

# Inhalt

Einleitung .....	9
Was ist das für ein Buch? .....	10
Autismus – Was bedeutet das? .....	14
 1 Wahrnehmung .....	 20
1.1 Wahrnehmung – Warum ist alles so laut? .....	21
1.2 Gefühle – Wie erkenne und zeige ich sie? .....	29
 2 Sprache .....	 38
2.1 Gesprochene Sprache – Wieso sagen Menschen oft so merkwürdige Dinge? .....	39
2.2 Small Talk – Warum muss ich übers Wetter reden, wenn ich doch sehe, dass die Sonne scheint? .....	47
2.3 Körpersprache – Was bedeuten Gesichtsausdrücke? .....	51
 3 Verhaltensweisen .....	 57
3.1 Routinen und Rituale – Warum kann ich es nicht ertragen, wenn sich etwas ändert? .....	58
3.2 Spezialinteresse – Warum interessiere ich mich für andere Dinge als andere Menschen? .....	66

4	Andere Menschen . . . . .	72
4.1	Familie – Bin ich vielleicht adoptiert? . . . . .	73
4.2	Freunde – Wie findet man Freunde? . . . . .	79
4.3	Liebe – Wieso kann man Schmetterlinge im Bauch haben und wie fühlt sich das an? . . . . .	86
4.4	Mobbing – Warum sind manche Menschen so gemein zu mir? . . . .	93
4.5	Tiere – Tiere sind mir viel lieber als Menschen. Warum eigentlich? . . . . .	104
5	Körper und Sex . . . . .	108
5.1	Körper – Warum muss ich zum Friseur? . . . . .	109
5.2	Pubertät und Sex – Warum kann man wach miteinander schlafen? . . . . .	117
6	Pflichten . . . . .	127
6.1	Schule – Wie komme ich in der Schule besser klar? . . . . .	128
6.2	Beruf – Werde ich jemals einen Job haben? . . . . .	137
7	Wer bin ich? . . . . .	147
7.1	Sich outen – Wem soll ich erzählen, dass ich autistisch bin? . . . . .	148
7.2	Sich ändern – Muss ich versuchen, „normal“ zu werden? . . . . .	153
7.3	Zukunft – Wie werde ich wohl als Erwachsener leben? . . . . .	158

8	Was sonst noch wissenswert ist .....	162
8.1	Was sagt der Intelligenzquotient über einen Menschen aus? .....	163
8.2	Wie viele Autisten gibt es eigentlich? .....	165
8.3	Warum ist Lügen manchmal gut und manchmal schlecht? .....	166
8.4	Muss ich an Gott glauben? .....	167
8.5	Warum trinken Menschen Alkohol? .....	169
8.6	Was ist eine Selbsthilfegruppe? .....	170
	Anhang .....	172
1	Redewendungen und Metaphern .....	173
2	Glossar .....	189
3	Internet .....	194
4	Hilfreiche Adressen (Auswahl) .....	200
5	Ausweiskärtchen .....	209
6	„STOP“-Karte .....	210
	Literatur .....	211
	Nachwort zur ersten Auflage .....	212
	<i>Von Gerd Lehmkuhl</i>	