

# Sieben Arbeitsblätter zur Erforschung der sozialen Isolation

mit besonderem Schwerpunkt für Jugendliche mit Autismus-Spektrum-Störung

In unserer Arbeit mit besorgten jungen Leuten treffen wir oft auf Probleme mit zeitweiliger oder Langfristiger sozialer Isolierung. Kinder mit Autismus sind besonders anfällig hierfür.

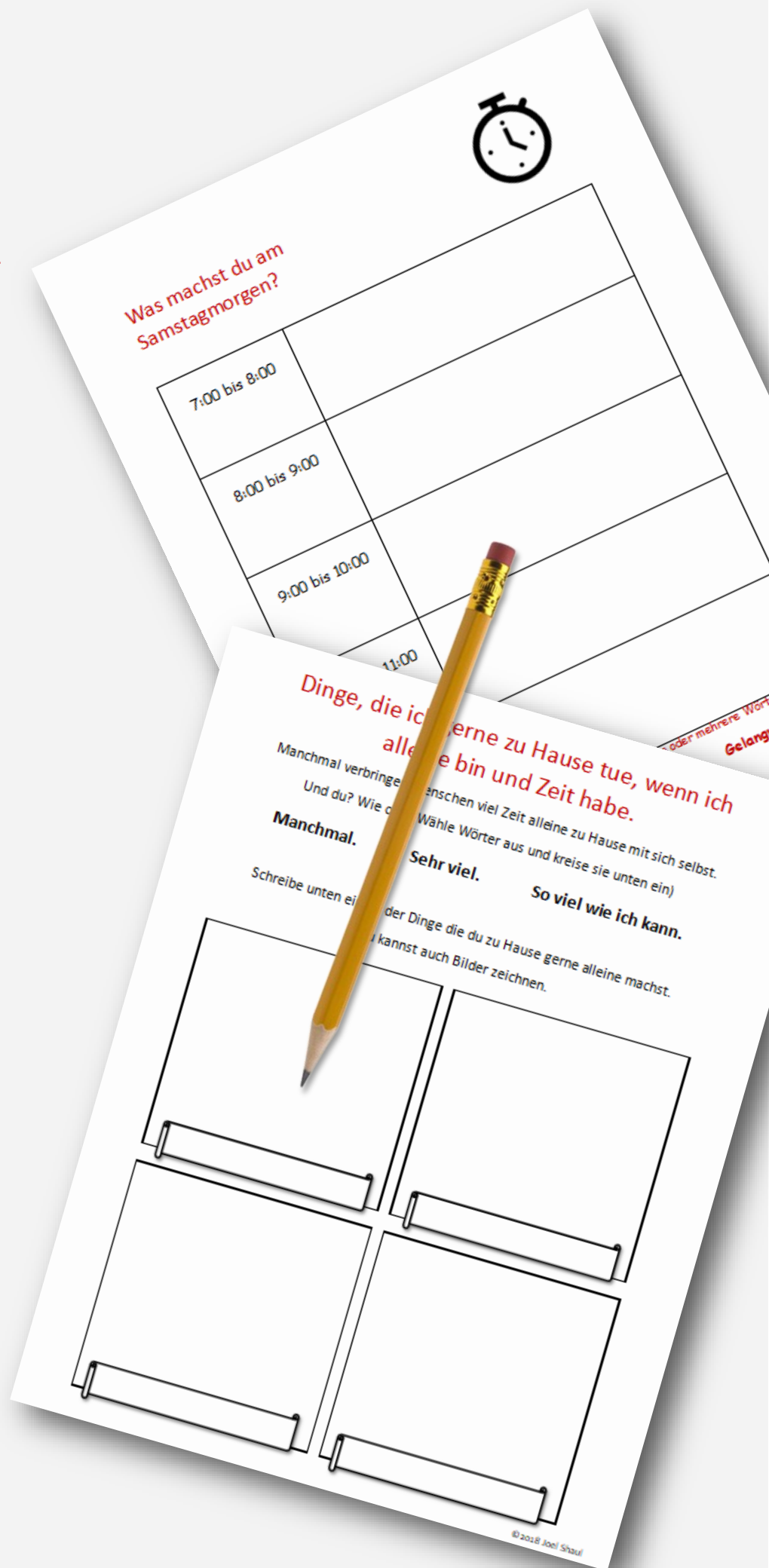
Dieser Zusammenstellung von Arbeitsblättern wurde entwickelt, um Kindern aus dem Autismus-Spektrum zu helfen. In Einzelgesprächen, der Gruppe, oder der Klasse soll erkundet werden, wieviel Zeit du allein verbringst. Dann sollen mögliche Lösungen überlegt werden.

