**Nicht normal,
aber das richtig gut**

Mein wunderbares Leben mit Autismus und ADHS - Denise Linke
Von ihrem Autismus erfährt Denise Linke eher zufällig. Ein Mitbewohner ihrer WG hat Asperger und rät ihr, sich auch testen zu lassen: Volltreffer. Mit Witz und Charme erzählt sie von ihrem aussergewöhnlichen Leben - und zeigt auf, was unsere Gesellschaft von denen lernen kann, die anders sind.

Erst vor wenigen Jahren ist bei der 26-jährigen Denise Linke Autismus diagnostiziert worden. Im Rückblick auf ihre Kindheit wurde ihr daraufhin einiges klar. Doch ihr Anders-Sein stört sie überhaupt nicht. Im Gegenteil:

Sie will es so und schrieb jetzt ein Buch mit dem Titel «Nicht normal, aber das richtig gut».

Sie spricht verständlich, schaut einen an, wenn man redet, beantwortet alle Fragen klar und deutlich. Selbstverständlich ist dies nicht: Denise Linke ist Autistin und hat das Asperger-Syndrom. Um sich so auf den Gesprächspartner zu konzentrieren und ein langes Gespräch führen zu können, musste die 26-Jährige lange trainieren.

«Mimik sagt mir gar nichts, deswegen sehe ich Menschen nicht von Natur aus in die Augen – ich muss mich zum Augenkontakt zwingen», erklärt Linke. Dies ist eine der Folgen ihres Asperger-Syndroms.

Die längste Zeit ihres Lebens wusste sie nicht, dass sie Autismus hat. Erst bei einem Auslandsaufenthalt im Sommer 2011 in Los Angeles fragte sie ein Psychologiestudent auf einer Party: «Wann hast du deine Diagnose bekommen?» Sie verstand ihn zuerst nicht, wie sie in ihrem Buch schreibt. «Na, Asperger. Du hast doch auch Asperger», sagte er. «Ich habe was?», fragte sie. «Das Asperger-Syndrom. Das musst du doch kennen. Autismus.» Letzteres verstand sie schliesslich.

<u>Asperger diagnostiziert</u>
Der junge Mann hatte Recht, wie sich bei den anschliessenden ärztlichen Untersuchungen zeigte. Für Denise Linke war dies zuerst ein Schock. Sie beschäftigte sich intensiv mit dem Asperger-Syndrom, einer bestimmten Ausprägung von Autismus. Ihr wurde auf einmal klar, warum sie Menschen nicht in die Augen schauen kann, warum sie so viele verschiedene Gedanken auf einmal hat, warum sie Geräusche und Gerüche in der Umgebung viel stärker in der Konzentration beeinflussen als andere Menschen, und warum sie nicht einfach ruhig sitzen kann.
Wälder sind für sie Ruheorte. Hier kann sie abschalten. Ganz im Gegensatz zu gut besuchten Einkaufszentren. Stark parfümierte Menschen und die vielen Gespräche dort machen ihr so zu

schaffen, dass sie manchmal fliehen muss.

Wie ein Zylinder

Ihr Gehirn funktioniert nicht wie bei den meisten Menschen wie ein Filter, der nur das Wichtige durchlässt, sondern wie ein Zylinder, in den einfach alles hineingeht, erklärt Linke. In Cafés hört sie, wie «Frauen untereinander über intimste Dinge reden», berichtet sie. Das wolle sie alles gar nicht hören.

Das Schreiben ist eine ihrer besonderen Stärken. Schon als Kind schrieb sie gerne Geschichten – sowohl Erlebtes als auch Ausgedachtes. Deswegen zog es sie in den Journalismus. Als sie während eines Praktikums bei einer grossen deutschen Tageszeitung einen kritischen Kommentar über Inklusion las, wandte sie sich an den Autor und widersprach ihm. Dieser fand ihre Argumente gut, und so durfte sie im Gegenzug in der Zeitung ein «Plädoyer für Inklusion» schreiben.

Dieses sorgte beim Berlin Verlag für Aufsehen. Eine Lektorin sprach Denise Linke an und überredete sie, ein Buch über ihr Leben als Autistin zu schreiben. Darin erzählt sie in vielen verschiedenen Episoden, warum sie gerne anders ist. So heisst es im Untertitel treffend: «Mein wunderbares Leben mit Autismus und ADHS».

In flotter, verständlicher Schreibe zeigt uns Denise Link an ihrem eigenen Leben, wie sich die Symptome des Asperger Syndroms äussern und warum sie glücklich ist, so zu sein, wie sie ist. Sie vereint ein Sachbuch mit ihrer eigenen Geschichte zu einem beeindruckenden Werk.

In diesem überzeugenden Buch macht uns die Autorin mit der Andersartigkeit vertraut, mit den Schwierigkeiten ihr Verhalten an eine soziale Situation anzupassen. Sie ermutigt damit nicht nur Betroffene, sondern öffnet uns allen die Augen, damit wir uns dem Leben mit allen seinen Herausforderungen stellen und diese Neurodiversifikation, die verschiedenen besonderen Arten des Seins unser Leben bereichern können, nicht nur bezogen auf Autismus und Asperger-Syndrom.

Die Autorin

Denise Linke wurde 1989 in Elmshorn bei Hamburg geboren. Sie studierte Politikwissenschaften und Zeitgeschichte in Berlin und Potsdam und absolvirete Hospitanzen bei der Frankfurter Allgemeinen Zeitung sowie der Zeit. Ihre Asperger-Diagnose erhielt sie 2011, die ADHS-Diagnose folgte 2014. Zusammen mit ihrer Mutter veröffentlichte sie 2006 das Buch «Lass mich doch mal ausreden. Szenen einer Pubertät».

Denise Linke ist Herausgeberin der Zeitschrift Nummer – dem Magazin für Autisten, ADHSler und Astronauten. Es ist das erste und einzige Heft, welches von Autisten für Autisten geschrieben wird. Sie lebt in Berlin.

Nicht normal,
aber das richtig gut
Mein wunderbares Leben mit Autismus und ADHS
Denise Linke
ISBN: 978-3-827-01278-4
www.berlinverlag.de