

Erste Hilfe für Kinder mit Entwicklungsverzögerungen

Inhaltsverzeichnis

Für wen?.....	1
Was sind diese Informationen nicht?.....	1
Was kann man falsch machen?.....	2
Viel hilft nicht viel.....	2
Seien Sie geduldig.....	2
Was ist das Ziel?.....	2
Was steht dem Ziel „Förderung der Entwicklung“ im Wege?.....	2
Angst.....	2
Stress.....	3
Was können Sie tun?.....	3
Abbau von Angst.....	3
Hilfe zur Orientierung geben.....	3
Die Welt verständlich machen.....	4
Stress abbauen.....	4
Stress durch Sinneseindrücke.....	4
Stress steckt an	5
Entwicklung braucht Miteinander im Spiel.....	5
Was Sie nicht tun / ausprobieren sollten.....	5
Zusammenfassung.....	5

Für wen?

Die folgenden Informationen sind für Eltern, deren Kinder erste Entwicklungsverzögerungen aufweisen und entweder auf eine Diagnose oder eine Therapie warten.

Hinweise auf Entwicklungsverzögerungen können folgende Probleme sein:

- mit dem Sprechen
- mit Bewegungen (Schwierigkeiten beim Laufen, Malen ...)
- bei der Gefühlsregulation (z.B. häufige Wutanfälle ...)
- bei der Orientierung
- beim Spielen
- Rückzug in eine eigene Welt von sich wiederholenden Tätigkeiten
- beim Schlafen und/oder der Verdauung
- bei lauten Geräuschen, hellem Licht ...
- ...

Was sind diese Informationen nicht?

Diese Informationen sind kein Ersatz für eine Diagnose und/oder Therapie!

Aber die Entwicklung des Kindes in den ersten Jahren ist so bedeutsam, dass jede Woche hierfür wichtig ist. Deshalb sollte keine Zeit durch langes Warten ungenutzt bleiben. Nutzen Sie also die Zeit bis zur Diagnose oder Therapie, um Ihrem Kind bei der Entwicklung zu helfen.

Wenn Sie einem Verletzten eine Wunde verbinden, werde Sie dadurch nicht zu einem Arzt. Und so werden Sie nicht zum Therapeuten, wenn Sie die folgenden Hinweise umsetzen.
Bleiben Sie Eltern für Ihr Kind!

Was kann man falsch machen?

Richtig falsch machen können Sie nichts! Alles im weiteren genannte ist für ALLE Kinder und deren Entwicklung nützlich.

Aber einiges gilt es zu berücksichtigen:

Viel hilft nicht viel

Achten Sie darauf, ob Ihr Kind die nötige Energie hat sich auf Sie und die Welt einzulassen. Nutzen Sie die Zeiten mit ausreichender Energie - aber auch nur diese Zeiten.

Achten Sie auf die Momente, wo das Kind versucht zu Ihnen Kontakt aufzunehmen – auch wenn es vielleicht bei Ihnen gerade nicht passt.

Seien Sie geduldig

Entwicklung ist nicht ein gerader Weg, sondern ein gewundener mit Fortschritten und Rückschlägen. Aber Umwege erhöhen die Ortskenntnis.

Seien Sie also geduldig mit Ihrem Kind - und sich selber.

Was ist das Ziel?

Kinder benötigen für ihre Entwicklung das gelingende Miteinander mit anderen Menschen. Zuerst mit den Eltern und evtl. Geschwistern, dann mit den Freunden der Familie ... Der Kreis der Mitmenschen, mit denen man in Kontakt tritt, wird normaler Weise immer mehr erweitert. So werden die Kinder mit der jeweiligen Kultur, den Sitten und Gebräuchen, sowie der Umgebung vertraut gemacht.

Kommt es zu einer Störung der Entwicklung (siehe oben), dann ist häufig die Störung des Miteinanders (der sozialen Interaktion) der Grund.

Ziel ist also, das Miteinander wieder (besser) gelingen zu lassen und so die Entwicklung des Kindes zu fördern.

Was steht dem Ziel „Förderung der Entwicklung“ im Wege?

Kinder müssen diese unsere Welt erst langsam kennenlernen. Manchmal sind sie aber von der Welt und den vielen auf sie eindringenden Reizen so überwältigt, dass sie sich von der als bedrohlich und/oder unverständlich erscheinenden Welt zurück ziehen.

Ursachen für diesen Rückzug sind also vor allem Angst und Stress.

Angst

Die Welt hat sich in den letzten Jahren sehr verändert. Traditionen, die Jahrhunderte lang Orientierung geboten haben, werden durch immer schnellere „Innovationen“ verdrängt. Schon Erwachsenen fällt es immer schwerer, sich in dieser Welt zurecht zu finden.

Umso mehr haben immer mehr Kinder damit Probleme, sich in dieser Welt zu orientieren. Kommen noch zum Beispiel eine Schwerhörigkeit, Taubheit, Sehbehinderung, Blindheit, oder das Fehlen der unbewussten Imitation der Mitmenschen (was wir als Autismus bezeichnen) hinzu, wird die Welt noch unverständlicher.

