

## Lesung über ADHS und Autismus in München



Denise Linke, Autorin und Journalistin, hat am 23. Februar 2017 das KREATIV LABOR in München-Schwabing besucht, um aus ihrem autobiografischen Buch zu lesen, nämlich *Nicht normal, aber das richtig gut. Mein wunderbares Leben mit Autismus und ADHS*. Die Berlinerin stellte sich bei der Lesung der Münchner Volkshochschule den Fragen von Maximilian Dorner, Schriftsteller, zu den Themen **Inklusion, Normalität und Behinderung**.

Denise trinkt ein Glas Zitronenlimonade. Immer wieder unterbricht sie sich selbst und wägt ihre Worte ab. Dann betrachtet sie ihr Autismus- und ADHS-Buch. „Also auf dem Cover — der Name ist von mir — den hatte ich schon vorher“, sagt sie und wieder einmal lacht das Publikum auf, „und ich wollte gerne die schöne Bilderwolke aufs Cover — der Rest ist vom Verlag“. Mit ihrer zweiten Veröffentlichung setzt Denise einen Gegen-Akkzent. Ihrer Meinung nach erschöpfe sich die Behandlung des Themas Autismus oft darin, dass Menschen mit Autismus wohl toll in der IT-Branche unterkommen könnten oder eben viele Probleme haben.



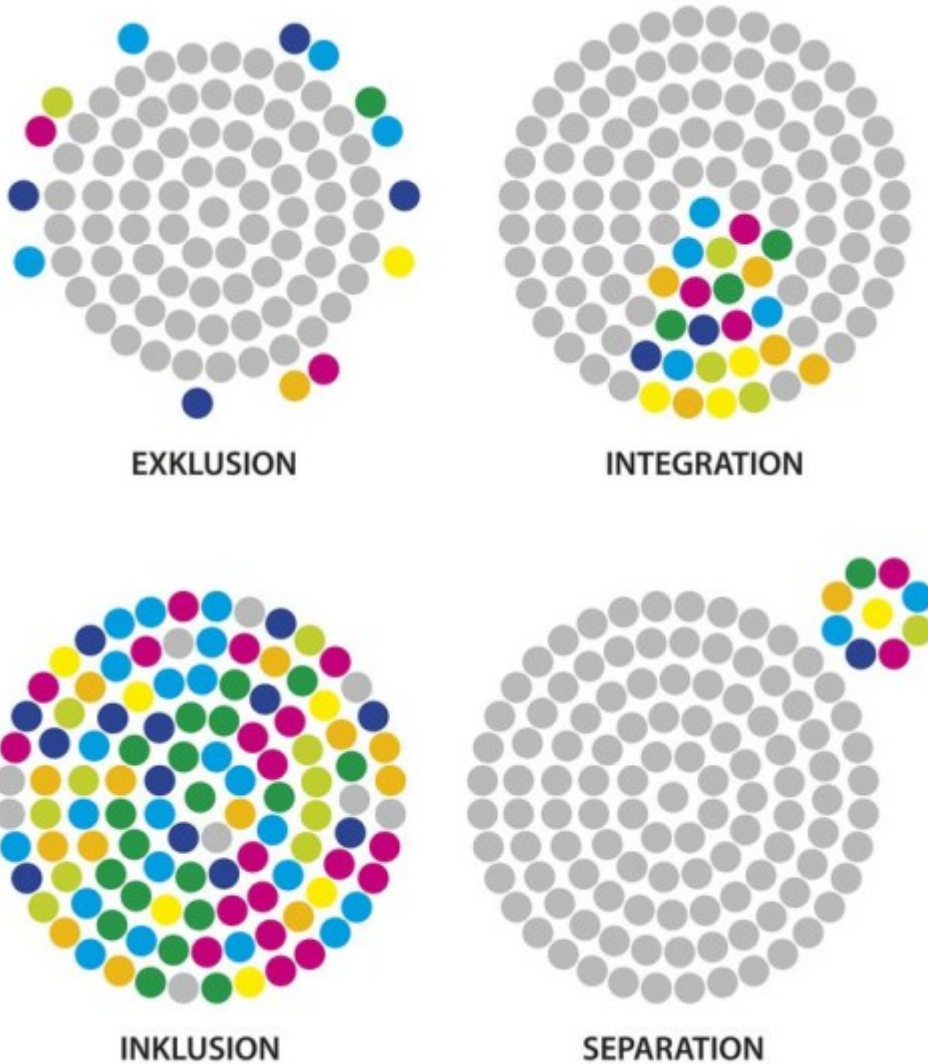
Autorin Denise Linke (rechts) und Moderator Maximilian Dorner. Bild: Selbsthilfegruppe Autismus Rosenheim

Denise Linke ist eine der führenden Stimmen für ADHSler und Autisten. Mit ihrem *N#mmer Magazin* gibt sie die erste, deutsche Zeitschrift heraus, die authentische Artikel *von* Betroffenen veröffentlicht, statt *über* Menschen mit Autismus und ADHS zu schreiben. Wunderbar ist Denises Leben jetzt immer mehr, weil sie akzeptiert hat, dass ihr manchen Situationen zu viel werden können. Daher mache sie jetzt mehr Pausen und Rückzüge als früher, bevor es einen *overload* im Kopf gibt.

