

stille-stunde.com

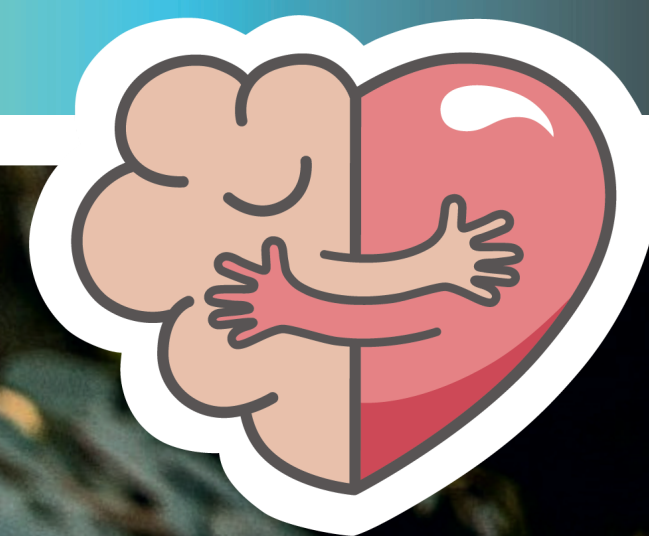
Mein Name ist Alexander. Ich bin 21 Jahre alt und Autist.

Ich arbeite in der Küche der Lebenshilfe. In meiner Freizeit gehe ich gerne ins Fitness-Studio. Das macht mir viel Spaß. Und noch etwas ist gerade zurzeit aufregend: Ich gehe zur Fahrschule und mache meinen Führerschein. Das wird toll, wenn ich eines Tages mit einem Mofa fahren kann. Zuhause backe ich gerne. Einmal wollte ich meine Mutter überraschen, aber der Kuchen ist nichts geworden.

Am allerliebsten spiele ich auf meiner Spielekonsole. Inzwischen kann ich auch allein einkaufen gehen. Am liebsten beim Kaufland, da gibt es eine Selbstbedienungskasse. Ich gehe, wenn nicht

so viel los ist. Dann ist die Kasse leer. So klappt das ganz gut. Das war früher anders.

Einmal, vor ein paar Jahren, war ich mit meiner Mutter im Supermarkt. Plötzlich konnte ich nicht mehr und habe alle Regale abgeräumt. Das war schwer. Aber wir haben immer wieder viel geübt. Deshalb komme ich heute überall gut klar.



stille-stunde.com

Mein Name ist Anna Ring, ich bin Fachkraft für den Fachdienst Autismus.

