

Was hier „Kompensation“ meint

Kompensation bezeichnet in der ToM-Forschung das Phänomen, dass eine Person im Verhalten sozial unauffällig wirkt, obwohl die zugrunde liegende Verarbeitung anders funktioniert. Livingston & Happé haben das als Trennung von *Verhaltensebene* und *kognitiver Ebene* beschrieben: Das Ergebnis stimmt, der Weg dorthin ist ein anderer.

Die zentralen Mechanismen

Explizites statt implizites Mentalisieren. Der Kern der meisten Kompensation. Nichtautistische Menschen mentalisieren weitgehend automatisch, schnell und unbewusst. Viele autistische Menschen leisten dasselbe bewusst, sprachlich vermittelt und regelgeleitet – sie *schlussfolgern*, was jemand denken könnte, statt es unmittelbar zu „spüren“. Das ist kognitiv aufwändig und langsamer, aber inhaltlich oft treffsicher.

Regel- und Skriptbildung. Aufbau eines expliziten Repertoires: „Wenn jemand die Augenbrauen hochzieht und die Stimme hebt, ist das meist eine Frage.“ Konversationsskripte für wiederkehrende Situationen (Smalltalk, Begrüßung, Konfliktdeeskalation).

Beobachtung und Imitation. Systematisches Studieren sozialen Verhaltens – teils an realen Vorbildern, teils an Filmen, Serien, Romanen. Übernahme von Gestik, Mimik, Redewendungen, manchmal ganzer Persönlichkeitsfragmente.

Nachträgliche Analyse. Gespräche werden im Nachhinein durchgegangen und ausgewertet; die soziale Deutung erfolgt zeitversetzt statt in Echtzeit.

Kontext- und Wahrscheinlichkeitswissen. Statt aus Mimik zu lesen, wird aus Situationslogik geschlossen: „In dieser Konstellation ist Ärger wahrscheinlich.“

Das Camouflaging-Modell

Hull et al. haben mit dem CAT-Q drei Komponenten unterschieden, die klinisch nützlich zu trennen sind:

- **Compensation** – aktive Strategien, um soziale Anforderungen zu bewältigen (Skripte, Imitation)
- **Masking** – Unterdrücken autistischer Merkmale (Stimming, Blickverhalten, Spezialinteressen)
- **Assimilation** – sich zwingen, dabei zu sein und mitzumachen, obwohl es nicht passt

Nur die erste ist im engeren Sinn eine Kompetenzstrategie. Die anderen beiden sind primär Anpassungsdruck.

Was Kompensation ermöglicht – und wo sie bricht

Gelingende Kompensation korreliert stark mit verbaler Intelligenz und exekutiven Funktionen. Genau das erklärt die Fragilität: Sobald diese Ressourcen belegt sind – Müdigkeit, Stress, Reizüberflutung, Zeitdruck, unvertraute Situation, mehrere Personen gleichzeitig – bricht die Strategie zusammen. Livingston & Happé sprechen von **shallow vs. deep compensation**: oberflächliche Kompensation ist starr und situationsgebunden, tiefe Kompensation generalisiert flexibler auf neue Kontexte.

Praktisch heisst das: Ein Kind, das in der Einzelsituation sozial kompetent wirkt, kann in der Pausensituation völlig überfordert sein. Das ist kein Wollen-vs-Können-Problem, sondern eine Ressourcenfrage.

Die Kosten

Gut belegt und für die Praxis das Wichtigste: chronische Erschöpfung bis zum autistischen Burnout, erhöhte Angst- und Depressionswerte, Identitätsdiffusion („ich weiss nicht, wer ich ohne die Maske bin“), und – besonders bei Mädchen und Frauen – stark verzögerte oder ausbleibende Diagnose, weil die Kompensation die Kriterien verdeckt. Cassidy et al. haben zudem einen Zusammenhang zwischen ausgeprägtem Camouflaging und Suizidalität gefunden.