Was sind Autismus und ADHS? Denise zögert. Eine Krankheit ihrer Meinung nach nicht, denn eine Krankheit ist heilbar. „Die Benennung ist mir egal, ich möchte, dass mir die Menschen **wohlgesonnen** sind“, wirft Denise ein. Offiziell gilt AHDS als hyperkinetische Störung und Autismus als Entwicklungsstörung. Denise fühle sich jedoch vor allem „manchmal vom Umfeld behindert“, etwa wenn im Ruhebereich der Bahn die Leute trotzdem laut telefonieren; „vor mir selbst fühle ich mich nicht behindert“, erklärt Denise. Probleme sieht sie in Umgebungen, die sie sich nicht aussuchen kann, etwa Arbeitskollegen — bei ihren Freunden problematisiert Denise ADHS und Autismus dagegen nicht, denn Unterschiede fallen kaum ins Gewicht.

Auf die Frage aus dem Publikum, wie man mit Autisten am besten umgehe, rät Denise: „**Verbales Benennen von Gefühlen** hilft mir sehr. ‚Ich bin traurig‘. Denn es ist nicht so, dass es mir egal wäre, nur manchmal merke ich es beim anderen nicht.“

In ihrem Buch bezeichnet sich Denise Linke als theoretischen Menschen. Doch bloße Theorie helfe nicht immer bei der richtigen Deutung sozialer Situationen. Lachen ist nicht immer positiv gemeint und Weinen nicht immer ein Zeichen von Trauer, denn man könne auch vor Freude weinen oder hämisch grinsen: Subtilitäten und Nuancen, die viele intuitiv wahrnehmen, aber Menschen mit Autismus lernen solche Dinge bewusst. Small Talk ist für Denise wie Vokabel-Lernen, schreibt sie in ihrem Buch.



In einer inklusiven Gesellschaft fallen Unterschiede gar nicht mehr auf.  
 Bild: © E. Zacherl / Fotolia.com

Inklusion bedeutet für Denise **Chancengleichheit**. Vom Ausspielen der Randgruppen gegeneinander hält die studierte Politikwissenschaftlerin nichts. Sie wundert sich, dass mit der Debatte um Geflüchtete plötzlich Ideen laut werden, mehr den Obdachlosen zu helfen, obwohl sie vorher vielen über Jahre gleichgültig waren. Freilich sind Menschen unterschiedlich, aber trotzdem könne man auf Bedürfnisse eingehen, „ohne dass etwas zusammenbricht, außer vielleicht das Weltbild mancher Skeptiker“, sagt Denise.

Das Zusammenleben aller Menschen ist etwas, was bereits im Kindesalter beginnen kann. Wer Menschen aller Facetten kennenlernt, erkennt wie selbstverständlich: Jeder kann von jedem lernen. Der Rollstuhlfahrer von den Blinden, die Autistin vom Gehörlosen. Zu Denise Linkes Forderungen gehört daher auch, Gesamtschulen einzurichten, anstatt durch Sonerpädagogik Menschen in Förderschulen zu separieren.

Als Beispiel, wie die Schule auf Denise Linke einging, nennt sie ein eigenes Bearbeitungszimmer bei schriftlichen Prüfungen. Denn wenn jemand mit einem Bleistift in einer anderen Ecke des Zimmers schreibt, nimmt Denise es so laut wahr, als würde jemand Karotten essen. Alle Menschen brauchen in bestimmten Situationen Hilfe, ganz egal, ob sie eine offizielle Diagnose haben oder nicht – oder irgendwann hat jeder seine oder ihre Diagnose, spitzt Denise Linke zu.

Literatur- und Rundfunkhinweise

- Denise Linke (2015): Nicht normal, aber das richtig gut. Mein wunderbares Leben mit Autismus und ADHS. Berlin: Berlin Verlag.
- B5 — Das Gesundheitsmagazin, am Sonntag, 19. März, um 9:35 auf B5 unter dem Titel *Leben mit ADHS und Autismus: Die Autorin Denise Linke*, Podcast verfügbar
- [KRAUTHAUSENtv](#) ab Samstag, 15. April, 10 Uhr.

**Teilen mit:**

- [Twitter](#)
- [Facebook](#)
- [Telegram](#)
- [WhatsApp](#)
- [Pinterest](#)