

Studieren mit Autismus

Selbsthilfe Tipps für Betroffene

Was kann ich selbst tun, um positiven Einfluss auf mein Studium zu nehmen?



HINWEIS COPYRIGHT

Der Foliensatz ist urheberrechtlich geschützt und lizenziert unter der [Creative Commons Attribution International 4.0 License](#)

Die Nutzung ist unter den folgenden Bedingungen erlaubt:

Namensnennung - Sie müssen eine angemessene Namensnennung vornehmen, einen [Link zur Lizenz](#) bereitstellen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden. Sie können dies in jeder angemessenen Weise tun, aber nicht in einer Weise, die den Eindruck erweckt, dass der Lizenzgeber Sie oder Ihre Nutzung unterstützt.

Keine zusätzlichen Einschränkungen - Sie dürfen keine rechtlichen Bestimmungen oder technischen Maßnahmen anwenden, die andere rechtlich daran hindern, das zu tun, was die Lizenz erlaubt.

Studieren mit Autismus

Worauf Einfluss nehmen aus Betroffenenperspektive?



**Disclaimer:
Autistische Studierende sollten
von Unis nicht “normal” gemacht werden.**

*Universitäten sollten für Autistische Studierende
barrierefrei werden!*

[Autism & Uni, Marc Fabri and Penny Andrews, 2015, UN-BRK](#)

Therapie und Diagnostik

Eckdaten

- **Forschung war lange primär fokussiert auf schwer Behinderte, kaum Studien zu Studium¹**
 - Autistische Menschen an Hochschulen dennoch überrepräsentiert
 - schließen Studium seltener ab, als nicht-autistische Studierende
- **Insbesondere als Mädchen sozialisierte Menschen stark unterdiagnostiziert¹**
 - Anteil steigt im Studium von $\sim 1/5$ auf $\sim 1/3$
 - Anekdotisch: viele Fehldiagnosen auf dem Weg zum Autismus hier üblich
- **Autismus häufig komorbid mit anderen Störungen²**
 - viele Studien zu Komorbiditäten bei
 - ADHS
 - Angststörungen
 - Psychosen
 - Depressionen
 - Tic-Störungen
 - OCD
 - Schlafstörungen
 - Epilepsie

1: [Autism & Uni, Marc Fabri and Penny Andrews, 2015](#)

2: [Comorbidity and autism: Trends, topics and future directions](#)

Therapie und Diagnostik

Vorteile und Risiken

- ✓ **Verhaltenstherapie steigert Sozialkompetenz**
 - ✓ **Diagnose kann Grad der Behinderung bringen**
 - *(Wenn Antrag gestellt wird)*
 - ✗ **im Erwachsenenalter Diagnostik-Plätze sehr begrenzt und Prozess langwierig**
 - ✗ **Keine medikamentöse Behandlung**
 - ✗ **unklarer Anspruch auf Nachteilsausgleich**
 - ✗ **Diagnose kann Chance auf Therapieplätze reduzieren**
 - anekdotisch: viele Therapeut*innen trauen sich das nicht zu.
-
- ***Zunächst andere Diagnosen angehen, kann strategisch sinnvoll sein***
 - ***Selbsthilfe ist ebenso effektiv***



“Auf dem falschen Planeten
geboren werden”

Stigmatisierung und fehlende Vorbilder
sind Risiken für autistische Studierende.

Soziales

Internalisierte und externalisierte Vorurteile

- **“Ich muss Inselbegabungen haben, damit ich richtig autistisch bin”**
 - Das mediale Vorurteil des autistischen Savant sorgt dafür, dass Betroffene unrealistische Erwartungen an sich selbst stellen.
- **“Autist:innen sind unempathisch”**
 - viele Menschen halten Autist:innen für “kalt”, das ist falsch. Autist:innen fällt es schwer, soziale Regeln zu verstehen und andere Menschen im eigenen Kopf zu modellieren.
 - Sensibilisierung hilft:
 - Wissen Professor:innen von Autismus, sehen sie sozial ungeschicktes Verhalten eher nach und sind kompromissbereiter
 - Vorurteile unter Studierendenschaft und Belegschaft an Unis weit verbreitet
 - Anekdotisch: Destigmatisierung durch “Own-Voices” in sozialen Medien
- **“Autist:innen haben keine Freunde”**
 - Autistische Menschen führen kürzere und weniger Beziehungen, sind damit dennoch zufrieden

Soziales

Folgen vom Aufwachsen in der falschen Welt.