Doch was ich nicht verstehen und auch vermeintlich nicht beeinflussen kann, was mich also überwältigt, das verursacht Angst. Die Folge davon ist Stress.

Stress

Stress kann durch vielerlei Dinge verursacht werden. So zum Beispiel durch Angst, aber auch durch plötzliche Geräusche, Gerüche ...

Der Körper gerät durch den Stress in einen „Flucht oder Kampf“- Zustand. Dieser Zustand, der eigentlich dem Überleben dient, wird als Dauerzustand zum Problem.

Im Stresszustand wird zum Beispiel die Verdauung eingestellt und auch das soziale Miteinander ist nicht mehr möglich. Kinder im (Dauer-) Stress ziehen sich entweder zurück in ihre eigene Welt, oder aber erkunden ihre Umgebung sehr intensiv – auf der Suche nach Bedrohungen.

Beide Zustände stehen einem entspannten und damit gelingenden Miteinander im Wege.

Was können Sie tun?

Es ist einsichtig, dass der Abbau von Angst und Stress an erste Stelle stehen sollte. Nur so werden die Kinder wieder in die Lage versetzt, mit anderen Menschen entspannt in Kontakt zu treten.

Und auch wenn es bei etlichen Kindern nicht so erscheinen mag – Ihr Kind orientiert sich an Ihnen. Und Sie sind die wichtigste Person im Leben Ihres Kindes. Auch bei den Kindern, die sich entweder zurück ziehen oder Aggressionen zeigen. Durch Sie lernt Ihr Kind die Welt und das Leben kennen. Doch auch Sie orientieren sich an Ihrem Kind, möchten, dass es Ihrem Kind so gut wie möglich geht.

So stehen Sie und Ihr Kind in einer Beziehung, in der man sich gegenseitig aneinander orientiert. Im Guten wie im Schlechten.

Möchten Sie das Verhalten Ihres Kindes positiv beeinflussen – so sollten Sie zuerst Ihr eigenes Verhalten verändern. Sie sind der Erwachsene, Sie verfügen über die notwendige Übersicht, Einsicht und Kontrolle, die Ihrem Kind noch fehlen.

Probieren Sie es aus, wie sich die Veränderung Ihres Verhaltens auf Ihr Kind auswirkt.

Abbau von Angst

Um das soziale Miteinander wieder herzustellen - und damit die Entwicklung auch wieder zu fördern, steht der Abbau von Angst an oberster Stelle.

Angst führt zu einer „Flucht oder Kampf“-Reaktion, die dem sozialen Miteinander im Wege steht.

Hilfe zur Orientierung geben

Viele Orientierungsmöglichkeiten, die über Jahrhunderte bestanden, sind in den letzten Jahren verloren gegangen. Hatten früher Tracht und Dialekt über Jahrhunderte genauso Bestand wie Ehen, soziale Normen und so weiter, sind diese heute durch häufig wechselnde Moden in allen Bereich ersetzt worden. Aber auch die Umwelt hat sich durch viele technische Erungenschaften so stark verändert, dass es selbst Erwachsenen immer schwerer fällt, sich in dieser Welt zurecht zu finden.

Geben Sie also Ihrem Kind die Möglichkeit, sich einfacher zu orientieren in dieser ihm unbekanntem Welt. Zum Beispiel durch klare Strukturen und Abläufe sowie klare Kommunikation. Sagen Sie, was Sie meinen. Und tun Sie, was Sie sagen.

Die Welt verständlich machen

Ihr Kind muss erst in die Welt hineinwachsen, sich auch an die Welt anpassen. Durch die Erkundung der Welt lernt das Kind diese nicht nur kennen, sondern auch die kulturellen

Verhaltensweisen etc.

Dies kann jedoch nur gelingen, wenn die Schritte des Kennenlernens nicht zu groß sind und sich das Kind nicht überfordert fühlt.

Gehen Sie mit Ihrem Kind lieber viele kleine Schritte bei der Erkundung, als einen viel zu großen, der Ihr Kind überfordert. Es sollte ein gemeinsames Herantasten sein an diese häufig so verstörend wirkende Welt.

Stress abbauen

Stress ist die körperliche Folge zum Beispiel von Angst.

Der Körper macht sich bereit für die Flucht oder den Kampf.

Was kurzfristig sinnvoll und lebenserhaltend ist, wirkt aber auf Dauer schädlich.

Die Folgen von Dauerstress können unter anderem sein:

- Probleme mit der Verdauung, weil der Körper diese unter Stress einstellt
- kaputte Zähne, weil man vor Anspannung mit den Zähnen knirscht
- Hautprobleme durch das Stresshormon Cortisol
- Kopfschmerzen und Migräne durch Verspannungen der Schulter- und Halsmuskulatur
- ...

Stress als Dauerzustand macht also krank. Und Stress steht auch dem Entspannten Miteinander im Wege.