Vorschläge:

\* Mache nur die Arbeitsblätter die für Dich sinnvoll sind. Die ersten drei Arbeitsblätter, die sich auf einen typischen Samstag zu Hause beziehen, können besonders nützlich sein.

\* Diese Arbeitsblätter - insbesondere die ersten drei - können auch für die Arbeit mit Kindern angewendet werden, die sich nicht im Autismus-Spektrum befinden.

**Joel Shaul, LCSW**



# Was machst du am samstagsmorgens?



7:00 bis 8:00	
8:00 bis 9:00	
9:00 bis 10:00	
10:00 bis 11:00	
11:00 bis 12 Uhr Mittag	

Bist du am Samstagmorgen jemals (kreise ein einen oder mehrere Wörter) ....

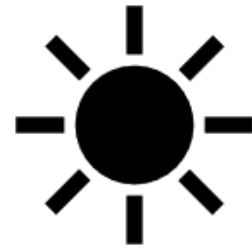
**Glücklich**

**Aufgeregt**

**Einsam**

**Gelangweilt**

# Was machst du samstagnachmittags?



12:00 to 1:00	
1:00 bis 2:00	
2:00 bis 3:00	
3:00 bis 4:00	
4:00 bis 5:00	
5:00 bis 6:00	

Bist du am Samstagnachmittag jemals (kreise ein einen oder mehrere Wörter) ....

**Glücklich**

**Aufgeregt**

**Einsam**

**Gelangweilt**

# Was machst du samstagabends?



6:00 bis 7:00	
7:00 bis 8:00	
8:00 bis 9:00	
9:00 bis 10:00	
10:00 bis 11:00	
11:00 bis Mitternacht	

Bist du am Samstagabend jemals (kreise ein einen oder mehrere Wörter) ....

**Glücklich**

**Aufgeregt**

**Einsam**

**Gelangweilt**

# Dinge, die ich gerne zu Hause tue, wenn ich alleine bin und Zeit habe.

Manchmal verbringen Menschen viel Zeit alleine zu Hause mit sich selbst.

Und du? Wie oft? (Wähle Wörter aus und kreise sie unten ein)

