



Leben mit Autismus

Autismus kurz zu erklären, ist gar nicht so einfach. Für alle Eltern ist wichtig: Sie müssen nicht alles über Autismus wissen. Wichtig ist, dass Sie Ihr Kind verstehen.

Autismus ist keine Krankheit. Autismus bedeutet: Ihr Kind denkt anders und nimmt die Welt anders wahr.

Und warum heißt es eigentlich Autismus-Spektrum? Weil Autismus unterschiedlich stark sein kann. Einige Merkmale von Autismus sind:

- Die Wahrnehmung ist anders,
- Sprache und Kommunikation sind manchmal schwierig,
- Sozialverhalten ist anders,
- Und besondere oder starke Interessen.

Alle Menschen mit Autismus sind verschieden.

Die Fachkräfte schauen zuerst auf den Alltag mit dem Kind, wer und was ihm helfen kann.

Kinder mit Autismus brauchen sichere Strukturen und liebevolle Bezugspersonen.

Sie als Eltern verbringen die meiste Zeit mit Ihrem Kind. Sie kennen Ihr Kind am besten. Sie sind sehr wichtig für Ihr Kind.

Ein Kind mit Autismus zu begleiten, ist nicht einfach. Im Alltag gibt es viele Herausforderungen, weil Ihr Kind:

- nicht zur Ruhe kommt,
- schlecht schläft,
- ungewöhnliche und laute Geräusche macht,
- schnell überfordert ist,
- immer das gleiche machen will,
- Regeln nicht befolgt,
- seine Bedürfnisse nicht ausdrücken kann,
- schnell verzweifelt oder wütend reagiert,
- wegläuft,
- andere oder sogar sich selbst verletzt.

Diese Probleme haben viele Familien mit autistischen Kindern. Es ist nicht Ihre Schuld.

So finden Sie Unterstützung für Ihr Kind

Es gibt Dinge, die Sie im Alltag tun können, um Ihr Kind zu unterstützen:

- Schützen Sie Ihr Kind vor zu vielen Reizen (z. B. zu viel Lärm)
- Feste Tagesabläufe
- Bleiben Sie im Kontakt mit Ihrem Kind:
 - Spielen Sie einfache Spiele



- Sprechen Sie ruhig mit Ihrem Kind
- Teilen Sie Aufgaben in kleine Schritte
- Belohnen Sie Ihr Kind, wenn es etwas gut gemacht hat (z. B. mit einer kleinen Süßigkeit)

Vergessen Sie sich selbst nicht! Nehmen Sie sich auch Pausen – nur so können Sie für Ihr Kind gut da sein.

Und: Sie sind nicht allein! Wenn Sie Fragen haben und Unterstützung brauchen:

- Fragen Sie die Fachkräfte im Kindergarten oder in der Schule.
- Fragen Sie Ihre Kinderärztin oder Ihren Kinderarzt oder die Fachkräfte aus dem SPZ (Sozialpädiatrisches Zentrum).
- Fragen Sie in einer Autismus-Ambulanz/ einem Autismus-Zentrum. In Sachsen-Anhalt gibt es z.B. diese Anlaufstellen:

Autismus-Förder- und Therapiezentrum „Leuchtturm“ in Magdeburg

Autismus-Ambulanz in Halle

Autismus-Ambulanz in Wittenberg