

Dieses Heft entstand in Kooperation mit:

Projektträger:



Projekte:



Hinweis: Die erste Auflage dieser Broschüre wurde im Rahmen der Projekte „UBP“ und „MISA“ erstellt. „UBP“ wurde vom Aktionsbündnis „Deutschland Hilft“ und dem Paritätischen Sachsen-Anhalt vom 01.01.2023 bis 31.03.2024 gefördert. „MISA“ wurde vom Land Sachsen-Anhalt vom 01.07.2023 bis 28.02.2024 gefördert.

Förderer:



Kofinanziert von der
Europäischen Union



#moderndenken

Impressum:

Herausgeber:

Landesnetzwerk Migrantenorganisationen
Sachsen-Anhalt (LAMSA) e.V.
Forsterstraße 42
06112 Halle (Saale)
VR-3874 Amtsgericht Stendal, www.lamsa.de
Geschäftsführer: Mamad Mohamad

Autismusambulanz Halle
Internationales Bildungs- und Sozialwerk
Willy-Brandt-Str. 82
06110 Halle (Saale)
www.int-bsw.de

Mitwirkende:

Redaktion: Steffi Schwab, Ina Wiederkehr, Dr. Khuzama Zena
Text: Team der Autismusambulanz
Übersetzung: Dr. Tarek Ali (Arabisch)
Illustration: Marie Krohn
Layout und Satz: Clara Melzer, Auflage: 1. (2025), Halle (Saale)



Veröffentlichungshinweis: Die Inhalte der Broschüre sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck von Textpassagen, Illustrationen oder Piktogrammen oder deren Verwendung in elektronischen Systemen nur mit vorheriger schriftlicher Genehmigung der Herausgeber.

V.i.d.S.P: Autismusambulanz Halle; Mamad Mohamad, Geschäftsführer LAMSA e.V.
Die Autismusambulanz Halle übernimmt die Verantwortung und Haftung für den Inhalt dieses Heftes.

Leben mit Autismus – Informationen und Tipps für Eltern

Eine Veröffentlichung der Autismusambulanz Halle,
in Kooperation mit LAMSA e.V.

- التعايش مع مرض التوحد
معلومات ونصائح للآباء والأمهات

معلومات صادرة عن العيادة الخارجية بهاله المختصة بالتوحد
بالتعاون مع منظمة لمزا



Liebe Eltern,

das Wort Autismus ist neu in Ihrem Leben. Dieses Wort ist mit einem sehr wichtigen Menschen in Ihrem Leben verbunden. Die Rede ist von Ihrem Kind.

In diesem Heft geht es um autistische Kinder und Jugendliche, die:

- wenig oder nicht sprechen.
- leichte oder auch schwere Beeinträchtigungen in der intellektuellen Entwicklung zeigen.

Dieses Heft ist für Sie und soll:

- Autismus erklären
- Ihnen Mut machen
- Alltagsprobleme beschreiben
- Tipps für den Alltag geben
- Wege für unsere Zusammenarbeit zeigen

الآباء والأمهات الأعزاء،

كلمة التوحد تعتبر شئ جديد في حياتك. وترتبط هذه الكلمة بشخص مهم جداً في حياتك. نحن بصدد الحديث عن طفلك.

في هذا الكتيب يدور الموضوع حول الأطفال والشباب المصابين بالتوحد والذين:

- تحدثون قليلاً أو لا يتحدثون.
- تظهر عندهم إعاقات خفيفة أو شديدة في النمو الفكري والعقلي.

هذا الكتيب صادر لكم وسيشتمل على الأمور التالية:

- شرح مرض التوحد
- سيمنحكم الشجاعة في التعامل مع المرض
- سيصف لكم المشاكل في الحياة اليومية
- سيعطيكم نصائح للحياة اليومية
- سيظهر لكم طرق التعاون فيما بيننا



(فهم التوحد) Autismus verstehen	1
1. Autismus kurz erklärt (شرح مرض التوحد باختصار)	1
2. Häufige Fragen (الأسئلة الشائعة)	3
3. Wahrnehmung (الإدراك الحسى)	5
4. Sprache und Kommunikation (اللغة والتواصل)	7
5. Sozialverhalten (السلوك الإجتماعى)	9
6. Ungewöhnliches Verhalten (السلوك الغير معتاد)	11
7. Handlungsstörung (الاضطراب فى التصرف)	13
(الحياة اليومية مع طفل مصاب بالتوحد) Alltag mit einem autistischen Kind	15
1. Konkrete Probleme im Alltag (مشاكل ملموسة فى الحياة اليومية)	15
2. Autistisches Verhalten (السلوك التوحدى)	17
3. Besonderheiten im Lernen (مميزات خاصة فى التعلم)	19
4. Generalisierung (التعميم)	21

Tipps für den Alltag (نصائح للحياة اليومية)	23
1. Sorgen Sie für sich (اعتنى واهتم بنفسك)	23
2. Gemeinsam spielen (اللعب سوياً)	25
3. Kleinste Schritte (بادروا بخطوات صغيرة)	27
4. Helfen und Weitermachen (المساعدة والاستمرار)	29
5. Belohnung (المكافأة)	31
6. Tagesstruktur (الهيكل اليومي)	33
7. Stress (الضغط والتوتر)	35
8. Sprechen mit Ihrem Kind (التحدث مع طفلك)	37
9. Spaß haben (الاستمتاع)	39

Zusammenarbeit mit der Autismusambulanz (التعاون مع العيادة الخارجية للتوحد)	41
1. Sie sind nicht allein (أنت لست وحدك)	41
2. Fragen und Antworten (أسئلة وإجابات)	43

1. Autismus kurz erklärt

Was ist Autismus? Es ist gar nicht so einfach, diese Frage kurz zu beantworten.

Sie müssen nicht alles über Autismus wissen. Hauptsache, Sie können Ihr Kind verstehen!

Wir verstehen Autismus so:

- Autismus ist keine Krankheit.
- Autismus ist eine andere Art, zu denken und eine andere Art, die Welt wahrzunehmen.
- Alle Menschen mit Autismus sind verschieden. Ihr Kind unterscheidet sich von jedem anderen Kind mit Autismus.

Etwa 1% aller Menschen sind im Autismus-Spektrum. Die medizinische Erklärung für Autismus finden Sie im ICD 11 (Internationale Klassifikation der Krankheiten).

Es heißt Autismus-Spektrum, weil die Merkmale von Autismus unterschiedlich stark ausgeprägt sein können.

