

Asperger-Syndrom: *Die Auswertung.*

36 Punkte (von 50):

Sie zeigen auffallend viele Verhaltenscharakteristika, die an Asperger-Patienten beobachtet werden.

Dies hat sicherlich Gründe - einer davon mag eine genetische Vorbelastung sein (bei den meisten Autismusstörungen wird heute neben psychischen Faktoren zumindest eine genetische Mitursache angenommen), es gab darüber hinaus aber vielleicht auch noch Erfahrungen in Ihrer frühen Kindheit und Jugend, die es oftmals als besser und 'weiser' erscheinen ließen, sich zurückzuziehen, zu schützen, und Ihre Umwelt aus sicherer Distanz zu betrachten. Verfügen Sie über derartige Erinnerungen oder Bilder? Woher auch immer die Ursachen Ihres Verhaltens stammen mögen, es könnte sein, daß es Ihnen bisher trotz allem verhältnismäßig gut gelang, im Alltag damit umzugehen. Sie sind im Job oder Studium vermutlich durchschnittlich bis sehr erfolgreich (von fallweisen Motivationsproblemen mal abgesehen) und haben diverse Bekannte, auch einige Freunde. Gleichzeitig führen die Kontaktstörungen, die Sie wahrscheinlich auch selbst immer wieder an sich spüren, auch dazu, daß es Ihnen schwer fällt, andere Menschen nahe genug an sich heranzulassen, sodaß intensive und lebendige Beziehungen mit großer Nähe und Intensität daraus entstehen könnten. Dies kann nicht nur zu Problemen bei der Partnersuche führen, sondern wirkt sich meist auch innerhalb von Partnerschaften, fallweise auch im Job belastend aus (etwa, wenn es darum geht, eigene Positionen nachdrücklich genug wahrzunehmen). Da verläßt Sie dann oft Ihre Energie und Sie ziehen sich zurück - was die anderen dann oft als 'unnahbar', 'glatt', 'verstockt' oder gar 'kalt' interpretieren mögen. In diesen Situationen ist es weder für Sie leicht, sich zu öffnen, noch schaffen es die anderen, Sie aus Ihrer inneren Zuflucht zu locken. Sie selbst spüren sicherlich am besten, ob Sie etwas an Ihrer Situation ändern möchten oder nicht. *Wenn* Sie dies tun wollen, empfiehlt es sich, mit einer begleitenden Psychotherapie (in Form einer Einzel- oder Gruppentherapie) zu beginnen. Wichtig wird es hierbei insbesondere sein, daß Sie sich, so gut es geht, auf die Therapie einlassen und diese nicht vorschnell abbrechen.

Denn die ersten Verbesserungen könnten sich recht rasch einstellen - und Sie vorschnell zum Schluß gelangen, daß damit schon alles 'erledigt' sei... Insofern wird sich die Therapie auch als ständiger Gradmesser des Vertrauens und der Hingabe an einen laufenden Prozeß erweisen, die Sie bereits entwickeln können - in diesem Fall Ihrer eigenen Entwicklung und Ihren eigenen, zum Teil noch ungenutzt daliegenden Ressourcen gegenüber haben, zu zurückgezogen zu sein oder noch an der Direktheit Ihres Kontakts zu anderen Menschen arbeiten zu müssen, dann zählt dieses Gefühl mehr als das womöglich überraschend "beruhigende" Testergebnis - Sie sollten dann weiter an sich arbeiten, um zu einem besseren und zufriedeneren Selbstgefühl zu gelangen.

Aber auch, wenn Sie das Gefühl haben, *zu viele* Punkte erhalten zu haben, kann ein kurzer Selbst-Check nicht schaden: ist es tatsächlich so, daß Sie jeder sozialen Situation gewachsen sind oder täuschen Sie sich mitunter gerne über Ihre Unsicherheiten hinweg: indem Sie davon ablenken, vorbereitete "Programme" abfahren (indem Sie z.B. Witzserien oder bewährte Geschichten erzählen), oder sich sachlichen Themen wie z.B. beruflichen oder wissenschaftlichen Fragen zuwenden?