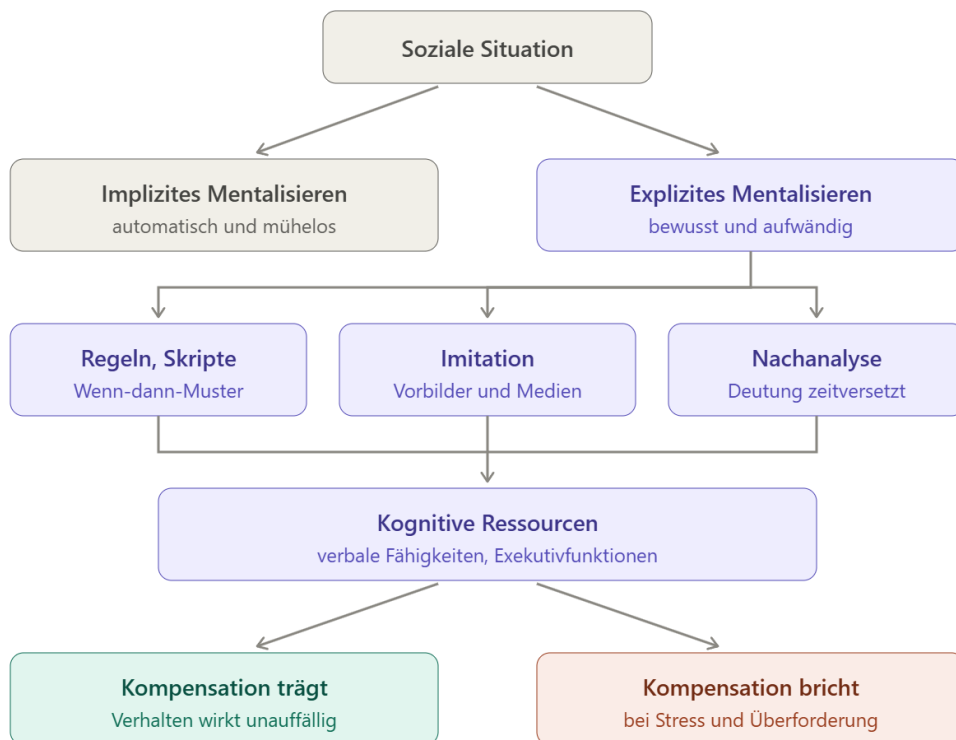
Zwei notwendige Einordnungen

Double Empathy Problem (Milton). Die klassische ToM-Deutung unterstellt ein einseitiges Defizit. Empirisch zeigt sich aber, dass Informationsübertragung zwischen autistischen Personen untereinander gut funktioniert – die Störung liegt in der *wechselseitigen* Passung zwischen zwei unterschiedlichen Verarbeitungsstilen. Kompensation ist folglich Anpassungsleistung in eine Richtung, nicht Reparatur eines Mangels.

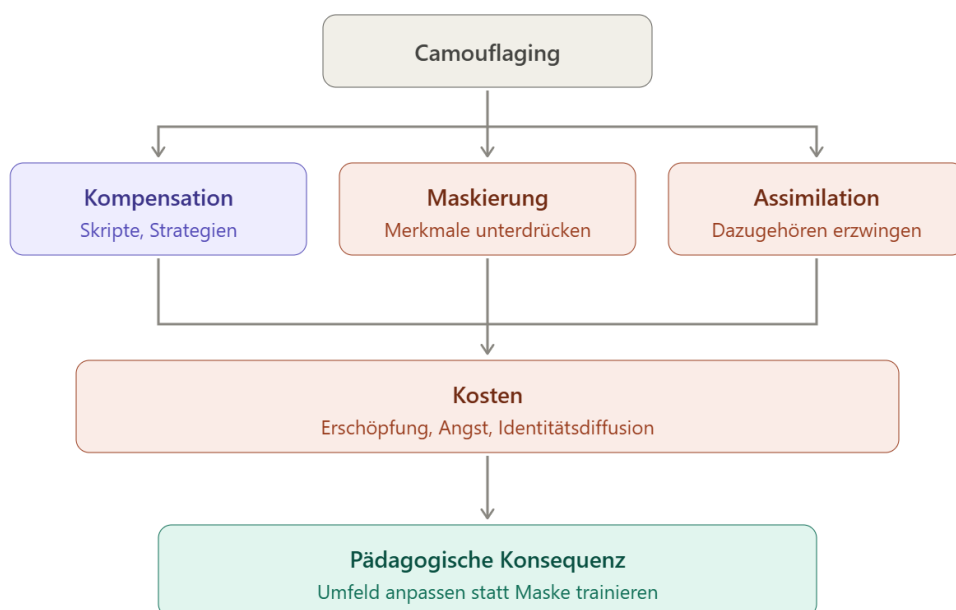
Alexithymie-Hypothese. Ein Teil der als ToM-Schwierigkeiten gemessenen Effekte geht auf komorbide Alexithymie zurück, nicht auf Autismus per se.

Für die pädagogische Praxis

- Kompensation nicht als Ziel setzen. Ein Kind, das perfekt maskiert, ist nicht „gut integriert“, sondern möglicherweise erschöpft.
- Explizites Vermitteln sozialer Regeln (Social Stories, Comic Strip Conversations) ist legitim und hilfreich – es ersetzt aber nicht die Anpassung der Umgebung.
- Umgebungsseitig entlasten: direkte, eindeutige Kommunikation, Vorhersehbarkeit, Reizreduktion – das senkt den Kompensationsbedarf, statt ihn zu erhöhen.
- Rückzugs- und Regenerationszeiten einplanen; Stimming nicht unterbinden.
- Bei plötzlichem Leistungseinbruch oder herausforderndem Verhalten: Kompensationszusammenbruch als Hypothese mitdenken. Im Eisberg-Modell liegt hier oft die eigentliche Ursache.



Die zweite Ebene betrifft nicht den Mechanismus, sondern die drei Formen, in denen sich das Ganze im Alltag zeigt – und deren unterschiedliche Bewertung. Nur die erste ist eine Kompetenzstrategie; die beiden anderen sind Anpassungsdruck und tragen die Hauptlast der Kosten.



Quelle : KI-Claude-Model Opus 5, Stand 27.7.26