Kinder mit Autismus haben Besonderheiten:

- in ihrer Wahrnehmung,
- in ihrer Sprache und Kommunikation,
- in ihrem Sozialverhalten,
- in ihren Interessen.

Sie zeigen ungewöhnliches, stereotypes Verhalten.

1. شرح مرض التوحد باختصار



ما هو التوحد؟ ليس من السهل الإجابة على هذا السؤال بإيجاز واختصار.

لا يجب عليك معرفة كل شيء عن مرض التوحد. ولكن الشيء الأهم هو أنه يمكنك فهم طفلك!

نحن نفهم التوحد على النحو التالي:

التوحد ليس مرضاً.

التوحد هو طريقة مختلفة للتفكير وطريقة مختلفة لإدراك العالم.

جميع الأشخاص المصابين بالتوحد مختلفون. طفلك يختلف عن أي طفل آخر مصاب بالتوحد.

حوالي 1% من جميع الأشخاص مصابون بطيف التوحد. يمكن العثور على التفسير الطبي لمرض التوحد في التصنيف الإحصائي الدولي للأمراض والمشاكل الصحية المتعلقة بها (الاسم المختصر (ICD 11).

ويسمى **بطيف التوحد** لأن خصائص وسمات التوحد يمكن أن تختلف في شدتها. يتمتع الأطفال المصابون بالتوحد بميزات خاصة:



- في إدراكهم الحسي
- في لغتهم وتواصلهم
- في سلوكهم الاجتماعي
- في اهتماماتهم

يُظهرون سلوكًا نمطيًا غير عادي وغير مألوف.

2. Häufige Fragen

Wo kommt Autismus her?

Die Ursachen für Autismus liegen wahrscheinlich in den Genen. Niemand ist Schuld oder hat etwas falsch gemacht.

Ist Autismus angeboren?

Höchstwahrscheinlich entwickelt sich das Gehirn von autistischen Kindern schon im Mutterleib anders. Autismus ist demnach angeboren.

Autismus durch Impfung?

Einige Eltern haben den Verdacht, dass Ihr Kind erst nach einer Impfung autistisch geworden ist. Mehrere Studien haben diesen Verdacht widerlegt.

Ist Autismus heilbar?

Nein. Autismus ist nicht heilbar. Er gehört zu Ihrem Kind.

Wir erklären wichtige Merkmale von Autismus in diesem Heft. Sie werden wahrscheinlich in vielen Beschreibungen Ihr Kind wiedererkennen.

2. الأسئلة الشائعة

من أين يأتي مرض التوحد؟

ربما تكمن أسباب مرض التوحد في الجينات. ليس هناك أى إنسان يُلام على ذلك أو ارتكب أى خطأ فى هذا الأمر.

هل التوحد فطري أو خُلقي؟

من المرجح وعلى الأغلب أن أدمغة الأطفال المصابين بالتوحد تتطور بشكل مختلف في رحم الأم. وبالتالي فإن التوحد فطري و خُلقي.

التوحد عن طريق التطعيم واللقاح؟

يشك بعض الآباء والأمهات في أن طفلهم أصبح مصابًا بالتوحد فقط بعد التطعيم واللقاح. وقد دحضت العديد من الدراسات هذه الشكوك.

هل يمكن الشفاء من مرض التوحد؟

لا ، مرض التوحد غير قابل للشفاء. إنه ينتمي إلى طفاك.



نوضح لكم الخصائص والسمات الهامة لمرض التوحد في هذا الكُتَيْب. من المحتمل أن تتعرف على طفلك في العديد من الأوصاف.

3. Wahrnehmung

Kinder mit Autismus haben eine besondere Wahrnehmung.

Sie nehmen alltägliche Reize wie Geräusche, Licht, Berührungen, Gerüche oder Geschmäcker anders wahr.

Sie nehmen zu viel oder zu wenig wahr. Sie können viele Reize nicht filtern.

Dadurch entstehen autistische Verhaltensweisen. Diese haben Sie vielleicht schon im Alltag beobachtet.

Ihr Kind:

- zieht sich zurück
- verhält sich unruhig
- hält sich die Ohren zu
- schreit
- verletzt sich selbst oder andere
- wedelt mit den Armen
- sortiert Dinge
- oder macht etwas anderes

Dieses Verhalten kann sinnvoll sein, Ihr Kind schützt sich dadurch selbst.

3. الإدراك الحسي

الأطفال المصابون بالتوحد لديهم إدراكهم الحسي الخاص. إنهم يدركون المُحفزات والمُنبهات اليومية مثل الضوضاء أو الضوء أو اللمس أو الروائح أو الأذواق بشكل مختلف. فإنهم يدركون الأشياء كثيراً جداً أو قليلاً جداً. ولا يمكنهم فترة وتصفية العديد من المُحفزات والمُنبهات. ومن خلال ذلك تنشأ وتحدث سلوكيات التوحد وربما تكون قد لاحظت ذلك بالفعل في الحياة اليومية.

طفلك:

- ينطوي على نفسه ويختلي بنفسه
- يتصرف بقلق وعصبية
- يصم أذنيه ولا يستمع لأحد
- يصرخ بصوت عالي
- يؤذي نفسه أو الآخرين
- يُلوح بذراعيه
- يُرتب ويفرز الأشياء
- أو يفعل شيئاً آخر



قد يكون هذا السلوك والتصرف منطقيًا، لأنه يساعد طفلك على حماية نفسه.

4. Sprache und Kommunikation

Ungefähr die Hälfte der Kinder mit Autismus kann nur wenig oder gar nicht sprechen.

Viele Kinder machen unverständliche Laute oder sprechen immer wieder dieselben Sätze nach.

Viele Kinder können gesprochene Sprache nicht gut verstehen. Dann wissen sie nicht, was sie tun sollen oder was von ihnen erwartet wird.

Ohne Sprache kann man schlechter lernen und handeln.

Kinder mit Autismus können sich trotzdem mitteilen:

- sie lachen
- sie lächeln
- sie weinen
- sie schreien
- sie führen die Hand einer Person
- oder machen andere Sachen

Kommunikation ist mehr als Sprechen, es gibt viele Alternativen: Zeigen von Bildern, Geben von Objekten, Gebärden oder Gesten, Schrift.

4. اللغة والتواصل

حوالي نصف الأطفال المصابين بالتوحد يُمكنهم الكلام قليلاً أو لا يتكلمون على الإطلاق. يُصدر العديد من الأطفال أصواتاً غير مفهومة أو يكررون نفس الجمل مراراً وتكراراً. لا يستطيع العديد من الأطفال فهم اللغة المنطوقة جيداً ، ومن ثم لا يعرفون ماذا يفعلون أو ما هو المتوقع منهم. بدون اللغة يكون من الصعب على المرء التعلم والتصرف في الأمور.

