

AUTISMUS: UMGANG MIT SCHWIERIGEN SITUATIONEN IM ALLTAG

ONLINE-SCHULUNG FÜR FAMILIEN

Für Eltern, Großeltern und Angehörige von Kindern oder Erwachsenen mit Autismus

Schwieriges Verhalten verstehen – Krisen vorbeugen und begleiten

Dauer : 2 bis 3 Stunden	Module : 5 Module
Lektionen : 20 Lektionen	Zielgruppe : Eltern, Großeltern, Angehörige von Menschen mit Autismus
Format : 100 % online, asynchron	Anbieter : N° 11757351875
Zertifizierung : Qualiopi	Preis : Auf Anfrage

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Beschreibung der Schulung

Diese Schulung ermöglicht es Ihnen zu verstehen, warum Ihr Kind schwierige Verhaltensweisen zeigt und wie Sie angemessen darauf reagieren können. Sie lernen, die Warnsignale zu erkennen, bevor eine Krise ausbricht, Ihre Umgebung so zu gestalten, dass Spannungen reduziert werden, und effektiv zu intervenieren, wenn die Situation eskaliert. Durch konkrete Erklärungen und sofort anwendbare Strategien werden Sie entdecken, wie Sie Ihren Alltag verändern können, um Ihr Kind besser zu unterstützen und gleichzeitig Ihr eigenes Gleichgewicht zu wahren. Sie gehen mit konkreten Werkzeugen und sofort anwendbaren Strategien nach Hause.

Modulübersicht

MODULE 1	Verstehen, um besser zu begleiten	5 Lektionen
MODULE 2	Krisen im Alltag vorbeugen	5 Lektionen
MODULE 3	Die Krise bewältigen, wenn sie eintritt	4 Lektionen
MODULE 4	Sich um sich selbst kümmern, um durchzuhalten	3 Lektionen
MODULE 5	Anwendungen DYNSEO	3 Lektionen

Lernziele

Lernziele

- Die drei großen Unterschiede im Autismus verstehen und deren Einfluss auf das Verhalten
- Die 5 Gründe für schwierige Verhaltensweisen identifizieren
- Das Werkzeug der zwei Fragen nutzen um Ihre Antwort zu analysieren und anzupassen
- Warnsignale erkennen, bevor eine Krise ausbricht
- Ihr Zuhause gestalten: einen ruhigen Ort schaffen, Stimulationen reduzieren
- Ein visuelles Zeitmanagement einführen und die Schlüsselmomente des Tages ritualisieren
- Übergänge vorbereiten mit der Technik der drei Ankündigungen
- Effektive visuelle Hilfsmittel nutzen: Kommunikationskarten, zuerst/nachher-Tafel
- Die richtige Haltung während einer Krise einnehmen: ruhig bleiben, sanft sprechen
- Ihrem Kind helfen, sich zu beruhigen mit dem ruhigen Ort und sensorischen Objekten
- Die Nachkrisenzeit managen: Trost spenden, schrittweise wieder aufnehmen
- Die eigenen Erschöpfungszeichen erkennen und Hilfe anfordern
- Die Auszeiten organisieren ohne Schuldgefühle
- Die kleinen Siege feiern und akzeptieren, dass es schwierig ist

Allgemeine Informationen

Dauer	2 bis 3 Stunden Schulung, verteilt auf 5 progressive Module
Zielgruppe	Eltern, Großeltern, Angehörige und Vertraute von Kindern oder Erwachsenen mit Autismus
Voraussetzungen	Keine, Schulung für alle Erwachsenen zugänglich
Tarif	Sur devis - TVA non applicable (article 261-4-4° du CGI)
Zertifizierung	Qualiopi - Attestation de fin de formation
Organismus	DYNSEO - N° de déclaration d'activité : 11757351875

Lektion 1 - Einführung

- Willkommen zur Schulung
- Überblick über die Module
- Lernziele und Erwartungen

Lektion 2 - Lektion 1: Drei große Unterschiede im Autismus

- Verstehen der Kommunikationsschwierigkeiten (abstrakte Sprache, komplexe Anweisungen)
- Erkennen der sensorischen Hypersensibilität und Hyposensibilität
- Messen der Auswirkungen von permanenter Angst
- Sicherheit durch Vorhersehbarkeit und Routinen schaffen

