

## Ein geregeltes Leben

Für einen Autisten ist es wichtig ein Leben nach seinen Regeln leben zu können, Abweichungen von diesen Regeln führen zu Stress und Unwohlsein. Viele Regeln werden bereits in der Kindheit festgelegt, sie haben sie von den Eltern übernommen oder selbst entwickelt. Regeln die einmal aufgestellt werden gelten für immer, das bestimmte Regeln oder Verhaltensweisen für Kinder in Ordnung sind für Erwachsene aber nicht mehr gelten ist für einen Autisten unverständlich. Auch geänderte Regeln und Abläufe im Beruf sind für einen Autisten schwierig, der übliche Arbeitstag ist fest abgespeichert und lässt sich nur schwer abändern oder nur mit sehr viel Unwohlsein. Dabei stellt jeder Autist seine eigenen Regeln auf und versucht alles durchzuplanen, der einzelne Tag, die gesamte Woche und natürlich bestimmte Abläufe die der Alltag oder bestimmte Hobbys mit sich bringen. Auch geht ein Autist immer die gleichen Wege, besucht die gleichen Läden, und kauft und isst die gleichen Produkte, weil er sich bei diesen Dingen und Abläufen sicher fühlt, mit Abweichungen und daraus resultierendem Unwohlsein und Stress kann er hingegen nur schwer umgehen. Auch hat ein Autist andere Prioritäten und Vorlieben, im Gegenteil, er findet die Prioritäten und Vorlieben der „Normalen Menschen“ sonderbar und unverständlich. Jeder einzelne Tag im Leben eines Autisten ist eine Herausforderung die sich nur mit guter Planung überstehen lässt, jede kleine Störung oder Änderung sind eine Katastrophe und können zu explosionsartiger Reaktion, wie Wut, Verzweiflung und Stress führen und die sind in der Öffentlichkeit nur sehr schwer zu unterdrücken. Während für einen „Normalen Menschen“ das Zusammenleben mit einem Autisten schwierig ist, so ist der Autist der gleichen Meinung entweder er versucht sich anzupassen und verbiegt sich dadurch oder er lebt seine Verhaltensweisen aus und erntet dafür Unverständnis und negative Reaktionen. In der Schule ist ein Autist das klassische Mobbing Opfer was seine Meinung zu seinen Mitmenschen nicht gerade positiv bestärkt, am besten kommen Autisten mit wertfreien Wesen aus wie kleinen Kindern, Senioren, Tieren oder Pflanzen, das führt natürlich auch dazu, dass sie sich gerne in ein bestimmtes Hobby oder eine bevorzugte fiktive Welt flüchten da sie dort die Kontrolle behalten und sich wertfrei ausleben können. Ob ein geregeltes Leben einen Autisten wirklich glücklich macht ist aber schwer zu sagen, die Gefühle von sich selbst oder anderen zu identifizieren ist für einen Autisten sehr schwer, darum kann man nur eines tun, einen Menschen akzeptieren so wie er ist, egal ob Autist oder nicht.