وعلى الرغم من ذلك يُمكن للأطفال المصابين بالتوحد إخبارنا بالتالي:

- يضحكون
- يبتسمون
- يكون
- يصرخون
- يُوجهون يد الشخص
- أو يفعلون أشياء أخرى



التواصل هو أكثر من مجرد التحدث، وهناك العديد من البدائل: عرض الصور، إعطاء الأشياء، الإشارات أو الإيماءات، والكتابة.

5. Sozialverhalten

Kinder mit Autismus wünschen sich Kontakt zu Anderen.

Es ist wichtig, dass wir ihre Signale und Bedürfnisse lesen und verstehen.

Autistische Kinder mögen oft keinen Körperkontakt und schauen andere Menschen selten direkt an.

Manche Kinder nehmen wenig Kontakt auf. Manche Kinder nehmen Kontakt auf, wenn sie etwas brauchen oder haben wollen.

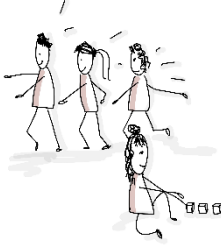
Andere Kinder sind sehr kontaktfreudig. Sie haben eher Schwierigkeiten, die Grenzen anderer zu erkennen und anzunehmen. Sie fassen die Haare, Brille oder Kleidung anderer Personen an.

Häufig spielen Kinder mit Autismus für sich allein. Sie haben mehr Spaß, sich mit Spielzeugen und Objekten zu beschäftigen, als mit anderen Kindern zu spielen.

Im Kindergarten bewegen sie sich unruhig hin und her. Sie können kaum an Aktivitäten in der Gruppe teilnehmen und ziehen sich oft zurück. Sie suchen Schutz bei Erwachsenen.

Es fällt Kindern mit Autismus schwer, die Gefühle von anderen zu erkennen oder darauf zu reagieren. Ihre eigenen Gefühle sind oft sehr stark ausgeprägt. Sie sind sehr glücklich, sehr wütend, sehr aufgeregt, ...

5. السلوك الإجتماعي



يرغب الأطفال المصابون بالتوحد التواصل مع الآخرين.

ومن المهم أن نفراً ونفهم إشاراتهم واحتياجاتهم.

وغالباً لا يحب الأطفال المصابون بالتوحد التلامس الجسدي ونادراً ما ينظرون إلى الآخرين بشكل مباشر.

بعض الأطفال لا يتواصلون إلا قليلاً، ويتواصل معنا بعض الأطفال عندما يحتاجون أو يريدون شيئاً ما.

وهناك أطفال آخرون محبوبون للاختلاط والتواصل واجتماعيون جداً. وبالأحرى لديهم صعوبة في التعرف على حدود الآخرين وقبولها. ويقومون بملامسة شعر الآخرين أو نظاراتهم أو ملابسهم.

غالباً ما يلعب الأطفال المصابون بالتوحد بمفردهم. لديهم متعة أكبر في التفاعل مع الألعاب والأشياء بمفردهم أكثر من اللعب مع الأطفال الآخرين.

في روضة الأطفال (الحضانة) يتحركون ذهاباً وإياباً بقلق وعصبية. بالكاد يمكنهم المشاركة في الأنشطة الجماعية وغالباً ما ينسحبون أو ينطوون على أنفسهم، ويطلبون الحماية من البالغين.

يعاني الأطفال المصابون بالتوحد من صعوبة في التعرف على مشاعر الآخرين أو الاستجابة لها.

وغالباً ما تكون مشاعرهم قوية جداً. إنهم سعداء جداً، غاضبون جداً، قلقون ومضطربون جداً، ...

6. Ungewöhnliches Verhalten

Kinder mit Autismus machen oft untypische Bewegungen. Sie:

- flattern mit den Händen und Armen.
- schaukeln mit dem Oberkörper.
- laufen im Kreis umher.
- klatschen.
- schnippen mit den Fingern.

Sie wiederholen diese Bewegungen wieder und wieder. Solche Verhaltensweisen nennt man auch stereotype Verhaltensweisen oder Stimming. Dieses Verhalten gibt den Kindern Sicherheit. Autistische Kinder haben spezielle Interessen. Sie beschäftigen sich sehr lange mit einem bestimmten Gegenstand.

Sie mögen oft Spielzeuge, welche:

- Musik machen.
- Geräusche erzeugen.
- flackern oder blinken.

Sie haben oft Interesse an einem bestimmten Thema, wie zum Beispiel:

- Fahrzeuge
- Zahlen
- Dinosaurier

Auch diese speziellen Interessen geben ihnen Sicherheit.

6. السلوك الغير معتاد

غالبًا ما يقوم الأطفال المصابون بالتوحد بحركات غير اعتيادية، فهم:

- يُرفرفون بأيديهم وأذرعهم
- يتأرجحون ويتميلون بالجزء العلوى من جسدهم
- يركضون فى دوائر
- يُصفقون
- يُطرقعون ويُفرقعون بأصابعهم

ويقومون بتكرار هذه الحركات مراراً وتكراراً. تسمى هذه السلوكيات أيضاً بالسلوكيات النمطية أو سلوكيات التحفيز الذاتى. وهذا السلوك يمنح الأطفال الأمان. الأطفال المصابون بالتوحد لديهم اهتمامات خاصة. وينشغلون لفترة طويلة جداً بشئ أو غرض مُعين.

وغالبًا ما يحبون الألعاب التي:

- تصدر صوت الموسيقى
- تصدر الضجيج والضوضاء
- ينبعث منها ضوء متقطع يومض ويخفق

وفى الغالب يكون لديهم اهتمام بموضوع معين، على سبيل المثال:

- المركبات أو وسائل النقل
- الأعداد
- الديناصورات

وهذه الإهتمامات الخاصة تمنحهم أيضاً الأمان.



7. Handlungsstörung

Viele Kinder mit Autismus haben eine Handlungsstörung.

Das bedeutet: der Körper Ihres Kindes macht nicht, was Ihr Kind will.

Ihr Kind will eine neue Handlung ausführen. Aber das Kind:

- beginnt die Handlung nicht.
- macht die Handlung falsch.
- bricht mitten in der Handlung ab.