Lektion 3 - Lektion 2: Fünf Gründe für schwieriges Verhalten

- Die sensorische Überlastung identifizieren
- Das Unverständnis erkennen (undeutliche Anweisungen)
- Die Frustration verstehen
- Die Auswirkungen von Veränderungen und Routinenbrüchen antizipieren
- Die Übergänge vorbereiten

Lektion 4 - Lektion 3: Werkzeug der Zwei Fragen

- Sich die Frage "Wodurch?" stellen (den Auslöser identifizieren)
- Sich die Frage "Um was zu erreichen?" stellen (die Funktion verstehen)
- Analysieren: Aufmerksamkeit, Flucht, Zugang oder sensorische Stimulation?
- Die Antwort je nach identifizierter Ursache anpassen
- Lösungen vorschlagen, die den Bedürfnissen entsprechen

Lektion 5 - Lektion 4: Wesentliche Werkzeuge zum Verständnis des Profils Ihres Kindes

- Karte der sensorischen Bedürfnisse für die 7 Sinne erstellen
- Mein TSA-Pass: wichtigste Informationen auf 1 Seite
- Kommunikation, Stärken, Schwierigkeiten dokumentieren
- Anzeichen von Stress und was hilft identifizieren

Lektion 1 - Lektion 1: Warnsignale erkennen

- Verhaltenssignale erkennen (Stereotypien, Unruhe, Rückzug)
- Stimmliche Signale beobachten (lauter werdende Stimme, Wiederholungen)
- Körpersignale erkennen (Rötung, beschleunigte Atmung)
- Sofort eingreifen, sobald die ersten Anzeichen auftreten
- Reize vor der Eskalation reduzieren

Lektion 2 - Lektion 2: Das Haus einrichten und die Tage strukturieren

- Einen ruhigen Bereich schaffen (Tipi, Kissen, sensorische Objekte)
- Visuelle Reize reduzieren (sanfte Farben, geschlossene Aufbewahrung)
- Geräusche managen (Lärmquellen ausschalten, Kopfhörer)
- Einen visuellen Zeitplan einrichten (Fotos oder Piktogramme)
- Wichtige Momente ritualisieren (Aufwachen, Essen, Schlafen)

Lektion 3 - Lektion 3: Übergänge vorbereiten

- Die Technik der drei Ankündigungen anwenden (10, 5, 1 Minute)
- Einen visuellen Timer verwenden
- Ein Lied oder rituellen Satz für jeden Übergang erstellen
- Ein Übergangsobjekt anbieten (Kuscheltier, Spielzeug)

Lektion 4 - Lektion 4: Visuelle Werkzeuge und die Macht der Entscheidungen

- Kommunikationskarten verwenden (Pause, Hunger, Schmerz, Unverständnis)
- Das "zuerst/dann"-Tafel einrichten
- Ein Emotionsthermometer erstellen (Skala von 1 bis 5)
- Begrenzte Auswahlmöglichkeiten anbieten (zwei akzeptable Optionen)

Lektion 5 - Lektion 5: 6 Online-Tools zur Prävention und Deeskalation

- Karte der Vorzeichen: Signale zusammenfassen
- Visueller Timer: Zeit konkret machen für Übergänge
- Thermometer der Emotionen: emotionale Intensität erkennen
- Krisenmanagementplan: Protokoll je nach Niveau einrichten
- Visuelle soziale Szenarien und Motivationstafel nutzen

MODULE 3

Die Krise bewältigen, wenn sie eintritt

4 Lektionen

Lektion 1 - Lektion 1: Haltung während der Krise

- Tief durchatmen, um ruhig zu bleiben
- Sanft mit einfachen Worten sprechen
- Abstand halten, während man präsent bleibt
- Die Umgebung sichern (gefährliche Gegenstände entfernen)
- Nicht persönlich nehmen (das Kind ist in Not)