Stress durch Sinneseindrücke

Aber auch starke Sinneseindrücke können zu Stress führen. Insbesondere überempfindliche Kinder geraten zum Beispiel durch laute Geräusche, intensive Gerüche oder auch zu viele Seheindrücke in Stress. Jedes Kind muss erst lernen, die eigenen Sinneseindrücke zu verstehen, also zum Beispiel, ob diese bedrohlich oder ungefährlich sind. Auch hier bedarf es kleiner Schritte, um diesen Lernprozess zu ermöglichen. Ist die Welt von Anfang an viel zu laut, viel zu stark riechend oder zu hell, flackernd, ..., dann zieht sich das Kind aufgrund von Angst und Stress in die eigene Welt zurück.

Es entstehen die häufig zu beobachtenden gleichförmigen Verhaltensweisen, bei denen das Kind immer wieder das gleiche tut. Zum Beispiel einen Teller oder eine Flasche dreht ... immer die gleichen Rituale aufführt. So schafft sich das Kind eine eigene, kontrollierbare und verstehbare Welt. Etliche Verhaltensweisen, die einem Erwachsenen als sinnlos und störend erscheinen, sind für das Kind wichtig und aus seiner Sicht sinnvoll!

Achten Sie also auf die Sinnesreize in der Umgebung Ihres Kindes. Überfordern Sie es nicht durch zu viele Geräusche, Gerüche und Seheindrücke wie zum Beispiel flackerndes Licht.

Und achten Sie auf den Erholungszustand Ihres Kindes. Ein ausgeruhtes Kind kann viel mehr bewältigen als eines, das am Ende seiner Kräfte ist.

Stress steckt an

Etliche Studien zeigen, dass der Stress bei den Eltern ähnlich hoch ist wie bei den Kindern mit Entwicklungsstörungen. Stress steckt an. Und kann sich zudem gegenseitig aufschaukeln.

Der wichtigste Schritt zur Reduzierung von Stress bei Ihrem Kind ist also, dass Sie Ihren Stress

verringern! Häufig hilft dabei schon, sich den Stress überhaupt bewusst zu machen. Und nicht immer auf alles sofort zu reagieren. Nehmen Sie bei Ihren Reaktionen das Tempo heraus.

Entwicklung braucht Miteinander im Spiel

Soziales Miteinander wird nur durch eines gelernt - dur

Und die wichtigste Form des sozialen Miteinanders im Kindesalter ist das Spiel.

Im Spiel werden Verhaltensweisen erprobt und Fähigkeiten entwickelt.

Das Spiel der Kinder hat dabei nicht den Anspruch von Erwachsenen zu erfüllen – sondern die Bedürfnisse der Kinder.

Deshalb ist es wichtig, sich zumindest am Anfang auf die, vielleicht einem Erwachsenen merkwürdig erscheinenden, Spiele des Kindes einzulassen, sich an diesen zu beteiligen.

- Nehmen Sie sich Zeit.
- Achten Sie darauf, ob Ihr Kind genug Energie hat.
- Seien Sie geduldig.
- Spielen Sie mit Ihrem Kind möglichst in einer Umgebung ohne Ablenkungen, d.h. ohne viele Reize für Auge, Ohr und Nase.
- Probieren Sie verschieden Dinge aus. Niemand ist perfekt oder muss es von Anfang an sein.
- Freuen Sie sich über Fortschritte! Und lassen Sie sich nicht durch Rückschläge entmutigen.

Was Sie nicht tun / ausprobieren sollten

Es gibt „Therapien“, die wollen den Kindern soziale Verhaltensweisen wie „in die Augen schauen“, „die Hand geben“, „sprechen“ ... adressieren und „unerwünschtes“ Verhalten abtrainieren.

Doch soziales Verhalten wird nicht durch Dressur gelernt – sondern durch soziales Miteinander.

Und Dressur ist kein soziales Miteinander – sondern steht diesem sogar im Wege.

Auch die Idee, das Diäten helfen würden, sind genauso falsch wie weit verbreitet.

Stress ist eine Ursache sowohl für eine Entwicklungsstörung als auch Verdauungsstörung.

Und nicht die Verdauungsstörung ist Ursache für die Entwicklungsstörung.

Weiterhin werden immer wieder Wundermittel angepriesen, die angeblich Ihr Kind heilen. Aber das tun diese Mittel nicht – häufig sind sie sogar schädlich.

Zusammenfassung

- 1.) Dies ist KEIN Ersatz für eine Diagnose oder Therapie. Streben Sie diese weiterhin an!
- 2.) SIE sind die wichtigste Bezugsperson für Ihr Kind – auch wenn das nicht immer so scheinen mag.
- 3.) Entwicklung braucht SOZIALES MITEINANDER. Kommt es zu einer Störung des Miteinanders, so kommt es in der Folge zu einer Störung der Entwicklung.
- 4.) ANGST und STRESS sind die größten Hindernisse für soziales Miteinander. Deshalb hat die Verringerung von Angst und Stress höchste Wichtigkeit.