Das Kind soll sich die Schuhe anziehen. Aber das Kind:

- sitzt nur da und scheint nicht zu wissen, was zu tun ist.
- befühlt den Schuh oder zieht ihn über die Hand.
- macht mitten im Tun nicht weiter.

Das kann sehr frustrierend sein. Für Ihr Kind und für Sie. **Das kann helfen:**

- Wenn Ihr Kind Erfolg hat, will es weiter lernen.
- Lenken Sie die Hand oder den Körper Ihres Kindes beim Anziehen, Essen und Spielen.
- Berühren Sie Ihr Kind, damit es eine Handlung beginnt oder weitermacht.
- Helfen Sie Ihrem Kind zu zeigen oder zu sagen, was es möchte.
- Wenn Ihr Kind etwas gelernt hat, können Sie weniger Hilfe anbieten. Ihr Kind wird so selbstständiger.

7. الاضطراب فى الوظائف التنفيذية

يعانى العديد من الأطفال المصابين بالتوحد من اضطراب تنفيذ الأفعال.

وهذا يعني: أن جسد طفلك لا يفعل ما يريده طفلك.

يريد طفلك القيام بعمل ونشاط جديد، ولكن الطفل:

- لا يبدأ بالعمل أو النشاط.
- يؤدي العمل بطريقة خاطئة.
- يتوقف فى منتصف العمل أو النشاط.

ينبغي على الطفل أن يرتدي حذائه ولكن الطفل:

- يجلس هناك ويبدو أنه لا يدري ماذا يفعل.
- يتحسس الحذاء أو يضعه على يده.
- ولا يستمر فى منتصف العمل بفعل شئ ما.

وهذا يمكن أن يكون محبطا للغاية بالنسبة لطفلك ولك.

وهذا يمكن أن يساعد في:

- عندما ينجح طفلك، فإنه سوف يرغب فى مواصلة التعلم.
- قم بتوجيه يد طفلك أو جسده عند ارتداء الملابس وتناول الطعام واللعب.
- المس طفلك لكي يقوم ببدء العمل أو مواصلته.
- ساعد طفلك على إظهار أو قول ما يريد.
- بمجرد أن يتعلم طفلك شيئاً ما، يمكنك تقديم مساعدة أقل وبذلك سوف يصبح طفلك أكثر استقلالية.



1. Konkrete Probleme im Alltag

Ihr Kind kann Schwierigkeiten haben:

- zur Ruhe zu kommen
- einzuschlafen oder durchzuschlafen
- beim Anziehen
- beim Zähne putzen
- beim Haare kämmen
- beim Fingernägel schneiden

Ihr Kind verhält sich besonders, es:

- läuft viel auf Zehenspitzen oder es läuft gerne barfuß.
- isst nur bestimmte Lebensmittel.
- hüpfet und springt.
- reagiert vielleicht nicht auf seinen Namen.
- schaut Sie wenig an.
- ist oft in „seiner eigenen Welt“.
- spielt mit ungewöhnlichen Dingen.
- macht ungewöhnliche, oft laute Geräusche.
- lässt sich nicht leicht auf Regeln und Vorgaben ein.
- möchte immer dieselben Abläufe.
- macht zwanghafte oder sich wiederholende Handlungen.
- bleibt an kleinsten Details hängen.
- ist oft schnell überfordert.
- reagiert mit Schreien, Weglaufen, Hauen.
- verletzt sich sogar selbst (beißen, schlagen, ...).

Diese Probleme haben viele Familien mit autistischen Kindern. Die Probleme kommen vom Autismus. Sie machen es Ihnen schwerer, Ihr Kind zu „erziehen“. Es ist nicht Ihr Fehler.

1. مشاكل ملموسة في الحياة اليومية

يتصرف طفلك بشكل خاص:

- يمشي كثيراً على أطراف أصابعه أو يحب المشي حافي القدمين.
- يأكل أطعمة معينة فقط.
- يقفز وينط.
- ربما لا يستجيب لاسمه ولا يكون له ردة فعل.
- ينظر إليك قليلاً.
- غالباً ما يكون في "عالمه الخاص".
- يلعب بأشياء غير عادية.
- يصدر أصواتاً غير عادية، وغالباً ما تكون عالية.
- لا يقبل القواعد واللوائح والتعليمات بسهولة.
- يريد دائماً تكرار نفس العمليات والتصرفات.
- يقوم بأفعال قهرية موسوسة أو متكررة.
- يعلق في أصغر التفاصيل.
- غالباً ما يرهق بسرعة.
- يتفاعل بالصراخ والهروب والضرب.
- وأيضاً يؤدي نفسه (يعض، يضرب).

قد يواجه طفلك الصعوبات التالية:

- أن يركن للهدوء والراحة.
- الدخول في النوم أو نوم الليل كله بدون انقطاع.
- أثناء ارتداء الملابس.
- أثناء تنظيف الأسنان.
- أثناء تمشيط الشعر.
- أثناء قص الأظافر.



تعاني العديد من العائلات التي لديها أطفال مصابون بالتوحد من هذه المشاكل. المشاكل تأتي من مرض التوحد. إنها تجعل من الصعب عليك "تربية" طفلك. إنه ليس خطأك

2. Autistisches Verhalten

Das Verhalten Ihres Kindes hat immer einen Grund oder wird durch etwas Bestimmtes ausgelöst.

Diese Gründe oder Auslöser sind bei jedem Kind verschieden. Auslöser können zu herausforderndem Verhalten führen. Ihr Kind weint, schreit, zerstört, fragt immer wieder das Gleiche oder macht etwas Anderes. Sie fühlen sich hilflos, schämen sich vielleicht, wissen nicht mehr weiter. Oft kann sich Ihr Kind nicht anders mitteilen. Ihr Kind möchte Sie nicht provozieren, sondern versucht, sich so selbst zu schützen.

