

Susanne Maróthy-Keller:

**Das Lachen hat viele Gesichter – Artikel in der Broschüre „Autistische Kinder brauchen Hilfe!“ (Ausgabe 2006, vom Verband Hilfe für das autistische Kinde e.V.)**

**Erkennen und Verstehen von Mimik und Gefühlen – das Münchner Lernprogramm**

Wir wissen, dass das Erkennen von Mimik den Menschen mit Autismus besonders in der Kindheit, aber auch später große Schwierigkeiten bereitet. Das Problem steht im engen Zusammenhang mit den bekannten **Defiziten in der “Theory of Mind“**, d.h. der Fähigkeit, sich vorzustellen, was ein anderer Mensch denkt oder fühlt. Dieser Umstand ließ mehrere Spezialprogramme entstehen mit der Zielsetzung, autistischen Kindern und Jugendlichen durch spezielle Übungen gezielte Hilfe zu geben. Durch die Programme wird versucht, die Wahrnehmung, das Erkennen von Mimik zu schärfen, d.h. einzuüben, zu welchem Gesichtsausdruck welches Gefühlswort („traurig“, „glücklich“) passt. Notwendigerweise haben diese Programme etwas Mechanisches an sich - die Teilnehmer lernen auswendig, zu welchem Bild, bzw. Gesichtsausdruck welches Wort gehört. Als erster Schritt ist das bei autistischen Kindern zweifellos wichtig. Das Problem ist, dass dabei der eigentliche Inhalt: **was** sind Gefühle, **wie** entstehen sie? - nicht richtig zum Tragen kommt. Das Verständnis dafür wäre aber die Voraussetzung für zukünftige lebendige soziale Kontakte oder Freundschaften.

Diesem zentralen Inhalt versuchte ich in einer wesentlich veränderten, vertieften Version des Programms zum Erkennen von Mimik im Rahmen der sozialen Integrationsförderung des MAut-Projekts in München gerecht zu werden.

Das Programm basiert auf dem „Frankfurter Test und Training des Erkennens von facialem Affekt FEFA“ von S.Bölte, S.Feineis - Mathews, F.Poustka. Dies ist ein **computergestütztes Training zur Förderung der Identifizierung von Grundemotionen** (Freude, Trauer, Furcht, Zorn, Überraschung, Ekel, Neutral) anhand von Fotografien von Gesichtern. Bei der Anwendung des Programms in den MAut-Gruppen stellte sich bald heraus, dass die Teilnehmer die Grundgefühle sehr gut identifizieren konnten. Die Basis für die Weiterentwicklung, die Vertiefung des Themas war gegeben. So stiegen wir in die eigentliche Problematik ein: wie entstehen Gefühle? Wann fühlt man sich froh, wütend u.s.w.? Wie ändern sich Gefühle? Welche Umstände können ähnliche Gefühle auslösen? Und: welche unterschiedlichen Reaktionen können unter gleichen Umständen entstehen? Welche Ursachen können Gefühle und Reaktionen (auch Mimik) haben? Wovon hängen Gefühle und Reaktionen ab?

So wurde aus einem Programm zum Erkennen von Mimik **ein Programm zum Erkennen und Verstehen von Mimik und Gefühlen.**

In der ersten Vertiefungsphase musste die bewusste Aufmerksamkeit auf die **soziale Reize** gelenkt werden – im Computertraining auf die Form des Mundes und der Augen, in den Filmen auf die Körperhaltung, Gepflegtheit, Stimme, in Texten auf Gefühlsausdrücke u.s.w.

Danach tauchten wir immer tiefer in die **Entstehungsgeschichte von Mimik und Gefühlen** ein. Es entstand eine unendlich aufregende Kommunikation, begleitet von heftigen Diskussionen, mit Humor gewürzten Bemerkungen, Lachen und Tränen. Wir standen jedes Mal vor einem ungelösten Problem und im Laufe der 10mal jeweils 2 Stunden „fahndeten“ wir nach Lösungen, wie in einer Detektivgeschichte. Die Teilnehmer fanden heraus, dass

Gefühle und Mimik ihre Wurzeln in der Biographie des einzelnen Menschen und in seinem Charakter haben, sie entstehen aber auch im Zusammenhang mit der aktuellen Situation und vor allem im Zusammenhang mit den gegenüberstehenden Personen, in Abhängigkeit von deren Gefühlen und Reaktionen. Somit kamen wir bei dem Thema Interaktion an.

Wir analysierten **Texte** (s.g. "soziale Geschichten") forschten nach Handlungsgründen und Gefühlen der Personen und die Teilnehmer dachten nach, wie sie sich in dieser Situation gefühlt hätten. Wir analysierten **Videofilme** bis ins kleinste Detail. Lange verweilten wir bei **mehrdeutigen Situationen** und die Teilnehmer versuchten sich in die Filmsituationen hineinzusetzen, um beantworten zu können, wie viele **verschiedene Gründe eine einzige Form der Mimik**, z.B. das Lachen, haben kann.

