Notwendige angemessene Vorkehrungen für mein Kind können sein – Checkliste

Diese Checkliste hilft dabei, aus den Besonderheiten meines Kindes abgeleiteten konkreten individuell notwendigen angemessenen Vorkehrungen (Rahmenbedingungen, Unterstützungsmaßnahmen, …) zu kennen und herzustellen.
Bitte Zutreffendes ankreuzen und/oder ergänzen.

1. Kommunikation – notwendige Vorkehrungen

☐ Ruhige, zugewandte Ansprache (je höher der Stress, desto wichtiger)

☐ Kurze, klare und einfache Sprache verwenden

☐ Anweisungen in kleinen Schritten geben („erst – dann“)

☐ Zusätzliche visuelle Unterstützung einsetzen

☐ Unterstützte Kommunikation ermöglichen

☐ ausreichend Zeit zum Antworten geben

☐ Auf Ironie und Mehrdeutigkeit verzichten, ein-deutige Sprache verwenden

☐ Blickkontakt nicht einfordern

☐ keine Machtkämpfe in aufgeregten Situationen

Anderes: _____

2. Wahrnehmung und Reize – notwendige Vorkehrungen

(Achtung: je nach Stresslevel unterschiedlich)

☐ Reizarme Umgebung schaffen

☐ Rückzugsort ermöglichen

☐ Geräuschschutz bereitstellen

☐ Reize ankündigen

☐ Berührungen nur nach Zustimmung

☐ Materialien/Kleidung anpassen

☐ Hilfsmittel erlauben für Wahrnehmungsbesonderheiten (z.B. Sonnenbrille, Kapuze)

☐ Auf Nicht-Wahrnehmung von Grundbedürfnissen achten und diese versorgen

Anderes: _____

3. Struktur und Alltag – notwendige Vorkehrungen

☐ Feste Abläufe sicherstellen

☐ Visuelle Pläne nutzen

☐ Beteiligung ermöglichen

☐ Abläufe gemeinsam besprechen

☐ Veränderungen ankündigen

☐ Übergänge begleiten

☐ Routinen stabil halten

☐ Selbstwirksamkeit ermöglichen

Anderes: _____

4. Verhalten in Stresssituationen – notwendige Vorkehrungen

(denn Selbstkontrolle ist eingeschränkt bei Stress)

☐ Anforderungen anpassen / reduzieren

☐ unterschiedliche Wahrnehmung und Fähigkeiten ernstnehmen

☐ Stressoren reduzieren

☐ Rückzug ermöglichen

☐ Reizreduktion

☐ Zeit und Raum zum Selbstberuhigen lassen

☐ Vertraute Person einbeziehen

☐ Ruhige Kommunikation, kein Zwang

☐ "Unaufgeregter Umgang nach Bo Elven" / Low-Demand-Ansätze

☐ "Kämpfe weise wählen" - Nicht Drohen / Sanktionieren

☐ Selbstregulation unterstützen

☐ Dem Kind eigene Ruhe borgen, nicht vom Kind den Stress borgen.

☐ Deeskalierende Interventionen - Regel: nur tun, was Vertrauen und Beziehung stärkt

☐ Deeskalations-Skala gemeinsam aufstellen und nutzen

Anderes: _____

5. Unterstützung im Alltag – notwendige Vorkehrungen

☐ Hilfe in sozialen Situationen

☐ Unterstützung bei Gruppenaktivitäten

☐ Hilfe bei Konflikten

☐ Unterstützung bei Übergängen

☐ Hilfe bei Konzentration

Anderes: _____

6. Gesundheitliche Besonderheiten – notwendige Vorkehrungen

☐ Pausen einplanen

☐ Schlaf berücksichtigen

☐ Allergien beachten

☐ Notfallplan vorhanden

☐ Meltdown-Konzept

☐ Anforderungen anpassen, ggf. an Ängste, depressionsbedingte Zwänge

Anderes: _____

7. Stärken nutzen – notwendige Vorkehrungen

☐ Beziehung und Sicherheit anbieten

☐ Selbstwirksamkeitserleben und Selbstberuhigung stärken

☐ Verbindung und Zugehörigkeit schaffen

☐ Sichere Beziehungen stärken

☐ Interessen zur Motivation einsetzen

☐ Stärken integrieren

☐ Positive Verstärkung

Anderes: _____

8. Was meinem Kind hilft – notwendige Vorkehrungen

☐ Struktur mit Option der Anpassung (bei einigen Kindern)

☐ Sichere, vertraute und möglichst konstante Bezugspersonen

☐ Verlässliche und vorhersehbare Abläufe

☐ Möglichkeit zur Mitbestimmung

☐ Möglichkeit zum Rückzug

☐ Visuelle Unterstützung

☐ Ruhe

☐ Zeit

Anderes: _____

9. Individuelle Vorkehrungen – notwendige Vorkehrungen

☐ Rückzugsort jederzeit zugänglich

☐ Verlässliche Unterstützung

☐ Geschulte Bezugspersonen

☐ Individuelle Anpassung

Anderes: _____

10. Was vermieden werden sollte

_____

11. Was gut funktioniert

_____

12. Weitere Notizen:

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

Checkliste erstellt am (Datum): _____

Von: _____

Gemeinsam mit: _____