Auslöser können sein:

- Lautstärke
- Anforderungen
- Schmerzen
- Berührungen
- Gerüche
- Ängste

Das kann helfen:

- Verhalten aushalten, das Kind in Ruhe lassen
- ablenken, umlenken
- Auslöser reduzieren
- ruhig bleiben, sich Hilfe suchen
- zurück in Gewohntes, Bekanntes, Sicheres
- die Umgebung (zu Hause) an Ihr Kind anpassen
- Verhalten beobachten und mögliche Auslöser aufschreiben

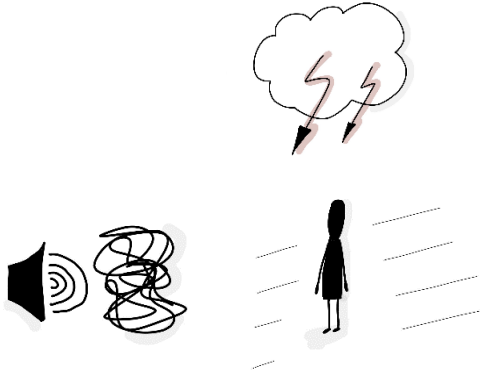
2. السلوك التوحدي

دائمًا ما يكون لسلوك طفلك سبب أو ينجم هذا السلوك عن شيء محدد. تختلف هذه الأسباب أو المحفزات والمُسيبات من طفل لآخر. يمكن أن تؤدي هذه المحفزات إلى سلوكيات صعبة. طفلك يبكي، يصرخ، يدمر، يسأل نفس الشيء مرارا وتكرارا أو يفعل شيئا مختلفا. تشعر بالعجز، وربما بالخجل، ولا تعرف ماذا تفعل بعد ذلك. ليس لدى طفلك في كثير من الأحيان طريقة أخرى للتواصل. طفلك لا يريد أن يستفرك، بل يحاول بذلك حماية نفسه. يُمكن أن تكون تلك المُحفزات والمُسيبات هي:

- ارتفاع الصوت
- المتطلبات
- الآلام
- التلامس
- الروائح
- المخاوف

وهذه الأشياء يمكن أن تساعد:

- تحمل السلوك، وترك الطفل في هدوء
- صرف الانتباه وإعادة التوجيه
- تقليل المُحفزات والمُسيبات
- الالتزام بالهدوء
- طلب المساعدة
- العودة إلى ما هو مألوف ومعروف وآمن
- تكييف وملائمة البيئة المحيطة (في المنزل) مع طفلك
- مراقبة السلوك وكتابة المحفزات والمُسيبات المحتملة



3. Besonderheiten im Lernen

Alle Menschen lernen unterschiedlich. Manche Kinder lernen langsam und brauchen viele Wiederholungen.

Ihr Kind:

- kann manche Dinge vielleicht nie lernen. Dafür braucht es immer Unterstützung.
- hat Schwierigkeiten, Gelerntes zu übertragen. Es kann zu Hause vielleicht andere Dinge als in der Schule und umgekehrt.

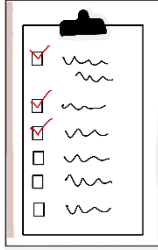
Das kann helfen:

- Aufgaben bildlich darstellen
- feste Zeiten im Tagesablauf haben
- eine ruhige gleichbleibende Lernumgebung mit wenig Eindrücken schaffen
- die Interessen des Kindes bei den Aufgaben nutzen
- das Kind belohnen

Haben Sie keine Angst vor Rückschritten. Wiederholen oder erklären Sie nochmal.

3. ميزات خاصة في التعلم

كل الناس يتعلمون بشكل مختلف. ويتعلم بعض الأطفال ببطء ويحتاجون إلى الكثير من التكرار.



طفلك:

- قد لا يتعلم بعض الأشياء أبدًا. وهذا يتطلب الدعم دائمًا له.
- يجد صعوبة في نقل ما تعلمه، قد تكون الأمور مختلفة في المنزل عنها في المدرسة، والعكس صحيح.

وهذه الأشياء يمكن أن تساعد:

- عرض المهام والوظائف عن طريق الصور
- أن يكون لديك أوقات ثابتة في الروتين اليومي
- خلق بيئة تعليمية هادئة ومتسقة مع عدد قليل من الانطباعات
- استغلال اهتمامات الطفل في المهام والوظائف
- مكافأة الطفل

لا تخافوا من الانحدار والتراجع. كرر أو اشرح مرة أخرى.

4. Generalisierung

Ihr Kind lernt viele Dinge in der Förderung durch die Fachkraft der Autismusambulanz.

Es kann aber diese Dinge nicht automatisch in andere Situationen übertragen.

Das Kind lernt etwas Neues:

- zu Hause
- im Kindergarten
- in der Schule
- in der Förderung

Das ist toll!

Aber: das Kind kann neu Gelerntes nicht überall gleich zeigen, es kann nicht generalisieren.

Regelmäßiger Austausch mit allen Fachkräften ist sehr wichtig, damit neu Gelerntes in alle Bereiche übertragen werden kann.

4. التعميم

سوف يتعلم طفلك أشياء كثيرة أثناء حصوله على الدعم من الأخصائيين في العيادة الخارجية للتوحد. لكن لا يمكن للطفل نقل هذه الأشياء تلقائيًا إلى مواقف أخرى.



يتعلم الطفل شيئاً جديداً:

- في البيت
- في روضة الأطفال
- في المدرسة
- في الدعم والتشجيع

هذا رائع وعظيم!

ولكن: لا يستطيع الطفل إظهار ما تعلمه في كل مكان بنفس الطريقة، ولا يستطيع التعميم.

يعد التبادل المنتظم والمستمر مع جميع الأخصائيين أمراً مهماً للغاية حتى يمكن نقل المعرفة الجديدة إلى جميع المجالات.

1. Sorgen Sie für sich

Kennen Sie den Satz im Flugzeug: „Setzen Sie zuerst Ihre eigene Sauerstoffmaske auf, bevor Sie anderen helfen!“?
Das Leben mit einem autistischen Kind kann sehr herausfordernd und anstrengend sein.

**Sie müssen sich zuerst immer gut um sich selbst kümmern.
Nur dann können Sie auch gut für Ihr Kind sorgen.**

Das kann helfen:

- Zeit für sich selbst schaffen und ausruhen.
- sich mit Freundinnen und Freunden treffen.
- Ihr Kind zu Verwandten, vertrauten Personen oder in den Kindergarten geben.
- drei Mal tief durchatmen.

Jetzt kommen Tipps, wie Sie Ihr Kind gut im Alltag unterstützen können!

1. اعتنى واهتم بنفسك

هل تعرف الجملة الموجودة على متن الطائرة: "ضع قناع الأكسجين الخاص بك أولاً قبل مساعدة الآخرين!"؟
يمكن أن تكون الحياة مع طفل مصاب بالتوحد صعبة ومرهقة للغاية.

يجب عليك أولاً ودائمًا أن تعتني بنفسك جيدًا. عندها فقط يمكنك الاعتناء والاهتمام بطفلك جيدًا.

وهذه الأشياء يمكن أن تساعد:

- خصص وقتاً لنفسك وأخذ قسط من الراحة
- الإلتقاء مع الصديقات والأصدقاء
- أعط طفلك للأقارب أو الأشخاص الموثوق بهم أو لروضة الأطفال
- تنفس بعمق ثلاث مرات



والآن إليك بعض النصائح حول كيفية دعم طفلك بشكل جيد في الحياة اليومية!