Lektion 2 - Lektion 2: Helfen, sich zu beruhigen

- Die Stimulationen reduzieren (Licht dimmen, Geräusche ausschalten)
- Einen ruhigen Ort anbieten ohne Druck
- Beruhigende Gegenstände anbieten (Stofftier, Gewichtsdecke, Stressball)
- Tiefe Druckanwendung anbieten, wenn akzeptiert
- Begleiten mit langsamen und sichtbaren Atemzügen

Lektion 3 - Lektion 3: Nach der Krise

- Trost spenden, ohne sofort zu urteilen
- Die Aktivitäten schrittweise mit ruhigen Momenten wieder aufnehmen
- Später versuchen zu verstehen mit visuellen Hilfsmitteln
- Sich ohne Gewalt schützen (Abstand, Hilfe rufen wenn nötig)
- Sich nach belastender Krise einen Moment für sich nehmen

Lektion 4 - Lektion 4: 3 Werkzeuge zur Bewältigung der Krise und danach

- Wahlrad: beruhigende Strategien wählen (atmen, Musik, kaltes Wasser)
- Stopp - Nachdenken - Handeln: Debriefing-Tool für Lernen
- Gesichtsausdruck-Decoder: 6 Emotionen erkennen lernen

MODULE 4

Sich um sich selbst kümmern, um durchzuhalten

3 Lektionen

Lektion 1 - Lektion 1: Die Anzeichen von Erschöpfung erkennen

- Physische Anzeichen identifizieren (ständige Müdigkeit, Kopfschmerzen)
- Emotionale Anzeichen erkennen (Weinerlichkeit, Reizbarkeit, Leere)
- Mentale Anzeichen feststellen (Konzentrationsprobleme, Grübeln)
- Beziehungszeichen beobachten (Isolation, Konflikte)
- Hilfe vor dem Burn-out anfordern

Lektion 2 - Lektion 2: Die Lebenspause

- Täglich eine Auszeit nehmen (15-30 Minuten für sich selbst)
- Wöchentlich eine Auszeit organisieren (einige Stunden außerhalb)
- Monatlich eine Auszeit planen (ganzer Tag oder Wochenende)
- Vorhandene Angebote nutzen (SESSAD, angepasste Betreuungen)
- Die Schuld loslassen (sich kümmern ermöglicht bessere Unterstützung)

Lektion 3 - Lektion 3: Akzeptieren, dass es schwierig ist

- Erkennen, dass es objektiv schwierig ist
- Sich erlauben zu sagen, dass es schwer ist
- Jeden Tag kleine Siege feiern
- Sich für die eigenen Bemühungen loben

MODULE 5

Anwendungen DYNSEO

3 Lektionen

Lektion 1 - Lektion 1: COCO DENKT und COCO BEWEGT sich

- Kognitive Lernprozesse mit über 30 Spielen anregen
- Von automatischen Sportpausen alle 15 Minuten profitieren
- Die emotionale Anerkennung und Ausdrucksfähigkeit entwickeln
- Im eigenen Tempo dank anpassbarer Niveaus vorangehen
- Die Fortschritte über die Elternoberfläche verfolgen

Lektion 2 - Lektion 2: MEIN WÖRTERBUCH

- Ein visuelles Wörterbuch verwenden, um ohne Worte zu kommunizieren
- Mit eigenen Bildern personalisieren (Gegenstände, Routinen, Orte)
- Dem Kind ermöglichen, Bedürfnisse und Emotionen auszudrücken
- Aktivitätskarten ausblenden, um Frustration zu vermeiden
- Selbstständigkeit gewinnen und Missverständnisse reduzieren

Lektion 3 - Fazit

- Zusammenfassung der wichtigsten Erkenntnisse
- Nächste Schritte und praktische Umsetzung
- Ressourcen und fortlaufende Unterstützung

Lehrmethoden

- 100% Online-Schulung, zugänglich von Ihrem Computer oder Tablet
- Lernen Sie in Ihrem eigenen Tempo, ohne zeitliche Einschränkungen
- Konkrete, sofort anwendbare Strategien für den Alltag
- Zugang zu herunterladbaren Werkzeugen und praktischen Ressourcen
- Entdeckung der DYNSEO-Apps zur Unterstützung der kognitiven Entwicklung
- Attestation de fin de formation bei Abschluss