Therapie zu Hause

Therapie umfasst ein paar Stunden pro Woche. Den Rest der Woche verbringt Ihr Kind mit Ihnen. Was Sie zu Hause tun, kann die Wirkung der Sitzungen vervielfachen, damit Ihr Kind seine Fähigkeiten überall nutzt, nicht nur im Therapieraum.

Das hilft

- **Bitten Sie jede Woche um 1 bis 3 Ziele für zu Hause,** schriftlich, damit Sie genau wissen, was Sie üben sollen.
- **Schauen Sie bei Sitzungen zu oder machen Sie mit,** oder bitten Sie um ein kurzes Video, und übernehmen Sie, was wirkt.
- **Verwenden Sie dieselben Wörter, Gebärden, Bilder und Belohnungen** wie das Therapieteam und die Schule.
- **Üben Sie im Alltag:** beim Essen, Anziehen, Baden, Spielen, im Auto, beim Einkaufen.
- **Kurz und oft.** Ein paar Minuten, mehrmals am Tag, sind besser als eine lange Einheit.
- **Folgen Sie den Interessen Ihres Kindes.** Nutzen Sie, was es liebt, um die Kommunikation zu fördern.
- **Warten Sie.** Geben Sie Ihrem Kind Zeit zu antworten: Zählen Sie in Gedanken langsam bis zehn.
- **Loben Sie die Mühe, ganz konkret:** „Toll, wie du nach Saft gefragt hast!“
- **Nutzen Sie visuelle Hilfen,** etwa einen Tagesplan und eine Jetzt-und-Dann-Tafel.
- **Führen Sie ein einfaches Protokoll** und teilen Sie es mit dem Therapieteam (Seite 2).
- **Bringen Sie alle auf denselben Stand:** Partner, Großeltern, Babysitter, Schule.
- **Achten Sie auf sich.** Ruhen Sie sich aus, bitten Sie um Hilfe und sprechen Sie mit anderen Eltern.

Das schadet

- **Machen Sie Ihr Zuhause nicht zur Klinik.** Stundenlanges Üben ermüdet alle. Zuhause soll sich sicher und liebevoll anfühlen.
- **Keine Strafen, kein Schreien, kein Entzug von Zuneigung.** Das steigert die Angst und blockiert das Lernen.
- **Erzwingen Sie keinen Blickkontakt** und unterbinden Sie kein harmloses Selbstberuhigen wie Schaukeln oder Händeflattern.
- **Ändern Sie nicht vieles auf einmal.** Immer nur ein neues Ziel oder eine neue Routine.
- **Geben Sie nach einem schlechten Tag nicht auf.** Geben Sie einem neuen Ansatz zwei bis drei Wochen.
- **Vergleichen Sie Ihr Kind nicht mit anderen.** Vergleichen Sie es mit sich selbst vor einem Monat.
- **Sprechen Sie nicht über Ihr Kind, als wäre es nicht da.** Es versteht oft mehr, als es sagen kann.
- **Probieren Sie keine neuen Behandlungen aus,** ohne vorher mit der Kinderarztpraxis zu sprechen.

Früh beginnen – aber es ist nie zu spät

Unterstützung, die im Kleinkind- und Kindergartenalter beginnt, hilft Fähigkeiten dann zu wachsen, wenn sie am leichtesten wachsen. Warten Sie nicht auf eine Diagnose, um nach Logopädie, Ergotherapie oder einem Elternprogramm zu fragen. Auch ältere Kinder und Jugendliche lernen weiter.

Nur allgemeine Informationen. Sie ersetzen nicht den Rat von Fachleuten, die Ihr Kind kennen.

Fragen an die Therapeutin oder den Therapeuten Ihres Kindes

- [ ] Was sollen wir diese Woche zu Hause üben?
- [ ] Welche Wörter, Gebärden, Bilder oder Belohnungen verwenden Sie?
- [ ] Was soll ich tun, wenn mein Kind sich aufregt oder Nein sagt?
- [ ] Darf ich bei einer Sitzung zuschauen, oder können Sie mir ein kurzes Video schicken?
- [ ] Woran erkennen wir, dass es wirkt, und wann prüfen wir die Ziele?
- [ ] Wie kann die Schule denselben Ansatz nutzen?

Wöchentliches Übungsprotokoll

Notieren Sie das Ziel, was Sie geübt haben und wie es lief. Bringen Sie es zur nächsten Sitzung mit.

Ziel(e) diese Woche:

Tag	Was wir geübt haben (wo, wie lange)	Wie es lief	Notizen
Mo			
Di			
Mi			
Do			
Fr			
Sa			
So			

Behandlungen, die Sie meiden sollten

Autismus ist nicht heilbar. Verwenden Sie bei Autismus niemals Chlordioxid (MMS oder „CD“, ein Bleichmittel), Chelattherapie, hyperbaren Sauerstoff oder unbewiesene Stammzellbehandlungen. Besprechen Sie jede neue Behandlung mit der Ärztin oder dem Arzt Ihres Kindes.

Nur allgemeine Informationen. Sie ersetzen nicht den Rat von Fachleuten, die Ihr Kind kennen.