2. Gemeinsam spielen

Kinder mit Autismus können oft nicht alleine spielen. Sie wissen oft nicht, wie das geht.

Ihr Kind braucht Beschäftigung mit Ihnen gemeinsam. Es spielt ohne Sie wahrscheinlich immer das Gleiche: ordnet Autos an, dreht sich im Kreis, hüpfte oder läuft herum und bleibt kaum am Tisch sitzen.

Das kann helfen:

- Bieten Sie Ihrem Kind nur wenige einfache Spiele an.
- Spielen Sie diese gemeinsam mit Ihrem Kind.
- Tauschen Sie die Spiele aus. Dann lernt Ihr Kind Neues.
- Tun Sie das jeden Tag, machen Sie einen Spiel-Termin.

2. اللعب سويًا

في كثير من الأحيان، لا يستطيع الأطفال المصابون بالتوحد اللعب بمفردهم وفي كثير من الأحيان لا يعرفون كيفية القيام بذلك.

يحتاج طفلك إلى أشياء ينشغل بها معك ويتعلق بك. فربما يلعب الطفل دائمًا نفس الألعاب بدونك، مثل: ترتيب السيارات، والدوران في دوائر، والقفز أو الجري، وبالكاد يبقى جالسًا على الطاولة.

وهذه الأشياء يمكن أن تساعد:

- قدم لطفلك بعض الألعاب البسيطة والقليلة فقط.
- العب هذه الألعاب مع طفلك سويًا.
- قم بتبديل الألعاب وسيتعلم طفلك أشياء جديدة.
- افعل هذا كل يوم، وحدد موعدًا للعب.



3. Kleinste Schritte

Viele Aufgaben im Alltag sind gar nicht so einfach zu bewältigen.

Teilen Sie schwierige Aufgaben in kleine Schritte oder Teile auf! Das hilft Ihrem Kind.

Beispiele:

- Spielen: Schauen Sie ein Puzzlebuch gemeinsam an. Nur ein Puzzleteil darf auf jeder Seite fehlen. Ihr Kind soll erstmal nur ein Puzzleteil einsetzen.
- Anziehen: Ziehen Sie Ihrem Kind die Socke über die Zehen. Es soll nur noch den Rest der Socke selbst anziehen.
- Toilette: Ihr Kind macht nur den Deckel auf und drückt auf den Spülknopf. Sie machen die restlichen Schritte (Hose runterziehen, auf Toilette setzen, Deckel runter).

3. بادروا بخطوات صغيرة

العديد من المهام في الحياة اليومية ليس من السهل إدارتها والتغلب عليها. قم بتقسيم المهام الصعبة إلى خطوات أو أجزاء صغيرة! وسيقوم هذا بمساعدة طفلك.

أمثلة:

- اللعب: شاهدوا كتاب الألغاز سوياً. يمكن أن تكون قطعة واحدة فقط من اللغز مفقودة من كل جانب. يجب على طفلك إدخال قطعة واحدة فقط من اللغز في البداية.
- ارتداء الملابس: اسحب الجوارب فوق أصابع طفلك. ومن ثم ينبغي على الطفل فقط أن يرتدى بقية الجوارب بنفسه.
- المراض أو التواليت: يقوم طفلك فقط بفتح الغطاء والضغط على زر الشطف، ثم قم أنت بالخطوات المتبقية (اسحب البنطال للأسفل، واجلس على المراض، ثم ضع الغطاء لأسفل)

4. Helfen und Weitermachen

Helfen Sie Ihrem Kind, neue Erfolge zu erleben! Es braucht diese Momente sehr!
Wenn Ihr Kind Spaß hat, macht es besser mit.

Das kann helfen:

- Aufgaben in kleinste Schritte unterteilen
- sprachliche Unterstützung
- Abdecken von unwichtigen Details bei Spielen
- Führen der Hände
- Loben

Wenn Ihr Kind nicht mitmachen will: kürzen Sie die Aufgabe, aber machen Sie weiter.

Motivieren Sie Ihr Kind mit etwas Schönerem zum Weitermachen.

Anziehen



Schaukeln gehen

Hände waschen



Essen

Aufräumen



Buch anschauen

Haben Sie Geduld, es wird leichter.

4. المساعدة والاستمرار

ساعد طفلك على تجربة ومعايشة نجاحات جديدة! فهو يحتاج لهذه اللحظات بشدة!

عندما يستمتع طفلك، فمن الأفضل أن تشاركه هذا الاستمتاع.

وهذه الأشياء يمكن أن تساعد:

- تقسيم المهام والوظائف إلى خطوات صغيرة
- الدعم اللغوي
- توجيه اليدين
- المدح
- تغطية التفاصيل غير المهمة عند اللعب معه

إذا كان طفلك لا يريد المشاركة: اختصر المهمة والوظيفة، ولكن استمر.

حفز طفلك وشجعه على الاستمرار بشئ جميل.

ارتداء الملابس

غسل اليدين

الترتيب والتنظيف



الذهاب للتأرجح

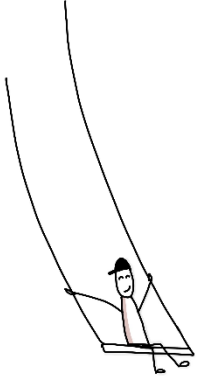


تناول الطعام



عرض الكتاب

التحلي بالصبر، وسوف يصبح الأمر أسهل بكثير.



5. Belohnung

Lernen macht nicht immer Spaß.

Lob und Belohnung verbinden Lernen mit etwas Positivem. So lernt jeder Mensch leichter.

Worüber freut sich Ihr Kind?

Über eine kleine Süßigkeit, einen leuchtenden Kreisel, kitzeln oder massieren?

Zeigen Sie Ihrem Kind Ihre Freude, wenn es etwas richtig macht.

Freuen Sie sich an kleinen Erfolgen Ihres Kindes.

Für die schwierigste Aufgabe gibt es auch die tollste Belohnung und die größte Freude.

5. المكافأة

التعلم ليس ممتعًا دائمًا.

المدح والمكافأة يربطون التعلم بشئ إيجابي وهذا يجعل من السهل على الجميع التعلم.

ما هو الشئ الذى سيجعل طفلك سعيداً؟ قليل من الحلوى، اللعب معه بقمة الدوارة المضيئة، الزغزغة أو الدغدغة أو التدليك؟

أظهر لطفلك مدى سعادتك عندما يقوم بفعل شئ صحيح.

