


Eine Seite über mich

<p><u>Das ist mir sehr wichtig!</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Aus verschiedenen Möglichkeiten auswählen zu können• Ein geordneter (Gesprächs)ablauf mit Anfang und Ende• Dass ich mich (liegend) entspannen kann (zu festen Zeiten und bei zusätzlichem Bedarf)• Mobil sein und überall hinkommen, wo ich mag• Etwas zum Rascheln oder Knistern, wenn ich unruhig bin (z.B. Pergamentpapier). Das beruhigt.• Abwechslung!• Teilhaben können in geselliger Runde• Gesehen werden!!!• Eine für mich nachvollziehbare Tagesstruktur, an der ich mich orientieren kann• Ohrstöpsel, wenn es zu laut für mich wird!	<p>Hallo! Ich bin</p> 	<p><u>So kannst du mich gut unterstützen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Begegne mir mit einem offenen, lächelnden Gesicht!• Sprich „ganz normal“ mit mir. Ich verstehe dich schon! Aber sprich langsam.• Bitte erkläre mir alles gut, damit ich verstehen kann, was mit mir geschieht• Hilf mir, eigene Entscheidungen zu treffen, indem du mir Auswahlmöglichkeiten anbietest.• Wenn du dich mit mir unterhältst, motiviert es mich wenn ich mir über Piktogramme, Pad oder angebotene Objekte etwas Schönes aussuchen kann, (z.B. Schokobonbon oder Musik).• Was du mit mir tun willst, musst du gern tun.• Sonst habe ich weniger Freude daran.• Bitte verschaffe mir Raum und die Möglichkeit, meinen unterschiedlichen Neigungen nachzugehen!• Biete mir bitte regelmäßig etwas zu trinken an – gerne Alternativen! Ich mag z.B. Apfel und Bananensaft oder Milchshake• Lass mich in fremder Umgebung in meinem Rollstuhl fahren. Da fühle ich mich sicherer.• Bedenke bitte, dass ich mich sehr unwohl fühle, wenn meine Hygiene-Einlage nicht mehr sauber ist!! Ich werde schnell wund.
<p><u>Das mögen andere an mir:</u></p> <ul style="list-style-type: none">• Meine Begeisterungsfähigkeit und dass ich mich von Freude anstecken lasse• Mein feines Gespür für Stimmungen• Mein Verständnis für Körpersprache und nicht verbale Kommunikation<ul style="list-style-type: none">• Mein Lächeln („Strahlen“)• Humor• Durchsetzungsvermögen• Meinen Musikgeschmack<ul style="list-style-type: none">• Authentizität• Dass ich mir gut aussuchen kann, wen ich mag		



Das solltest du noch von mir wissen ...

<p>Meine sensible Seite...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ich verstehe alles sehr gut! • Ich bin sehr geräuschempfindlich, weil ich anders höre als du (Hyperakusis) • Ich habe ein feines Gespür für Stimmungen. Äußere Stimmungen übertragen sich auf mich. • Ich bin extrem lichtempfindlich.
<p>Das wünsche ich mir sehr! ...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Eine klare, einheitliche Kommunikation, die von allen Menschen verwendet wird, die mit mir zu tun haben!
<p>Diese Dinge mag ich...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Mich im Garten aufhalten • Essen! (Ich mag alles, kaue aber nur wenig.) • Essen gehen • Baden • Einkaufen gehen • Gottesdienst, besonders Festgottesdienste • Gute Musik in vielerlei Richtungen (Z.B. Klassik oder moderne Orgelkonzerte, auf jeden Fall harmonisch und nicht langweilig) Ich mag auch Lieder mit witzigen Texten. • Life-Konzerte oder Theater!!! (Viel lieber als Kino) • Freizeitaktivitäten und Kulturveranstaltungen! • Bollerwagen fahren! • Hollywood-Schaukel • Ein großes Trampolin • Reiten, Trommeln, Schwimmen • BEWEGUNG (gerne schnell!) z.B. Autofahren, Tandem, Dreirad, aber auch Bus und Bahn und im Winter Schlitten...
<p>Meine kleinen Eigenheiten...</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wenn ich meine Periode habe, geht es mir gar nicht gut! Ich muss meine Schmerzen irgendwie loswerden und es kann vorkommen, dass ich dich kneife. Tut mir leid! • Wenn ich mich nicht verstanden oder sonst wie überfordert fühle, macht mich das wütend und ich werde aggressiv. • Wenn ich mir einmal einen Platz gesucht habe, gebe ich ihn nicht mehr auf 😊 . • Wenn ich anderer Meinung bin als du, „sitze ich es aus“ 😊 .

