AB 6.12a Offenlegung: Wie sage ich es den Anderen? (Vorlage)

Die Diagnose Autismus beinhaltet Besonderheiten und Beeinträchtigungen (z. B. nonverbale Kommunikation, Theory of Mind, Sensorik), die im Alltag und in sozialer Interaktion zu Problemen führen können. Eine hilfreiche Strategie zur Problembewältigung ist die Offenlegung der Besonderheiten/Beeinträchtigungen (mit oder ohne Bekanntgabe der Diagnose). Ebenfalls hilfreich ist, Interaktionspartner*innen Hinweise dafür zu geben, wie sie mit ihrem Verhalten helfen können, Sie zu unterstützen und Ihre Besonderheiten zu kompensieren.

Meine Besonderheit/Beeinträchtigung:

Ich kann Gesichter nicht lesen und Körpersprache verstehe ich auch nicht.

So könnte ich die Besonderheit/Beeinträchtigung kommunizieren:

Ich habe Schwierigkeiten, anhand des Gesichtsausdrucks oder der Körpersprache zu erkennen, wie es anderen Personen geht. Mir wurde berichtet, dass die meisten Personen das können, intuitiv und ohne große Anstrengung. Bei mir ist das nicht so und das führt dazu, dass ich in einer Interaktion teils ziemlich ratlos bin oder sogar Dinge tue und sage, die verletzend sein können und es wirklich nicht mitbekomme. Die Sprache der Gefühle sagt mir einfach nichts.

Diese Hinweise könnte ich Anderen geben, um die Problem zu reduzieren:

Ich möchte dich daher darum bitten, dass du mir ziemlich direkt sagst, wie es dir geht und was du fühlst, vor allem wenn es um etwas geht, was ich gesagt oder getan habe. Dieses Wissen würde mir ermöglichen, dich besser zu verstehen und auch angemessen und rücksichtsvoll zu handeln.

© 2019 W. Kohlhammer, Stuttgart