استمتع وأفرح بنجاحات طفلك الصغيرة.

وكذلك أصعب مهمة لها أيضاً أعظم مكافأة وأعظم فرحة.



6. Tagesstruktur

Eine gleichbleibende Tagesstruktur hilft Ihrem Kind.

Legen Sie Zeiten fest für:

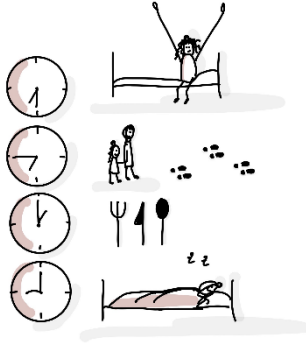
- Aufstehen
- in den Kindergarten gehen
- Essen
- Schlafengehen

Die Fachkraft der Autismusambulanz kann Ihnen helfen, einen Tagesplan oder Wochenplan zu basteln. Bilder helfen Ihrem Kind bei der Orientierung.

Struktur gibt Ihrem Kind Sicherheit.

6. الهيكل اليومي

هيكل يومي ثابت يساعد طفلك.



قم بتحديد أوقات للأمور التالية:

- الاستيقاظ من النوم
- الذهاب إلى روضة الأطفال
- الأكل
- الذهاب إلى النوم

يمكن للأخصائية أو الأخصائي في العيادة الخارجية للتوحد مساعدتك في وضع خطة يومية أو أسبوعية. الصور ستساعد طفلك على العثور على طريقه وإيجاد توجهه وميوله.

الهيكل والنظام يمنح طفلك الأمان.

7. Stress

Das Leben lässt sich nicht immer planen. Oft bedeuten Veränderungen Stress für Ihr Kind. Stress entsteht, wenn:

- es zu laut in der Umgebung ist.
- etwas neu ist.
- Ihr Kind in seinem Tun gestört wird.
- Ihr Kind Hunger hat.
- Ihr Kind müde ist.
- es zu viele Aufgaben sind (für Sie und Ihr Kind).
- die Anderen alles besser wissen.

Ihr Kind möchte etwas nicht. Es ist wütend, es schreit.

Das kann helfen:

- Bleiben Sie ruhig.
- Sprechen Sie in kurzen klaren Sätzen.
- Lenken Sie Ihr Kind ab: überraschen Sie es mit einem Tanz, einem Lied oder einem Spielzeug.
- Machen Sie mal was Ungewöhnliches und Lustiges.

Vielleicht entspannt sich Ihr Kind dadurch. Vielleicht entspannen Sie sich dadurch. Die Situation ist nicht mehr schlimm.

7. الضغط والتوتر

الحياة لا يمكن التخطيط لها دائماً. فالتغيرات غالباً ما تعني الضغط والتوتر النفسى لطفلك. يحدث التوتر والضغط عندما:

- يكون هناك صوت عالى جداً فى البيئة المحيطة حوله.
- يكون هناك شئ جديد.
- طفلك منزعج فى أعماله وأنشطته.
- يكون طفلك جائع.
- يكون طفلك متعب.
- يكون هناك الكثير من المهام (لك ولطفلك)
- يعرف الآخرون كل شئ بشكل أفضل.

طفلك لا يريد شيئاً. إنه غاضب، وبصرخ بصوت عالى.

وهذه الأشياء يمكن أن تساعد:

- حافظ على هدوئك
- التحدث بجمال قصيرة وواضحة
- صرف انتباه طفلك وتسليته: فاجئ الطفل برقصة أو أغنية أو لعبة
- قم بعمل شئ غير معتاد وممتع ومضحك

ربما هذه الأشياء ستريح طفلك، وربما سترتاح أنت أيضاً. ولن يكون الوضع سيئاً بعد الآن.



8. Sprechen mit Ihrem Kind

Ihr Kind spricht wenig oder gar nicht. Sprechen Sie trotzdem viel mit Ihrem Kind.
Reden Sie mit Ihrem Kind. Ihre Stimme, die Art, wie Sie etwas sagen, gibt Ihrem Kind auch Informationen.

Kinder mit Autismus verstehen oft mehr, als wir denken.

Sprechen Sie nur Gutes über Ihr Kind in seiner Anwesenheit.
Wichtige Aufforderungen und Aufgaben sollten Sie besser in kurzen Sätzen formulieren.

Beispiel: „Bitte halte da vorne an und warte“	= ungenau
„Stopp an der roten Bank!“	= besser

Sagen Sie, was Sie meinen.

Beispiel: „Na toll, jetzt hast du es kaputt gemacht.“	= missverständlich
„Ich bin traurig. Es ist jetzt kaputt gegangen.“	= besser

Autistische Kinder können Informationen oft besser über das Sehen aufnehmen.
Bilder können helfen, unsere Sprache zu unterstützen. Ihr Kind kann so besser verstehen.
Es ist gut, Bilder für wichtige Dinge wie Essen, Trinken oder Spielzeuge zu verwenden.
Wir können Ihnen dabei helfen, solche Bilder zu finden und sie im Alltag zu benutzen.

8. التحدث مع طفلك

طفلك يتحدث قليلاً أو لا يتحدث على الإطلاق. ومع ذلك، تحدث مع طفلك كثيرًا. تحدث مع طفلك. فصوتك، والطريقة التي تقول بها شيئاً ما، تعطي طفلك معلومات أيضاً. **فغالباً ما يفهم الأطفال المصابون بالتوحد أكثر مما نعتقد.**

تحدث فقط عن الأشياء الجيدة عن طفلك في حضوره.

من الأفضل والأحسن صياغة الطلبات والمهام المهمة في جمل قصيرة.

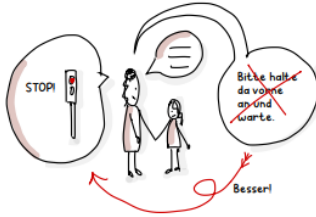
مثال: "من فضلك توقف عند المقدمة أو في الأمام وانتظر" = غير دقيق

"توقف عند المقعد أو الدكة الحمراء!" = أفضل

قل وتحدث ماذا تعني أو تقصد.

مثال: " هذا رائع، لقد كسرتة وخربته الآن." = غامض أو مبهم

"أنا حزين. إنه مكسور وخربان الآن." = أفضل



غالباً ما يكون الأطفال المصابون بالتوحد أكثر قدرة على استيعاب المعلومات من خلال النظر والرؤية.