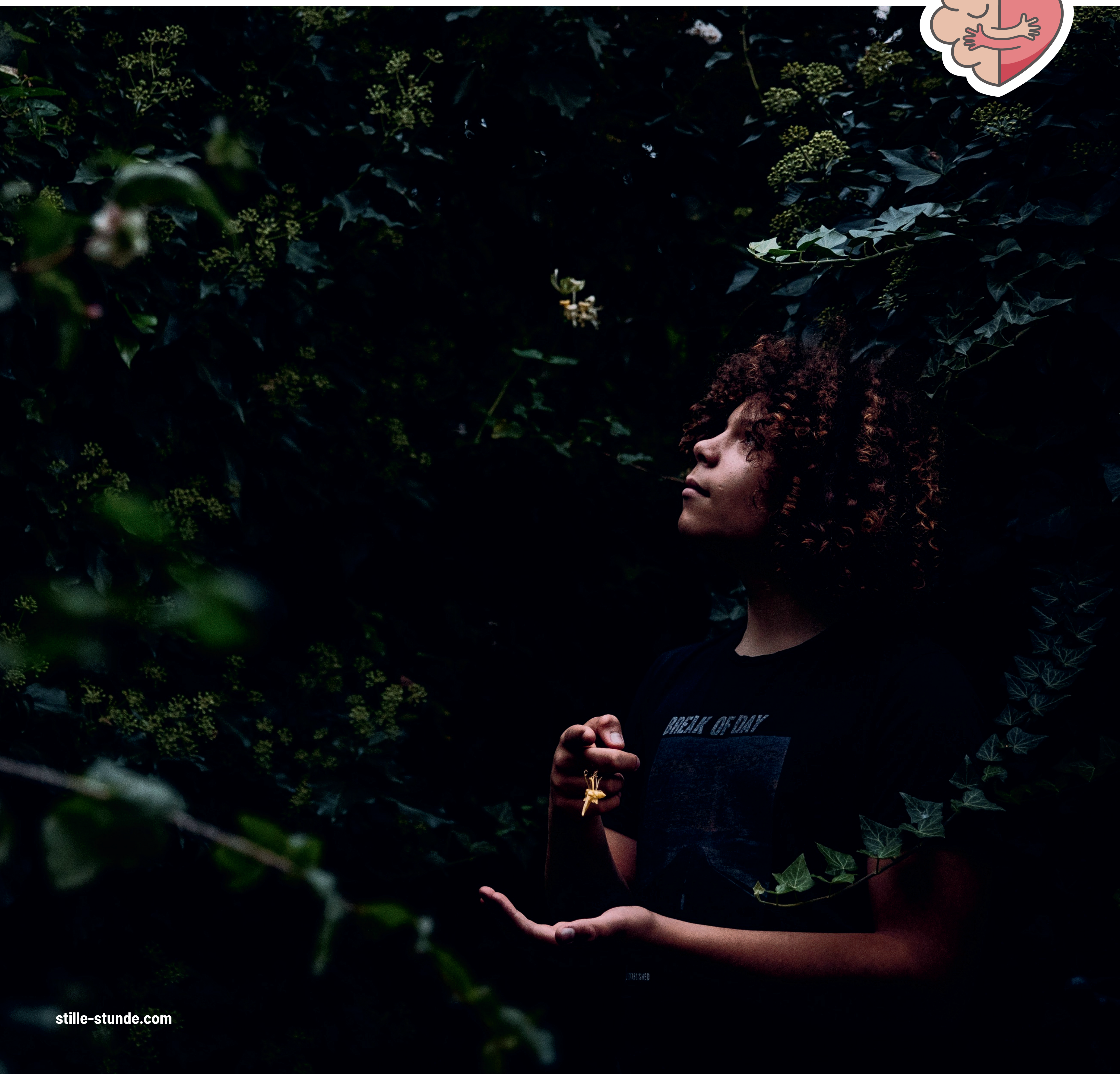
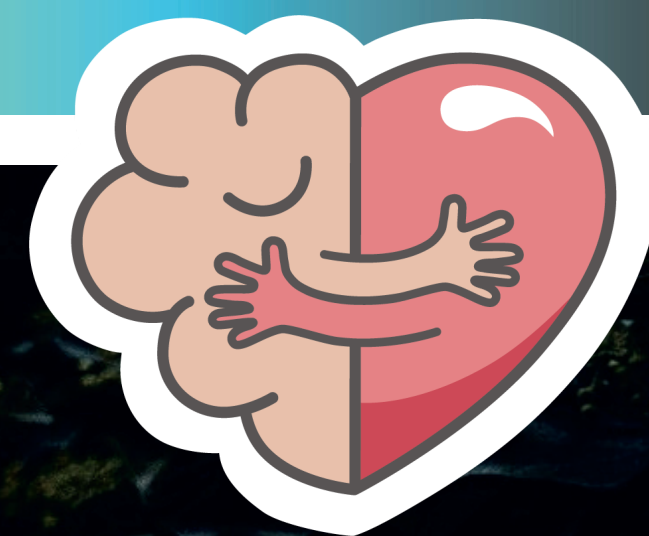
2007 kam ich aus Kasachstan, mein Psychologie Studium wurde nicht anerkannt, so habe ich mich weitergebildet und festgestellt, dass mir die Arbeit mit autistischen Menschen sehr viel Freude bereitet. Wir begleiten Autist:innen mit unterschiedlichen Beeinträchtigungen im Alter zwischen 6 und 50 Jahren. Die Alltagsbewältigung ist immer ein jahrelanger Prozess.

Bei Alexander haben wir z. B. am Anfang sehr lange daran gearbeitet, dass er sich ein Bällchen Schokoladeneis bestellt. Das stellt für einen Autisten eine Hochleistung dar. Menschen, Geräusche, Gerüche, Blickkontakte – alles wird anders interpretiert, als bei nicht-autistischen

Menschen. Nach wirklich langer Übung fühlte sich Alexander sicher. Dann kam der nächste Schritt – ein Bällchen Erdbeereis. Es ist vielen nicht bewusst, dass es solche Barrieren überhaupt geben kann. Heute kann Alexander so viele Hürden selbstständig meistern. Diese therapeutische Begleitung hilft vielen zu mehr Lebensqualität. Die „Stille Stunde“ ist für Betroffene wie auch für das Fachpersonal eine große Bereicherung.

Es ist immer wieder schwer zu sehen, wenn Klienten mit kaltem Schweiß zitternd vor einem Supermarkt stehen. Wie viel Kraft dies kostet. Für die Klienten ist es wie ein 8-stündiger Marathon und oft müssen sie sich dann 2 – 3 Tage erholen. Wenn ich mir etwas wünschen könnte, wäre es, dass nicht an Menschen mit Beeinträchtigungen

gespart wird und Betroffene jahrelang auf einen Diagnosetermin und Therapieplätze warten müssen. Es wäre wichtig, dass sich oft stark belastete Angehörige nicht durch komplizierte Anträge kämpfen müssen, sondern dass mit der Diagnose ein Prozedere in Gang gesetzt wird, anstatt eines teils diskriminierenden Zugangs zu gesundheitlicher Versorgung.