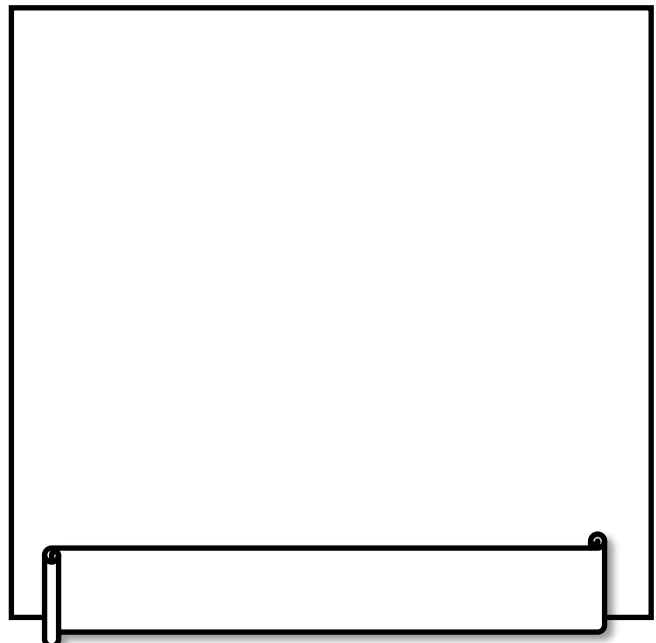
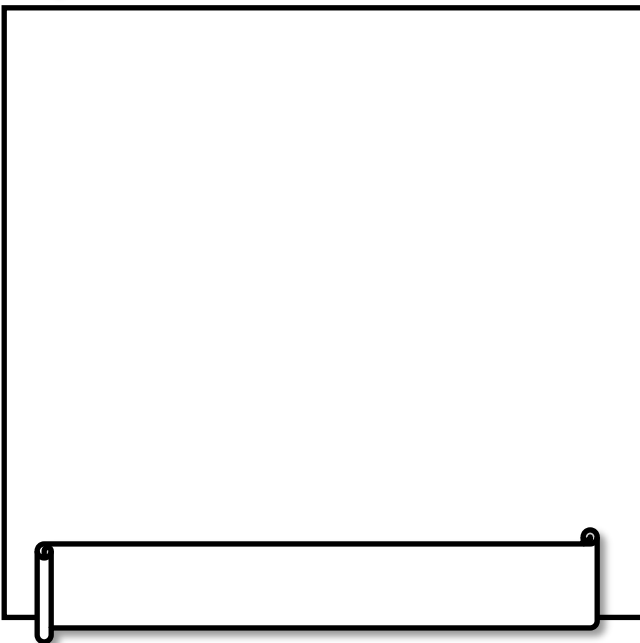
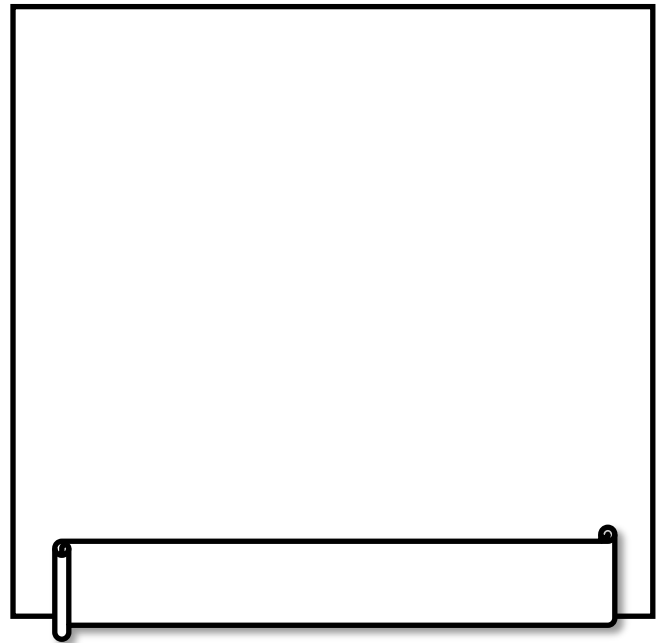
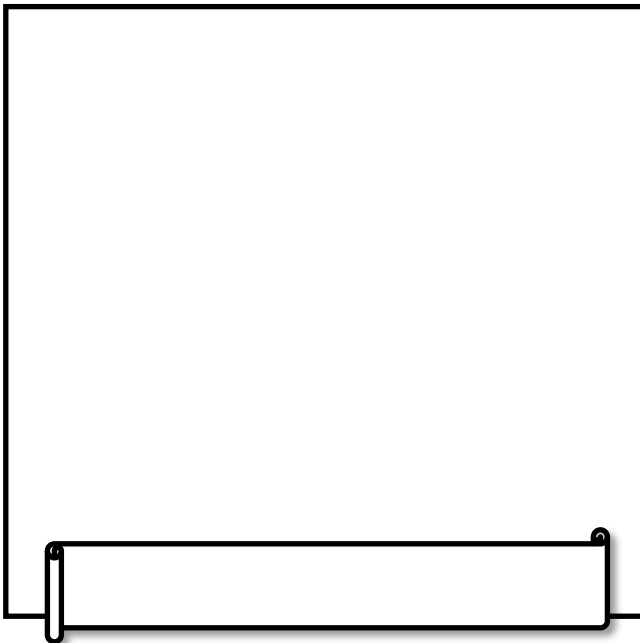
**Manchmal.**

