

Wolfgang
Armbrüster/
Thomas Heinen/
Kirsten Andrä

Behutsam herausführen aus einer geschlossenen Welt

LEBEN MIT AUTISTISCHEN ERWACHSENEN
UND MIT IHREM SELBSTVERLETZENDEM VERHALTEN

Andrä: Was ist Autismus?

Armbrüster: Menschen mit Autismus nehmen die Außenwelt als bedrohlich wahr. Für den einen fühlt sich der Boden beispielsweise immer schwankend an, wie auf einem Schiff. Oder jemand hört Geräusche viel lauter und wahrscheinlich auch in einer anderen Qualität als wir. Und dann gibt es auch autistische Menschen, die jede noch so sanfte Berührung als schmerzhaft erleben.

In dem uralten Gehöft Halverscheid, umgeben von Wald und Wiesen, bollert der Ofen und strahlt Gemütlichkeit aus. Darauf wärmen sich Hund und Katzen des Hauses in trauter Harmonie. An dem langen Holztisch sitzen heute nur eine Bewohnerin, ein Betreuer und zwei Gäste beim Brunch. Die anderen Bewohner der therapeutischen Lebensgemeinschaft arbeiten in der Werkstatt. Hier leben neun Menschen mit Autismus und geistigen Behinderungen. Einige von ihnen haben Verhaltensweisen, die es den Betroffenen sehr schwer machen, in Gemeinschaften zu leben. Aber hier findet jede/r Respekt und einen Platz zum selbstbestimmten Leben.



Dieses Lebensgefühl der Angst ist bei autistischen Menschen von Geburt an da und überlagert alle anderen Gefühle wie Freude, Lust am Leben. Das Gefühl der Angst führt dazu, dass man sich in seinen ganzen Verhaltensweisen einfach nur zurückziehen kann, um sich dann in einer gewissen Sicherheit zu wägen. Das Zulassen des Rückzuges und die Konstanz der Bezugspersonen führen allmählich zu einer feinen Öffnung hin zur Außenwelt.

Andrä: Bevor dieser Durchbruch geschieht, wie reagieren die Betroffenen, wenn ihnen die Sinnesindrücke zu bedrohlich werden?

Armbrüster: Da ist zum einen eine starke körperliche Verspannung. Man ist von Kopf bis Fuß angespannt, dreht sich weg, vermeidet Augenkontakt, oder schaut, wenn man sowieso keinen Blickkontakt gewohnt ist, noch weiter in die Ferne als sonst. Bestimmte Verhaltensweisen werden ritualisiert, bis hin zu autoaggressivem oder fremdaggressivem Verhalten.

Andrä: Welchen Einfluss hat die Beziehung zwischen Ihnen und dem Betreuten auf seine Reaktion?

Heinen: Diese Beziehung, die wir miteinander haben, ist ganz wichtig: Wenn ein gewisses Vertrauensverhältnis aufgebaut ist, reicht mitunter schon die Verspannung als Signal: „Das war jetzt erst einmal genug für mich.“ Neben der Beziehung des Betreuers zum Betreuten ist also auch die Reaktion des Mitarbeiters in dieser konkreten Überlastungssituation sehr wichtig. Sie muss entsprechend empathisch sein. Denn nach meiner Erfahrung bieten die Betreuten immer Lösungsmöglichkeiten an, um, über die Aggression hinaus, selber Sicherheiten und Freiräume zu schaffen. Beispielsweise, indem sie durch zwanghaftes oder ritualisiertes Verhalten aus der Situation fliehen, auf eine für sie selbst und den anderen weniger bedrohliche und schmerzhaft Weise, als dies durch Aggression geschähe.

Andrä: Was wäre ein solches ritualisiertes Verhalten?

Armbrüster: Zum Beispiel, indem jemand sich ins Bett legt und dort Zuflucht sucht. Das Bett ist für viele autistische Menschen ein Ort des Rückzuges. Und wenn man versteht, dass dies hilfreich ist,

kann man dieses Bett intensiver als Rückzugsort ausgestalten, ihm beispielsweise einen Charakter geben, der einer Burg ähnlich kommt oder einer Höhle.

Andrä: Das kann ja dann auch in einer Form gewünscht werden, die Außenstehende erst einmal befremdet.

Heinen: Ja, wir haben einen jungen Mann, dem der Rückzug an sich nicht genug Sicherheit bietet. Er benötigt zusätzlich die Fixierung. Das heißt, er nimmt selber die Gurte und bedeutet uns Mitarbeitern, ihn festzuschnallen. Er hat ein Bett aus massivem Holz, mit einem Himmel versehen. Und dieses Bett ist für ihn ein Hafen der Sicherheit. Dort kann er sich entspannen. Es ist deutlich zu sehen, wenn er diese Fixierung hat, dass er Luft ablassen kann, der Muskeltonus entspannt sich merklich. Ein Lachen zeigt sich bisweilen. Und von da aus versuchen wir mit ihm die Umwelt mehr und mehr zu begreifen, zu erleben und die schmerzhaft Vergangene zu verarbeiten.