stille-stunde.com

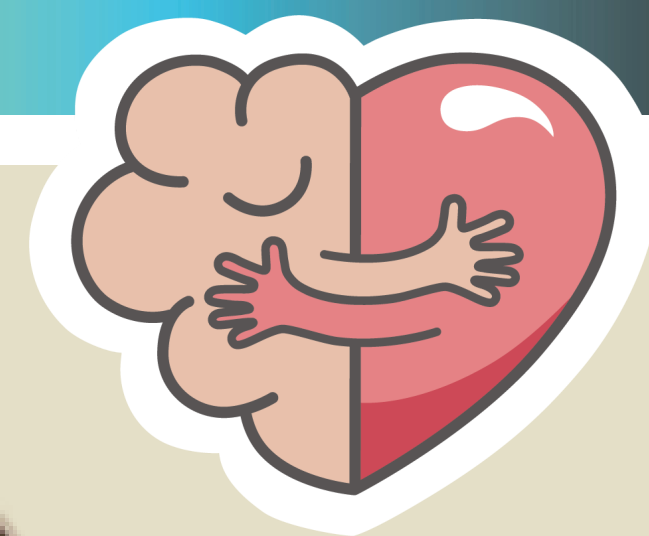
Mein Name ist Max, ich bin 14 Jahre alt. In meiner Freizeit spiele ich sehr gerne Schach und Harfe. Ich gehe auf ein privates Gymnasium. Die Lehrer geben sich dort viel Mühe und ich komme gut im Unterricht klar. Es ist ok, dass die Kinder in meiner Klasse mich seltsam finden. Vielleicht würde ich ähnlich reagieren, wäre es andersherum.

Was genau anders ist, kann ich auch nicht so sagen. Ich wünsche mir mehr Freunde. Einen Freund habe ich, seit dem Kindergarten. Mit ihm ist es anders, wahrscheinlich, weil er mich nicht seltsam findet.

Max Mutter Jenny hat beim ihm bereits im Alter von zwei Jahren Auffälligkeiten registriert:

„Gegen den Rat des Kinderarztes wurde ich aktiv und so hat Max bereits mit drei Jahren die Diagnose Autismus erhalten. Wir haben als Familie ein starkes Fundament, haben mit Landkreis, Ärzt:innen und anderen ein Netzwerk aufgebaut, welches uns unterstützte. Das TEACCH Konzept haben wir uns selbst beigebracht und durchgeführt. So hatten wir sehr gute Voraussetzungen geschaffen, Max auf die Welt vorzubereiten.“

Die Stille Stunde ist daher ein äußerst wichtiges Projekt. Eine sensible Gesellschaft würde helfen, dass Menschen, die nicht typisch sind, nicht daran zweifeln, dass sie genau so gut sind, wie sie sind.



stille-stunde.com

Durch Dick und Dünn

Wir sind Anne und Rebecca, Gründerinnen des Vereins „Gemeinsam zusammen e.V.“. Kennengelernt haben wir uns bei Foodsharing und schnell gemerkt: Wir sind unterschiedlich – aber das macht uns stark.

Anne ist die Bodenständige, die Kommunikatorin. Sie redet mit so vielen Menschen an einem Tag, wie Rebecca vielleicht in einer Woche. Rebecca dagegen liebt es, zu analysieren, zu schreiben und zu planen. Gegenseitig zeigen wir uns, wie die Welt für die andere funktioniert, immer direkt und auch, weil wir etwas bewegen wollen. Zwei, die einfach mal machen. „Aber diesmal nicht so groß.“, sagt Anne, wenn Rebecca eine neue Idee hat.

Und Rebecca sagt: „Nein, diesmal nicht.“ Dann lachen wir zwei, denn wir wissen, dass Unglaubliches entstehen kann, wenn man sich gegenseitig Raum gibt.

Unsere Beziehung lebt davon, dass wir beide leidenschaftlich sind und die Welt unterschiedlich sehen. Das ist nicht immer einfach – manchmal sogar richtig herausfordernd. Früher haben wir gestritten, laut und heftig. Wir haben das Telefon aufgeknallt und Anne hat sich ein paar Tage nicht gemeldet, Rebecca hat endlose Nachrichten geschickt. Und dann ruft eine von uns an und alles ist einfach vergessen.

Wir können ehrlich kritisieren, ohne Konsequenzen zu fürchten. Wir nehmen uns so, wie wir sind – mit all den guten und schlechten Eigenheiten.

Heute streiten wir nicht mehr. Annes Krebsdiagnose hat vieles verändert. Sie hat uns noch enger zusammengeschweißt und gezeigt, worauf es wirklich ankommt: füreinander da zu sein und gemeinsam für eine Sache zu kämpfen.

Seit Jahren telefonieren wir jeden Morgen und fragen wir uns, wie es uns geht. Kein Smalltalk, keine Oberflächlichkeiten. Manchmal nicht mal ein „Hallo“.

Und dann überlegen wir, wie wir für uns oder andere etwas bewirken können.