**Sehr viel.**

**So viel wie ich kann.**

Schreibe unten einige der Dinge die du zu Hause gerne alleine machst.

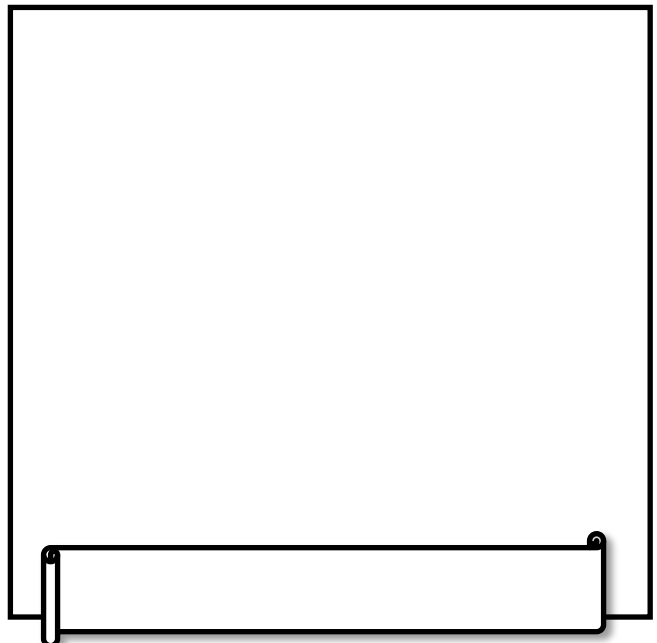
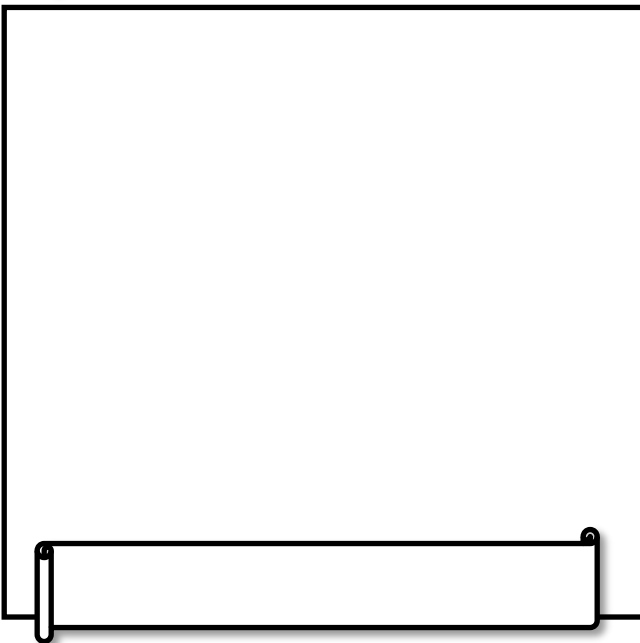
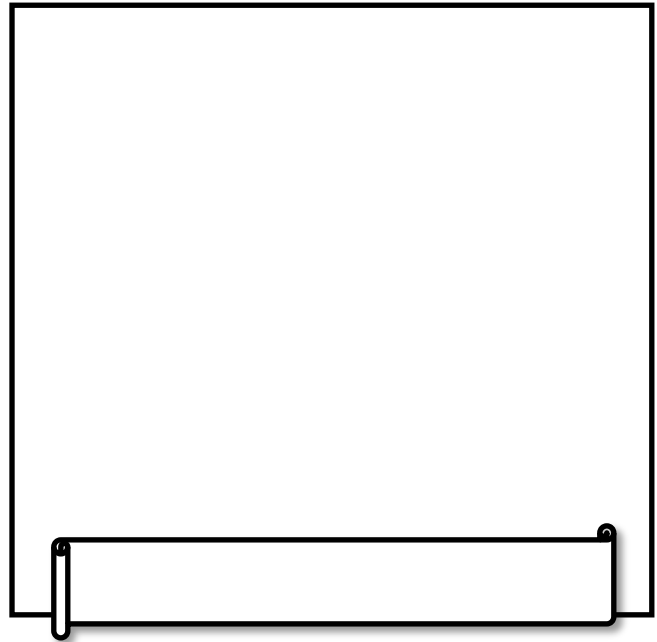
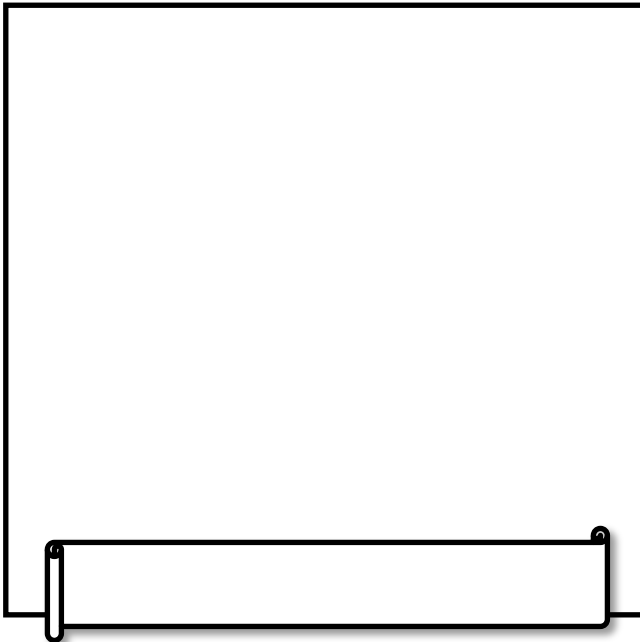
Du kannst auch Bilder zeichnen.