Andrä: Inwiefern können autistische Menschen ihren Schmerz mitteilen?

Armbrüster: Grundsätzlich können alle autistischen Menschen, also sprachliche wie nicht-sprachliche, nur zu Menschen, zu denen sie sehr intensives Vertrauen haben und die sie über lange Zeit kennen gelernt haben, über Schmerzen sprechen oder sie anderweitig zum Ausdruck bringen. Man muss sich darüber klar sein, dass der Schmerz zunächst einmal verschwiegen wird und der autistische Mensch ihn nicht preisgibt. Das heißt, der Mensch wird unter Schmerzen noch autistischer, zieht sich noch mehr zurück und versucht, den Schmerz auszuhalten, in der Hoffnung, dass er vorübergeht.

Andrä: Was geschieht bei autistischen Menschen, die sich autoaggressiv, also selbstverletzend, verhalten?

Heinen: Zunächst drücken sie dadurch erst einmal Angst aus. Das heißt, eine Situation, die sie erlebt haben, macht Angst. Das ist erst einmal ein deutliches Zeichen: Stopp, so geht es nicht weiter.

Andrä: Warum verhält derjenige sich autoaggressiv und nicht fremdaggressiv?

Armbrüster: Aggression und Autoaggression gehören zusammen wie Liebe und Hass, insofern, als Autoaggression an dem Punkt entsteht, an dem der Betreute durch die Situation oder durch eine eigene innere Vorstellung so bedroht wird, dass er sich in keinster Weise mehr zutraut, auch nur irgendeine Form aggressiver Verhaltensweisen nach außen anzuwenden. Autoaggression ist eine Reaktion auf die Vorstellung, nicht aggressiv sein zu dürfen. Meiner Erfahrung nach ist der Autoaggression immer eine Aggression von außen vorangegangen. Das selbstverletzende Verhalten kann zum Beispiel bedeuten: „Ich schlage mich

lieber selbst, denn dann kann ich den Schlag kontrollieren.“

Der selbst zugefügte Schmerz kann auch die Aufgabe erhalten, von dem zu mächtig und zu bedrohlich erlebten Konflikt abzulenken, indem ich in meinem eigenen Inneren dann an diese Stelle den Schmerz setze.

Andrä: Wie gehen Sie auf dieses komplexe Geflecht von Emotionen ein?

Armbrüster: Wir fragen nach den konkreten Ursachen des autoaggressiven Verhaltens bei dieser Person und versuchen dann, die Situation zu analysieren und aufgrund dieser Einsichten entweder die Situation vollkommen zu vermeiden oder gemeinsam zu durchleben.

Andrä: Zum Beispiel habe ich beobachtet, dass Sie den großen Hund, vor dem die Betreute Angst hat, erst einmal im Zimmer lassen, anstatt eine „schützende Käseglocke“ über sie zu stülpen.

Armbrüster: Ja, wir arbeiten im Sinne des therapeutischen Milieus.

Das heißt, wenn das Thema Angst da ist, muss ich mir überlegen, wie kann ich Angst machende Situationen so erleben lassen, dass sie immer angstfreier und als immer weniger belastend wahrgenommen werden? Wenn ich mir diese Frage beantwortet habe, versuche ich im Alltag Situationen nicht zu gestalten, sondern begleitend zuzulassen. Allerdings schon mit der klaren Maßgabe, dass, wenn die Angst zu groß wird, die Situation sofort zugunsten des Betreuten aufgelöst wird.

Andrä: Hat Autoaggression auch etwas mit Macht zu tun?

Armbrüster: Autoaggression ist auch eine Verhaltensweise, mit der ich als Betreuer sehr mächtig bin. Ich erlebe als Betreuer in meinem normalen Alltag ständig die Ohnmacht, eigene Wünsche, eigene Bedürfnisse nicht leben zu können, weil ich mich Tag und Nacht an eine Gemeinschaft anpassen muss. Bin ich autoaggressiv, rücke ich endlich in den Mittelpunkt, werde ernst genommen. So traurig das klingt, aber für manchen Betreuten ist es scheinbar die einzige Möglichkeit, die Umwelt so zu gestalten, dass sie die eigenen Autonomie- und Freiheitsbedürfnisse erfüllt.

INTERVIEW



Ein familienähnliches Miteinander und Ambiente bietet Geborgenheit. Gleichzeitig erhält jeder den größtmöglichen Freiraum in der Lebensgemeinschaft.

Wolfgang Armbrüster ist Leiter der therapeutischen Lebensgemeinschaft für autistische und geistig behinderte Erwachsene in Halver. Thomas Heinen arbeitet als Krankenpfleger in der Psychiatrie Stiftung Tannenhof in Remscheid.