

Was ist das eigentlich?

Shutdown?

Meltdown?

Overload?

Für mehr Informationen:



Eine Handreichung von:

Nach Erholung gemeinsam Strategien für den OVERLOAD entwickeln

✓ Erholung ermöglichen & ggf. fördern

✓ in Ruhe lassen

✓ Reize vermindern

✓ abwarten

Was kann man tun?



ZZZ

Kann Stunden bis Tage anhalten

Massiver Erschöpfungszustand

Person ist nicht ansprechbar.

SHUTDOWN

Es folgt ein

Autistische Menschen sind häufig einer REIZÜBERFLUTUNG ausgesetzt.



Dies kann einen

OVERLOAD auslösen.

Wie zeigt sich dies?

- ✓ Unruhe
- ✓ Rückzug
- ✓ Ohren zuhalten
- ✓ „Chaos im Kopf“

Manchen autistischen Menschen gelingt es Strategien, die ihnen helfen mit dem Overload umzugehen, zu entwickeln.

MELTDOWN



Wenn der Overload zu stark ist, folgt ein MELTDOWN.

In dieser Situation hat der Betroffene keine Kontrolle über sein Verhalten und ist nicht ansprechbar. Hierbei kann er sich selbst oder andere verletzen.

Was kann man dann tun?



- ✓ ruhig bleiben
- ✓ Reize vermindern
- ✓ Sicherheit vermitteln
- ✓ Interaktion vermeiden