerung
- Kinderspielplatz im Garten
- Glasgewächshaus in den Gärten als Nachbarschafts-Treffpunkt



ALTE GÄRTNEREI

50 barrierefreie Mietwohnungen
Fertigstellung ca. Juni 2023

Hephataallee 30-36
41065 Mönchengladbach

Weitere Informationen und unsere Baustellencam finden Sie
hier: <https://alte-gaertneriei-mg.de>