Nicht nur die Identifizierung der Gefühlszustände war wichtig, sondern auch die Frage, wie man sie bewertet und auf sie für sich selbst oder im sozialen Kontext reagiert. Wir erarbeiteten Strategien für ein effektives Umgehen mit Gefühlen.

Nachdem die Gründe, Entstehung und Zusammenhänge von Mimik und Gefühlen gründlich bearbeitet worden waren, widmeten wir uns verschiedenen **Körperwahrnehmungsübungen**. Das Ziel war, die eigene „Mimikproduktion“ optimal vorzubereiten. Das Spüren, das bewusste Wahrnehmen und Beherrschen des eigenen Körpers, darunter des Gesichtes führt zu einer genaueren, der Situation angemessenen Mimik. Sie wurde auch geübt, weil das bewusste Erleben der eigenen Mimik das Verstehen der Mimik von anderen Personen fördert. Andererseits beugt eine geschulte, eindeutige, situationsadäquate Mimik Missverständnissen seitens der Umgebung von autistischen Menschen vor. Dieser Kurs dient ja der Vorbereitung auf Situationen im Berufsleben, auf die Interaktion mit zukünftigen Kollegen.

Damit waren wir am Ziel. Das Verständnis für das Selbst und für andere, die soziale Kompetenz und soziale Sicherheit erhöhten sich, das Selbstbewusstsein, Selbstvertrauen der Teilnehmer verbesserten sich. Sie erlernten, dass die sozialen Situationen beherrschbar und die Alltagsprobleme im Grunde genommen lösbar sind. Diese Einstellung ist ja die Grundsäule der seelischen Gesundheit, der seelischen Stabilität. Durch diese Arbeit **wurden die Ressourcen der Teilnehmern verstärkt und aufgebaut**.

Während der Stunden achtete ich auf die **Stärke**, auf die vorhandenen Fähigkeiten der Teilnehmer. **Ihre Verletzlichkeit und Würde wurde in jeder Phase respektiert**. Es waren keine Übungsstunden, in denen Schwächen hätten „wegtherapiert“ werden sollen, sondern Gruppengespräche, in denen sich die jungen Teilnehmer ihrer Fähigkeiten und Stärken bewusst wurden und dadurch mehr Mut entwickelten, draußen im Leben teilnehmen und bestehen zu können.

Die Reaktionen der Teilnehmer waren sehr ehrlich, manchmal auch heftig. Selbstzweifel, Wut, Angst kamen hoch – sie mussten ernstgenommen und bearbeitet werden.

Aufgrund der individuellen Unterschiede in Entwicklung, Alter, Vorgeschichte und Bedürfnissen der einzelnen autistischen Kinder würde sich - als erste Stufe- eine Anwendung in **Einzelsitzungen** empfehlen, ganz **besonders bei jungen Teilnehmern**. Die Komplexität des Programms kann und muss an das jeweilige Kind angepasst werden. Bei jüngeren Kindern bauen wir zuerst die elementaren Kompetenzen auf –hauptsächlich durch Wahrnehmungsübungen. Der besondere Schwerpunkt liegt im Erlernen von der Theorie of Mind und von der unterschiedlichen Gefühlsgruppen (von elementaren zu komplexeren Gefühlen), Je älter und reifer die Teilnehmer sind, desto mehrschichtiger gehen wir vor.

**Zusammenfassend** können wir feststellen, dass die **soziale Kognition** trainierbar ist, dass die erste Phase des Trainings wegen autismspezifischer Wahrnehmungsprobleme mechanisch sein wird, aber das Training soll zunehmend gefühlsnaher, realitätsnaher, lebendiger und vielschichtiger werden. In der späteren Phase spielen die formalen Merkmale (Gesichtsausdruck) nur eine begrenzte Rolle als Stütze. In den Mittelpunkt rückt Schritt für Schritt der Inhalt. **Das Programm besitzt eine Systematik, die die verschiedenen Stufen des Erkennens und Verstehens von Gefühlen, auslösenden Situationen und Mimik beschreibt.** Je nach dem, was ein Kind bereits versteht, oder wo seine Probleme liegen, können wir auf eine einfachere Stufe zurückkehren oder zur nächsten weitergehen.

Das Programm wurde von den Mitarbeitern von MAut optimal unterstützt, dafür bin ich sehr dankbar. Nur so konnten diese Stunden ihre Wirksamkeit entfalten.

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Teilnehmern dieses Kurses für ihren bedingungslosen Einsatz und ihr Vertrauen bedanken.

**Der Münchner Verein „Hilfe für das Autistische Kind“ möchte diese Therapie allen betroffenen Kindern (ab ca. 10 Jahren) und Jugendlichen anbieten. In den neubezogenen Räumlichkeiten des Vereins (Poccistraße 3) sind (nach eingehendem Beratungsgespräch mit der Therapeutin) sowohl Einzelstunden als auch Gruppenförderung in Kleinstgruppen möglich.**

Susanne Maróthy-Keller  
Copyright Susanne Maróthy-Keller