



ICH BIN NICHT UNGEZOGEN. ICH BIN AUTIST.

Ich nehme die Welt anders wahr.

Manche Geräusche fühlen sich an als würde mein Kopf explodieren. Kleidung kann sich anfühlen als würde meine Haut brennen. Und wenn sich Kleinigkeiten ändern, kann meine Welt zusammenbrechen.

Manchmal habe ich **zu viel Information** – wer nur ein ungezogenes Kind sieht, hat **zu wenig**.



autismus
Rhein-Main e.V.

Erfahre mehr über Autismus:
www.autismus-rhein-main.de

MEIN KIND IST NICHT UNGEZOGEN – ES IST AUTIST...

...und manchmal überwältigt von der Vielzahl an Sinneseindrücken. Geräusche, Gerüche, Gespräche, Gedanken – eine Kleinigkeit kann dann **plötzlich zuviel** werden.

Autisten haben eine andere Wahrnehmung. Alle Sinnesreize kommen gleich stark, gleich laut bei ihnen an.
Alles, auf einmal.

Wenn du jemand siehst, der ausrastet, dann urteile nicht –
Denke lieber **„zu viel Information“**.
Es macht einen riesen Unterschied für jemanden wie mein Kind.

ZEIT

Gib der Person etwas Zeit.
Es kann eine Weile dauern
sich von der Informations-
überflutung zu erholen.

RAUM

Versuche einen ruhigen
Rückzugsraum zu schaffen.
Bitte Leute nicht zu gaffen;
schalte laute Musik ab und
reduziere grelles Licht.

VERSTÄNDNIS

Stell dir vor du wärst gelähmt von
einer Lawine an Sinneseindrücken.
Stell dir vor welchen Unterschied es
machen würde, wenn jemand etwas
Verständnis aufbringen würde, an-
statt dich als ein ungezogenes Kind
oder Sonderling abzustempeln.