

## Besonderheiten bei Frauen und Mädchen im autistischen Spektrum

Wir sind eine Gruppe von **Frauen**, die sich gerne dies- und jenseits *von Rollenklischees* zu Themen wie Beruf, Freizeit, Partnerschaft und Sexualität sowie zu individuellen Fähigkeiten und Talenten austauschen. Kurz – den weiblichen Autismus (er-)leben und betrachten. Gemeinsam sind wir aktiv, unternehmen Vieles in unserer Freizeit, führen eine rege Kommunikation miteinander, sind kreativ und lachen gerne. Jede Teilnehmerin gestaltet die Gruppe aktiv mit - durch ihre Beiträge und Themen, ihre Ideen, ihr persönliches Engagement und ihre ganz individuelle Persönlichkeit. Hier zeigt sich oft bereits die Vielfalt, die diese Art des Sein beinhalten kann.

- **Anforderungen und Erwartungen an soziale Kompetenzen** sind bei weiblichen Betroffenen höher als bei männlichen
- Erwachsene Frauen im Spektrum sind **Meisterinnen der Anpassung und Tarnung**. Um im Alltag zu bestehen, entwickeln sie differenzierte Strategien
- Sie leben meistens eher **unauffällig**, da sie seltener als männliche Autisten zu körperlich aggressivem Verhalten neigen, sondern sich eher zurückziehen
- **Stereotype Verhaltensweisen** wie beispielsweise Schaukeln, sich um die eigene Achse drehen, Dinge aufräumen, sortieren und arrangieren **werden als typisch weiblich interpretiert**
- **Klassische Symptome** des Asperger-Syndroms treten oft **weniger sichtbar** auf => und sind daher oft schwerer zu diagnostizieren, die **Diagnosestellung** erfolgt oft erst **im fortgeschrittenen Alter** => Fördermöglichkeiten bleiben oft aus
- Sie leben häufig in **Partnerschaften** und/oder haben **Kinder**
- Es **gelingt** ihnen manchmal **besser** als männlichen Autisten, **Mimik und Gestik zu verstehen** und anzuwenden oder ihre eigenen Gefühle zu äußern

"Je ungünstiger die externen Bedingungen, desto höher die Vulnerabilität auf psychosozialer Ebene"  
Prof. Dr. Georg Theunissen, 2015

## Buchempfehlungen

**Überraschend anders: Mädchen und Frauen mit Asperger** - Dr. Christine Preißmann

**Aspergirls** - Rudy Simone

**Aut ist in - Lebenskünstler** - Heike Drogies

**Typisch untypisch - Berufsbiografien von Asperger-Autisten: Individuelle Wege und vergleichbare Erfahrungen** - Eleonora Kohl, Hajo Seng

**Autismus - (M)Eine Andere Wahrnehmung** - Gee Vero

**Schattenspringer: wie es ist, anders zu sein** - Daniela Schreiter

**List of Female Asperger Syndrom Traits** - Rudy Simone

**Das Asperger Syndrom: Sexualität, Partnerschaft und Elternsein** - Katja Carstensen

**Ich, Birgit, Autistin und Psychotherapeutin** - Birgit Saalfrank

## Häufige Fähigkeiten und Stärken

- Zuverlässigkeit
- Loyalität
- Ehrlichkeit
- Genauigkeit/Blick für Details
- Ausgezeichnete Sinneswahrnehmung (akustisch, visuell, olfaktorisch, taktil)
- Logisches Denken
- Entwickeln kreativer Lösungsstrategien
- Ausgeprägter Gerechtigkeitssinn
- Umfassendes Wissen in ihren Fachgebieten
- Kreativität
- Schnelle Auffassungsgabe
- Höhere Genauigkeit bei der Erinnerung an visuelle Eindrücke
- Mustererkennung
- Unvoreingenommenheit
- konsequente Sachbezogenheit

## Häufige Komorbiditäten

- Depression
- Essstörungen (insbes. Magersucht)
- Angsterkrankungen (z.B. soziale Phobie, Zwangsstörungen)
- AD(H)S
- Tic-Störungen

## Was kann die Gruppe für mich bedeuten? Was bringt mir die Teilnahme?

- Hier ist eine **Selbstverständlichkeit im Miteinander** möglich, wie viele Autistinnen es zuvor noch nie kennengelernt hatten
- **Austausch** mit Gleichgesinnten
- Möglichkeiten zur Teilnahme an gemeinsamen **Aktivitäten** (Freizeitgestaltung, Fachvorträge, etc.)
- **Lösungsstrategien** für Probleme in der Alltagsbewältigung (beruflich, privat, partnerschaftlich) gemeinsam erarbeiten
- Eine sehr wichtige Erfahrung: "**Ich bin nicht allein mit meinem Anderssein**"

## Infos, Kontakt und Anmeldung

[www.autsocial.de/roter-knoten.html](http://www.autsocial.de/roter-knoten.html)

[info@autsocial.de](mailto:info@autsocial.de)

[derroteknoten@gmx.net](mailto:derroteknoten@gmx.net)

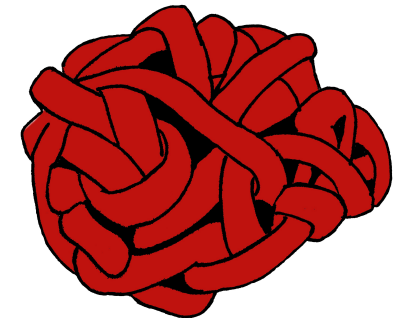


Impressum: autSocial e.V., Nernstweg 32-34, 22765 Hamburg



# Der Rote Knoten

*Frauen im Autistischen Spektrum*



*Peer - to - Peer*