

Jennifer Cook, 2023

Der Guide für Jugendliche mit Asperger Syndrom

Die geheimen sozialen Regeln verstehen und mit anderen besser klarkommen

340 S., € 24,99

Stuttgart: Trias Verlag

Jennifer Cook, selbst vom Asperger Syndrom betroffene US-amerikanische Autorin, hat ihre Diagnose erst im Erwachsenenalter erhalten. Durch die Diagnose hatte sie endlich eine Erklärung für die sozialen Schwierigkeiten, die sie schon ihr Leben lang begleiteten. Daraufhin begann sie, Ratgeber und Regelbücher für „Asperkids“ zu verfassen, die sie selbst nach eigenen Angaben in ihrer Kindheit und Jugend gebraucht hätte.

Im Rahmen unserer Therapiegruppe *für Jugendliche mit Asperger Syndrom im Alter von 14-20 Jahren* haben wir mit den TeilnehmerInnen Jennifer Cooks Buch gelesen und diskutiert.

Yvonne Gomernik (15 J.) hat dazu folgende Rezension verfasst: "Das Buch von Jennifer Cook ist eine extrem versimpelte Version von den wichtigsten Eigenschaften des Asperger Syndroms und beinhaltet ebenso, wie man mit diesen umgeht.

Es ist in einem sehr persönlich gehaltenen Schreibstil geschrieben, mit cartoonhaften, lustigen und/oder deutlich nachvollziehbaren Illustrationen zwischen den jeweiligen Kapiteln. Die Regeln, welche neurotypische Menschen leichter wahrnehmen, werden hier in kurzen Stichpunkten wiedergegeben

und gegen Ende auch in einem hilfreichen Verzeichnis festgehalten. In jedem der nach verschiedenen Alltagssituationen gegliederten Kapitel befinden sich logische Problemidentifikation und ebenfalls Möglichkeiten, wie man diese lösen kann. Am Ende dieser wird der Inhalt auf einer schön formatierten Seite zusammengefasst, womit man sich in spezifischen Fällen schnell zurechtfindet.

Nach meiner Meinung ist das Buch sehr angenehm zu lesen gewesen und ich würde es definitiv an bekannte Betroffene weiterempfehlen, da es mir tatsächlich half, mein soziales Engagement zu bessern."

Auch uns begeisterte das Buch. Klar, schonungslos direkt und immer mit einer positiven Grundhaltung werden Themen angesprochen, die für Menschen im Autismus-Spektrum relevant sind: von der Detailwahrnehmung und den Schwierigkeiten in der Theory of Mind, Egozentrismus und Schwarz-Weiß-Denken, dem Umgang mit Perfektionismus, Ängsten und Konflikten, der Anwendung von Beruhigungsstrategien bis hin zu Abstufungen von Freundschaft,

Körperhygiene sowie Flirten und Dating. Cook umreißt dabei strukturiert die Themen

und Verhaltensweisen von Menschen im Spektrum in der ihr eigenen „Asperger Logik“ und liefert nachvollziehbare Erklärungen und Ratschläge. Dabei ergänzt sie diese durch konkrete Anleitungen und Tipps, die gut angewandt werden können, um besser in der Gesellschaft klarzukommen.

Aber nicht nur als Ratgeber für Betroffene, sondern auch für die therapeutische Arbeit ist dieses Buch ein Glücksfall. Cook erweitert durch ihre Perspektiven das vorhandene therapeutische Repertoire der gängigen Programme zur Förderung von Sozialkompetenz und ergänzt es um wesentliche Nuancen. Den „Guide für Jugendliche mit Asperger Syndrom“ werden nicht nur junge Menschen im Spektrum und TherapeutInnen zu schätzen wissen, auch Eltern bekommen damit ein gutes Tool in die Hand, um ihre Kinder durch den sozialen Dschungel zu begleiten.

Yvonne Gomernik (Teilnehmerin der Therapiegruppe für Jugendliche mit Asperger Syndrom)

Christin Einsiedler und Silke Saurer (Pädagoginnen, Special Trainer für Menschen mit Autismus, Heilpädagoginnen nach dem TEACCH-Ansatz; Heilpädagogische Praxis sonnenblau, Klagenfurt)