Masking

- erlerntes Verstecken der eigenen Emotionalität, um sozial nicht anzuecken.
 - alle Menschen tun das manchmal
 - autistische Kinder lernen, sie müssen das durchgehend tun

Risiko psychische Krisen¹

- Andere merken Autist:innen nicht an, wenn es ihnen schlecht geht
- Autist:innen merken *sich selbst* nicht an, wenn es ihnen schlecht geht
 - **Autist*innen steigern sich in psychische Probleme rein, bis es akute Krisen werden**

Was ich mich persönlich frage:

Wie gut ist die typische **Autismus-Symptomatik** (Emotionsblindheit, fehlendes Gefühl für Körper) von **Traumafolgestörungen (Dissoziation) abzugrenzen?**

1: [Autism & Uni, Marc Fabri and Penny Andrews, 2015](#)

Soziales

Autistisches Socializing im Studium

Barrierefreie Angebote suchen und nutzen:

- Nicht alle Angebote von Fachschaften sind mit sensorischen und sozialen Barrieren (wie Alkoholkonsum) verbunden.
 - z. B.: Rollenspiel- und Brettspiel- oder Malabende
 - Fragt bei eurem Fachschaftsrat nach, regt selbst Angebote an
- **Neurodivergente Runde** jeden dritten Mittwoch im Club Traumtänzer

Studentische Vertretung:

- [StuRa Referat Inklusion](#)
- Studiengangsspezifischer Fachschaftsrat (FSR)



Hätte ich gern früher gewusst

Spezialinteressen und Socializing

Vorteil vom Studium: Menschen haben meist gemeinsame Interessen. Das hilft Autis beim Socializing.
(In Befragung gaben alle an, das Umfeld sei besser, als vor dem Studium)

Tipp: Interessen teilen und Info-Dumping wird von neurotypischen Menschen gern als unhöflich oder überrumpelnd wahrgenommen. Hier hilft Aufklärung über Anti-Quirks.

Studieren lernen - Die richtigen Hilfsmittel finden



Sonnenbrille



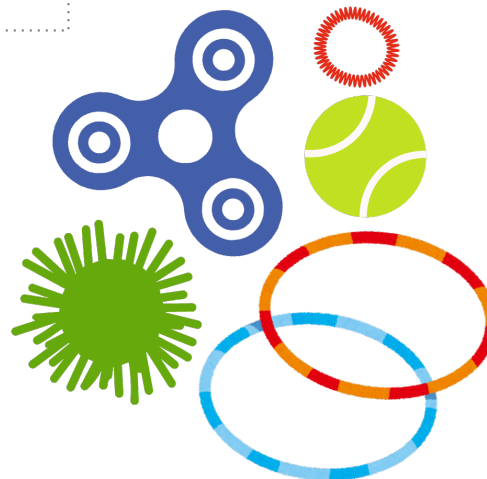
Gewichtsdecken



Ruheräume



ANC Kopfhörer



Stim Toys



Kuscheltiere

Studieren lernen

Den richtigen Kontext für sich selbst finden

Welches Medium?

- **Vorlesung**
in Person oder aufgezeichnet?
- **Literatur**
- **Projektarbeit**
- **Tutorium**

[Fachberatung](#) und FSR können bei Modulzusammensetzung helfen. TU möchte in Qualitätszielen multimodales Lernen ermöglichen. Hier auch bei Studienauswahl darauf achten.

Welcher Ort?

- **Vorlesung**
- **Zuhause**
- **Ruheraum**
- **SLUB**
- **Park**

Autistische Studierende können [Ruheräume in der TU Dresden](#) nutzen. Auch die Ausgabe von Schlüsseln kann im Einzelfall gewährt werden.

In welcher Zeit?

- **morgens/abends/nachts?**
- **langsamer, als Regelstudienzeit?**

Da [Unterlagen zum Zuhause nacharbeiten bereitgestellt werden sollen \(Qualitätsziele Lehre 6.6\)](#), ermöglicht die TU lernen auch zu atypischen Tageszeiten.

[Fachberatung](#) und Prüfungsamt können bei individuellem Studienzeitplan helfen.

Weiterführende Links

Projekte an der TUD:

- [AutARK](#) – Unterstützung von berufstätigen Menschen im Autismus-Spektrum durch technische Hilfsmittel
- [Neurodivergent@TU Dresden](#) – Inklusionsprojekt, um Unterstützungsmaßnahmen für neurodivergente Studierende mit Autismus und/oder AD(H)S zu eruieren

Weitere Hilfsangebote für Studierende:

- [Nightline Telefon](#) 📞 [0351 4277345](tel:03514277345)
- [Psychosoziale Beratungsstelle Studentenwerk](#)
- [Peer-Beratung](#) und [Behindertenbeauftragte](#)

Nightline Telefon



Psychosoziale
Beratung



Behinderten-
beauftragter TUD



Projektkoordination

Lars Bönsch

Privat: contact@betalars.de

Kontakt zum Projekt

neurodivergent@tu-dresden.de

Gefördert vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) und dem Freistaat Sachsen im Rahmen der Exzellenzstrategie von Bund und Ländern.