الصور يمكن أن تساعد في دعم لغتنا. سيساعد هذا طفلك على الفهم بشكل أفضل.

من الجيد والمفيد استخدام الصور لأشياء مهمة مثل الطعام أو الشراب أو الألعاب.

يمكننا مساعدتك في العثور على مثل هذه الصور واستخدامها في الحياة اليومية.

9. Spaß haben

Es ist nicht alles immer schwer.

Wann haben Sie das letzte Mal mit Ihrem Kind oder wegen Ihres Kindes gelacht?

Schwierige Situationen werden durch Spaß leichter:

Ihr Kind muss im Supermarkt in der Schlange warten. Lassen Sie es auf den Wagen klettern und schwingen es hin und her.

Ihr Kind wird beim Arzt ungeduldig und schreit. Schauen Sie gemeinsam ein lustiges Video auf dem Handy an.

In der Straßenbahn ist es voll und laut. Massieren und kitzeln Sie Ihr Kind.

Ihr Kind ist beim Abendessen angespannt. Singen Sie ein kurzes Lied. Machen Sie ein lustiges Fingerspiel.

Lustige Momente festigen die Beziehung und das Vertrauen.

9. الاستمتاع



ليس الأمر دائماً بهذه الصعوبة.
متى كانت آخر مرة ضحكت مع طفلك أو بسبب طفلك؟

المواقف الصعبة تصبح أسهل من خلال الاستمتاع:

يجب على طفلك الانتظار في الطابور في السوبر ماركت، واطلب منه الصعود إلى عربة التسوق وقم بأرجحتها للخلف وللأمام.

ينفذ صبر طفلك عند الطبيب ويصرخ بصوت عالي. شاهدوا مقطع فيديو مضحكاً معاً على هاتفكم.

الترام مزدحم وصاخب وأصوات عالية. قم بتدليك طفلك وزغزغته حتى يضحك.

طفلك متوتر ومرتبك أثناء تناول طعام العشاء. غني أغنية قصيرة، قم بلعبة ممتعة بالإصبع.

اللحظات المضحكة والممتعة تقوي العلاقات والثقة بينكم.

1. Sie sind nicht allein

Ein Kind mit Autismus zu begleiten, ist nicht einfach. Sie denken vielleicht manchmal: Ich kann nicht mehr. Ich schaff das nicht. Das ist völlig in Ordnung. Vergessen Sie aber nicht:

Sie sind tolle Eltern!

Sie sind für Ihr Kind sehr wichtig.

Sie kennen Ihr Kind am besten.

Und Sie sind nicht allein. Zum Beispiel: Die Fachkräfte der Autismusambulanz unterstützen Sie und Ihr Kind gern.

Dabei ist es wichtig, über Erwartungen zu sprechen. Ihre Anliegen und Aufträge sind uns wichtig.

Wir können den Autismus Ihres Kindes nicht verschwinden lassen. Wir können Sie und Ihr Kind dabei unterstützen, den Alltag besser zu bewältigen.

Wir reden über Schönes und helfen bei Problemen.

Wir sprechen regelmäßig über Ziele. Wir bieten Ihnen und Ihrem Kind Unterstützung an. Ihr Kind hat bestimmte Stärken. Wir helfen Ihnen, diese zu nutzen. Wir wollen zusammen Neues lernen, um Ihr Kind besser zu verstehen.

Wir arbeiten mit allen Personen zusammen, die für Ihr Kind wichtig sind.

Sie sind sehr wichtig, damit unsere Unterstützung wirkt.

1. أنت لست وحدك

إن مراقبة طفل مصاب بالتوحد ليس بالأمر السهل، فأحياناً تفكر بأننى لا أستطيع فعل ذلك بعد الآن.

لا أستطيع فعل هذا. هذا صحيح جداً وعلى ما يرام.

ولكن لا تنسى:

أنكم آباء وأمهات عظماء!

أنتم مهمون جداً لطفلكم.

وأنتم أفضل من تعرفون طفلكم.



وأنت لست وحدك. فعلى سبيل المثال: سيكون الأخصائيات والأخصائيون في العيادة الخارجية للتوحد سعداء بتقديم الدعم لكم ولأطفالكم.

من المهم جداً التحدث عن التوقعات والآمال المنتظرة. فمطالبك واهتماماتك مهمة بالنسبة لنا.

لا يمكننا أن نجعل مرض التوحد لدى طفلك يختفي. ولكن يمكننا مساعدتك أنت وطفلك على التعامل بشكل أفضل مع الحياة اليومية. نتحدث عن الأشياء الجميلة ونساعد في حل المشاكل.

نتحدث عن الأهداف بانتظام. نحن نقدم الدعم لك ولطفلك. يتمتع طفلك بنقاط قوة معينة. نحن نساعدك على استخدامها واستكشافها. نريد أن نتعلم أشياء جديدة معاً لكي نفهم طفلك بشكل أفضل.

نحن نعمل مع كل الأشخاص الذين يعتبرون مهمين لطفلك.

دوركم مهم جداً لكي تكون مساعدتنا فعالة



2. Fragen und Antworten

Haben Sie Fragen?

Möchten Sie mehr wissen?

Möchten Sie etwas mitteilen?

Sagen Sie es der Fachkraft der Autismusambulanz.

Sagen Sie es den Fachkräften im Kindergarten oder in der Schule.

Fragen Sie Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt oder die Fachleute aus dem SPZ (Sozialpädiatrisches Zentrum).

Wir hören zu und helfen gerne weiter!

So erreichen Sie uns:

Autismusambulanz Halle

Willy-Brandt-Straße 82

06110 Halle (Saale)

Telefon: 0345 6787344

www.autismusambulanz-halle.de

2. أسئلة وإجابات

هل لديكم أسئلة؟

هل ترغبون في معرفة المزيد؟

هل ترغبون في مشاركة أو إخبار شيء ما؟

أخبروا الأخصائية أو الأخصائي في العيادة الخارجية للتوحد.

أخبروا الأخصائيات والأخصائيين في روضة الأطفال أو في المدرسة.

اسألوا طبيبة الأطفال أو طبيب الأطفال الخاص بكم أو المتخصصين من .

المركز الاجتماعي لطب الأطفال (SPZ: الاسم المختصر)

نحن نستمع إليكم ويسعدنا تقديم المساعدة!

كيفية التواصل معنا والوصول إلينا:

Autismusambulanz Halle

Willy-Brandt-Straße 82

06110 Halle (Saale)

Telefon: 0345 6787344

www.autismusambulanz-halle.de



