

Woran erkennt man eigentlich Autismus bzw. Neurodivergenz? Und wie grenzt man dies von anderen – nicht neurodivergenten – Verhaltensweisen ab?



Ein Essay zum Thema “Autismus/ Neurodivergenz und die Abgrenzung zu anderen Verhaltensweisen” von Mandy Hartmann

Ganz klar:

Nicht jedes Kind, das soziale oder kommunikative Schwierigkeiten zeigt, ist automatisch neurodivergent. Auch nicht, wenn es sich zeitweise sehr intensiv mit einem Thema beschäftigt oder immer wieder mit den Füßen wippt.

Vielleicht liegt genau darin auch die Schwierigkeit der Erkennung und Abgrenzung. Denn viele einzelne Verhaltensweisen sind zunächst einmal vollkommen normal. Auch Regulation ist normal. Menschen regulieren sich ständig.

Was Neurodivergenz vom Neurotypischen jedoch unterscheidet, ist weniger DAS Verhalten selbst – sondern vielmehr die besondere, nicht neurotypische Art der Reizaufnahme und Reizverarbeitung.

Und genau diese kann sehr unterschiedlich nach außen wirken.

Zum Beispiel durch:

- stark verlangsamte oder verzögerte Reaktionen
- scheinbar ausbleibende Reaktionen
- Reaktionen, die erst auftreten, wenn Außenstehende gar keinen Zusammenhang mehr erkennen
- wiederkehrenden Rückzug
- massive Stimmungsschwankungen oder Eskalationen
- schnelle Erschöpfung
- Müdigkeit
- „Bummelei“
- Schwierigkeiten, Aufgaben zu erkennen oder zu beginnen
- dauerhafte Kommunikationskonflikte
- starke Überforderung durch eigentlich alltäglich wirkende Anforderungen

All das kann selbstverständlich auch andere Ursachen haben. Und genau darin liegt die eigentliche Herausforderung:

Verhalten nicht isoliert zu betrachten, sondern im Zusammenhang mit dem Nervensystem.

Dafür braucht es Wissen, Erfahrung und eine umfassende Betrachtung:

- Entwicklungsverläufe
- familiäre Dynamiken
- bisherige Diagnosen
- komorbide Erscheinungen
- Reaktionen auf Anforderungen
- bisherige Maßnahmen
- und auch die Frage:

- Was hat geholfen – und was vielleicht gerade nicht?

Um ein mögliches Vorliegen von Neurodivergenz beurteilen zu können, braucht es deshalb die Fähigkeit, Verhalten auch aus einer neurodivergenz-sensiblen Perspektive mitzudenken. Nicht im Sinne eines vorschnellen Zuschreibens. Sondern im Sinne eines erweiterten Verstehens. Manchmal sind es sogar erst bestimmte neuro-sensible Maßnahmen, die plötzlich sichtbar machen: „So funktioniert es. So kommt das Nervensystem überhaupt erst in die Lage, Dinge bewältigen zu können.“

Und ja – manchmal ähnelt Neurodivergenz auch traumabezogenen Belastungsreaktionen. Denn auch Trauma kann Gehirnstrukturen, Stressreaktionen und Reizverarbeitung beeinflussen. Gleichzeitig entwickeln viele neurodivergente Menschen im Laufe ihres Lebens zusätzliche Mikrotraumatisierungen – schlicht dadurch, dass sie dauerhaft in Bedingungen leben, die nicht ausreichend zu ihrem Nervensystem passen. Die Differenzierung ist deshalb tatsächlich schwierig.

Traumabelastungen bedeuten vereinfacht gesagt, dass bestimmte Situationen vom Gehirn nicht ausreichend verarbeitet oder bewältigt werden konnten und später weiterhin Belastungen auslösen.

Bei neurotypischen Menschen lassen sich auslösende Situationen manchmal leichter erkennen oder zeitlich zuordnen. Im neurodivergenten Kontext ist das häufig komplizierter. Denn hier kann Überforderung bereits aus der besonderen Art der Reizaufnahme und Reizverarbeitung selbst entstehen – also aus etwas, das von außen möglicherweise gar nicht als belastend wahrgenommen wird.

Und trotzdem ist eines wichtig:

Viele neuro-sensible Grundprinzipien wie Klarheit, Vorhersehbarkeit, verständliche Kommunikation, reduzierte Überforderung oder ein regulierendes Umfeld wirken grundsätzlich entlastend und unterstützend – unabhängig davon, ob letztlich eine Traumabelastung, Neurodivergenz oder beides vorliegt.

Was ist also entscheidend bei der Erkennung und Differenzierung von Neurodivergenz?

Letztlich die fachlich begründete Einschätzung, ob bestehende Verhaltensweisen – auch unter Berücksichtigung möglicher komorbider Erscheinungen – mit einer besonderen Art der Wahrnehmung, Reizverarbeitung und nervensystemischen Belastungsverarbeitung zusammenhängen könnten.