

Neurodivergenz / Autismus - Was steckt dahinter?

Neurodivergenz, z.B. Autismus oder AD(H)S, ist eine besondere Art der Wahrnehmung und Verarbeitung von inneren und äußeren Sinneseindrücken, bedingt durch ein verändertes Nervensystem.

Es ist also ein feststehendes Merkmal und kann nicht weg-therapiert oder weg-trainiert werden. Versucht man dies, beeinträchtigt man die neuronale (mentale/psychische) Gesundheit betroffener Menschen.

Verhält sich Ihr Kind anders oder besonders, ob laut oder leise, steckt meistens eine neurologische Überforderung dahinter und zeigt, dass die momentanen Bedingungen (zu Hause oder in Kita/Schule) nicht gut passen.

Die gute Nachricht ist - es gibt immer Möglichkeiten, die Bedingungen zum Wohle Ihres neurodivergenten Kindes anzupassen, sodass sie seiner Gesundheit zuträglich sind - wir müssen "nur" wissen, welche und wir müssen es dem Umfeld verständlich machen.



Liebe Eltern,

Sie erhalten diesen Flyer, weil bei Ihrem Kind Autismus- oder andere neurodivergente Verhaltensmuster festgestellt wurden - ob nun eine Diagnose oder ein Verdacht - beides ist wichtig und muss beachtet werden.

Leider bekommt nicht jede Familie so schnell die Unterstützung, die sie dringend bräuchte.

Dieser Flyer versucht wichtige Informationen und Umgangsweisen zusammenzutragen, die für einen leichteren Alltag relevant sein können.

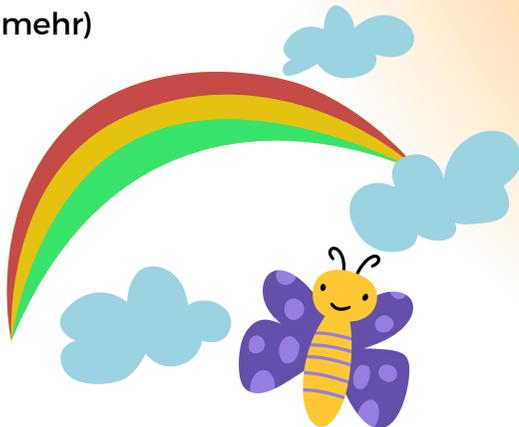
Eine erste Hilfe könnte auch der Elternkurs sein - Informationen darüber erhalten Sie auf der Website "www.neuroblick.de" oder schreiben Sie mir eine E-Mail.

Liebe Grüße
Mandy Hartmann
"NEUro-Blick"

“Allgemeine Checkliste” - wichtige Grundlagen, die bei Neurodivergenz notwendig sind:

Neurodivergente Menschen, ob groß oder klein profitieren sehr von:

- vorhersehbaren Tagesabläufen (durch Regelmäßigkeit, Routinen oder mithilfe visueller Strukturhilfen)
- Ruhe- und Rückzugszonen, wohin sie sich jederzeit ohne Störung zurückziehen dürfen
- kurzen und klaren Sätze (keine langen und ausführlichen Erklärungen)
- ausreichend Ruhe und Pausen zum Nachdenken und für Antworten lassen
- sich für das Interesse des Kindes eigen-initiativ mit interessieren (! dies ist immer auch ein Motivator!)
- Erfolgserlebnisse schaffen - die Stärken nutzen und fördern
- wichtige Ansprachen oder Abklärungen mit dem Kind- IMMER in entspannten Momenten - nicht in angespannten, überreizten Situationen (dem kann Ihr Kind nicht folgen - sondern dies überreizt es nur noch mehr)



Einfach gesagt und doch eine “Meisterleistung”:

- Verständnis
 - denken Sie nicht, mein Kind “will” nicht, SONDERN mein Kind kann gerade nicht
 - sorgen Sie in herausfordernden Situationen für Reizreduzierung, geben Sie, was gerade gut tut
 - Ihr Kind braucht dies für seine Gesundheit und um sich zu regulieren- Sie machen damit nichts falsch
 - bereiten Sie sich vor - Plan A, B und C (Strategien)
 - versuchen Sie, neuro-typische Erwartungen zu vermeiden

Achten Sie auch auf sich selbst:

- Pausen zur Erholung einplanen
- ggf. Unterstützung durch Verwandte, Freunde, Nachbarn, andere Hilfen suchen
- Austausch über Online-Foren (z.B. Facebook)



“NEUro-Blick” - Förderpraxis
für Autismus & Neurodivergenz
Zinksgartenstr. 14, 06108 Halle (Saale)
Kontakt:
0178 5377852, kontakt@neuroblick.de
www.neuroblick.de

