

Inhalt

Vorwort	9
1 Coline macht den Führerschein	11
Führerschein trotz Autismus?	17
Hilfreiche Links im Internet	18
2 Coline und die Abiturprüfung	19
Achtung, Ausnahmezustand: Prüfungen stehen an	23
Checkliste: Fit für Prüfungen und Co.	23
Hilfreiche Links im Internet	24
3 Das Experiment: Coline zieht aus	25
Auf in ein eigenes Leben: Asperger-autistische Menschen ziehen aus	32
Alleine-Wohnen	32
Betreutes Wohnen	33
Hilfreiche Links im Internet: Wohnprojekte für und von autistischen Menschen	33
4 Der erste Tag an der Uni	34
Noch wichtiger als Lernen? Der soziale Aspekt beim Studium	36
Hilfreiche Links im Internet: Was das Leben einem Studenten zu bieten hat	37
5 Coline beim Einwohnermeldeamt	38
Umzug & Co.: Die Sache mit den Ämtern	42
Checkliste: Meldepflicht	43
6 Soll ich einen Schwerbehindertenausweis beantragen?	44
Das bedeutet »behindert«?	47
Bin ich autistisch und/oder behindert?	48
Hilfreiche Links im Internet	48
7 Coline lernt putzen	50
Der Dreck muss weg: Wie putzt man seine Wohnung?	54

	Hilfreiche Links im Internet	55
8	Hilfe! Coline bekommt Besuch	56
	Gute Gäste, schlechte Gäste	58
	Checkliste: So wird der Besuch zum Erfolg	59
	Tipps für Gäste von Autisten	60
9	Wie erkläre ich den Kommilitonen Asperger? Die Autisten-Ausweis-Karte	61
	Outing – ja oder nein? Und wenn ja, wie, wann und vor wem?	67
	Wie führe ich ein »Outing-Gespäch«?	68
	Checkliste: Tipps für ein gutes Gespräch mit der Familie	68
	Wie können andere reagieren?	69
10	Die leeren Kaufhaus-Regale	70
	Was ist an »Hamstern« schlecht?	71
	Muss man immer schon im Vorhinein eine Lösung wissen?	72
	Hilfreiche Links im Internet: Vorratshaltung	72
11	Lauter Pärchen! Coline gerät ins Grübeln	74
	Endlich verliebt: Der Druck, einen Partner zu haben	81
	Warum sich Menschen einen Partner suchen	82
	Wie findet man einen passenden Partner?	82
	Checkliste: Möglichkeiten, einen Partner zu finden	83
12	Colines Freundin Maja	84
	Autisten – treue Freunde oder erbitterte Feinde?	87
	Autismus – was tun? Für und Wider Behindertenwerkstatt	87
	Hilfreiche Links im Internet	88
13	Coline und der Nebenjob: Erfahrungen beim Kellnern	90
	Leben kostet – wenn ein Job her muss	95
	Checkliste: Tipps für die Suche nach einem Nebenjob	95
14	Coline und die dünnen Tussis	96
	Autismus und Essen – eine Hassliebe	100
	Das ABC der Essstörungen	101
	Was tun, wenn das Essen die Kontrolle übernimmt?	102
	Hilfreiche Links im Internet	102
15	Benny und die FC – Facilitated Communication	104
	Colines Interview zur Facilitated Communication	109
	Checkliste: Facts rund um die FC	110
	Hilfreiche Links im Internet	110

16	Auf Wiederhören! Was hilft bei einer Telefon-Phobie?	111
	Freund oder Feind? Das Telefon	117
	Checkliste: Reden am Telefon	118
	Tipps zum Telefonieren	119
	Hilfreiche Links im Internet	119
17	Coline beim Friseur	120
	Friseurbesuch: Wer schön sein will, muss leiden	125
	Checkliste: Haarige Zeiten und ihre Lösungen	125
18	Coline und der Röckchen-Parkplatz: Unfall vor dem Supermarkt	126
	Unfall – was nun?	130
	Hilfreiche Links im Internet	131
19	Advent, Advent: Coline bereitet sich auf Weihnachten vor ...	132
	Weihnachten: Warum Traditionen so wichtig sind	137
	Checkliste: Tipps für gute Geschenke	138
	Hilfreiche Links im Internet: Traditionen und Bräuche rund um eine der schönsten Zeiten im Jahr	138
20	Coline ist krank	140
	Bei Kranksein: Arzt	144
	Was ist ein Rezept?	145
	Hilfreiche Links im Internet: Behinderte und Gesundheitswesen	145
21	Coline kommt auf den Hund	146
	Tiere und Autisten – ein gutes Team	151
	Hilfreiche Links im Internet: tierische Therapeuten	151
22	Coline und die Internetsucht	152
	Online ohne Ende – eine neue Abhängigkeitskrankheit?	155
	Hilfreiche Links im Internet: Internetsucht	155
23	Neuer Stress mit neuen Medien	157
	Was sind soziale Medien und was ist gefährlich daran?	160
	Braucht man das neue Produkt XY, um erfolgreich/fit/ schön/gesund zu sein?	161
	Checkliste: Soziale Medien sinnvoll nutzen	161
24	Silvester: Coline zieht Resümee und fasst neue Vorsätze	162
	Literatur	164
	Hilfreiche Weblinks	166