

Wie können andere dir helfen bzw. wie kannst du für dich sorgen?

Sprich mit vertrauten Menschen darüber, wie es dir geht. Auch wenn dein Bruder/deine Schwester vielleicht mehr Unterstützung im Alltag braucht als du. Du bist wichtig und deine Gefühle und Sorgen ebenso!

Du darfst wütend sein, wenn dein Bruder/deine Schwester etwas kaputt gemacht hat oder gemein zu dir war. Du darfst stolz auf deine Leistung sein, selbst wenn dein Bruder/deine Schwester diese vielleicht nicht schaffen wird. Es ist normal, wenn du dich sorgst, weil deine Eltern manchmal erschöpft aussehen oder dein Bruder/deine Schwester es in der Schule schwerer hat, als du.

Und natürlich darfst du **Spaß mit deinem autistischen Bruder/deiner Schwester haben**, auch wenn ihr andere Dinge macht, als vielleicht die Familien deiner Freunde! Anderen Kindern mit einem autistischen Bruder/Schwester wird es auch so gehen ...

Vielleicht hilft es dir, dich mit anderen Geschwisterkindern auszutauschen? **autismus** Deutschland e.V. bietet **Online-Kurse für Geschwisterkinder**. Informiere dich gemeinsam mit deinen Eltern unter www.autismus.de über diese Kurse.

Vielleicht helfen dir **Bücher über Autismus**, um deinen Bruder/deine Schwester mit Autismus besser zu verstehen. Ebenso Bücher, die deinen Eltern helfen, deine eigene Situation besser zu verstehen. Auch hier findest du eine Übersicht unter www.autismus.de



Kontakt

Herausgeber:

autismus Deutschland e.V.
Bundesverband zur Förderung
von Menschen mit Autismus,
Rothenbaumchaussee 15, 20148 Hamburg,
Tel. 0 40 / 5 11 56 04, Fax 0 40 / 5 11 08 13
E-Mail: info@autismus.de
Internet: www.autimus.de

Fotos: © Marie Maerz / Photocase.de, blantiag / Fotolia.com,
vegefox.com / Fotolia.com
Illustration: METACOM Symbole © Annette Kitzinger;
Layout/Gestaltung: Doris Busch Grafikdesign



Mein Bruder/meine Schwester hat Autismus – was ist das?

Eine Information für Geschwister

Mit freundlicher Unterstützung
durch die GlückSpirale 



Warum hat mein Bruder/ meine Schwester Autismus?

Autismus hat man von Geburt an. Woher es kommt, weiß niemand so genau. Meist haben mehrere Menschen in einer Familie Autismus. Das bedeutet, es ist erblich. Aber: nicht jeder in deiner Familie hat Autismus.

- Einige Erwachsene benennen es als **Autismus-Spektrum-Störung**; ein sehr kompliziertes Wort!
- Bei Autismus spricht man von einem **Spektrum**, weil es **große Unterschiede** gibt: manche Autist:innen sprechen, manche nicht oder nur wenig. Es gibt Mädchen mit Autismus und Jungen. Es gibt autistische Kinder, denen Lernen sehr leicht fällt und anderen dagegen sehr schwer.

Gibt es auch andere, die Geschwister mit Autismus haben?

Ja, die gibt es! Wie viele es sind, weiß man nicht ganz genau. Aber es sind viele. Bei 100 Leuten ist ungefähr 1 Mensch autistisch.

Geht der Autismus wieder weg?

Nein. Aber man kann deinem Bruder/deiner Schwester dabei helfen, mit dem Autismus klar zu kommen.

Was macht der Autismus mit meinem Bruder oder meiner Schwester?

Der Autismus ist dafür verantwortlich, dass dein Bruder/ deine Schwester

- manchmal **nicht erkennen kann, wie es dir geht** und daher es vielleicht lustig findet, wenn du sauer bist.
- **von Dingen erzählt, die ihn/sie interessieren** und nicht darauf achtet, ob es dich auch interessiert.
- vielleicht **viele Dinge über ein (Lieblings-)Thema weiß**.
- vielleicht **komische Bewegungen gerne macht**, zum Beispiel mit den Händen wedelt oder auf Zehenspitzen läuft.
- **Dinge anders sieht, hört, riecht oder fühlt** als du.

- **sich manchmal komisch verhält** und zum Beispiel elektrische Gegenstände immer wieder an und ausschaltet.
- **dich nicht wahrnimmt oder anguckt**, wenn du mit ihr/ ihm sprichst.
- vielleicht **nicht sprechen kann oder nur Laute macht**.
- sich vielleicht **lieber alleine beschäftigt, als mit dir zusammen zu sein und zu spielen**.



Warum spielt mein Bruder/ meine Schwester anders als ich?

Dein Bruder/deine Schwester versteht oft nicht, warum andere Menschen bestimmte Dinge tun oder sagen. Er/sie fühlt sich dadurch wie in einem fremden Land, von dem er/sie die Sprache, das Miteinander und die Kultur nicht kennt. Deswegen möchte er/sie gerne die Kontrolle über die Situation behalten. Das erkennst du daran, dass er/sie sich viele **feste Rituale oder Routinen** schafft, die ihm/ihr **Sicherheit geben**. Aus diesem Grund hast du eventuell das Gefühl, dass er/sie beim Spielen oft bestimmt. Vielleicht möchte er/sie immer beginnen, immer dasselbe Spielzeug oder denselben Gegenstand zum Spielen haben und ausschließlich ein bestimmtes Spiel spielen, bei dem er/sie die gleiche Farbe oder den gleichen Spielablauf haben muss. Das liegt daran, dass er/sie es mag, wenn alles immer gleichbleibt. Veränderungen findet er/sie doof.

Hat mein Bruder/meine Schwester Gefühle?

Ja, dein Bruder/deine Schwester **hat Gefühle**. Einigen Autist:innen **fällt es schwer, diese zu äußern oder zu zeigen**. Vielleicht fragst du dich manchmal, ob dich dein Bruder/deine Schwester liebhat, weil er/sie nicht mit dir spielt, dich nicht umarmt, dich ignoriert oder dich beschimpft. Autistische Kinder zeigen ihre Zuneigung oft anders, z. B. indem sie dir von ihrem Lieblingsthema berichten oder du Teil ihrer Tagesroutine bist. Störendes oder beleidigendes Verhalten deines Bruders/deiner Schwester hat nichts damit zu tun, ob er/sie dich liebhat. Vielmehr zeigt es, dass dein Bruder/deine Schwester Stress hat, die er/sie leider bei dir rauslässt.



Wie kann ich meinem Bruder/ meiner Schwester helfen?

Du kannst beispielsweise

- **Dinge erklären**, die er/sie nicht versteht. Bei der Erklärung helfen oftmals auch Bilder oder Videos.
- ihm/ihr helfen, bei anstrengenden und lauten Situationen sich zu beruhigen, indem du ihn/sie an einen ruhigen Ort bringst, oder die **störenden Dinge wegmachst**.
- ihm/ihr **aus dem Weg gehen**, wenn er/sie wütend ist.
- helfen, **indem du anderen erklärst, was er/sie hat**. Zum Beispiel kannst du erklären, dass die komischen Bewegungen zur Beruhigung dienen.

Wahrscheinlich helfen deine Eltern häufiger deinem Bruder/deiner Schwester und schenken ihm/ihr dabei viel Aufmerksamkeit. Vielleicht hast du dadurch das Gefühl, dass er/sie bevorzugt wird. Es ist wichtig, dass du deinen Eltern von diesem Gefühl erzählst.