# Dinge, die mehr aktiv sind und die ich ausprobieren möchte

Was sind Dinge, die du ausprobieren würdest, die mehr **Aktivität** beinhalten?  
(aufstehen und sich mehr bewegen anstatt nur zu sitzen oder zu liegen)

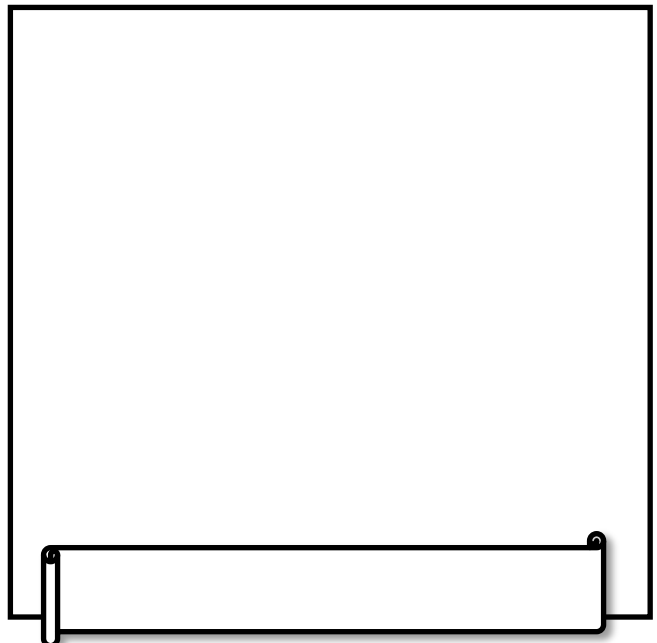
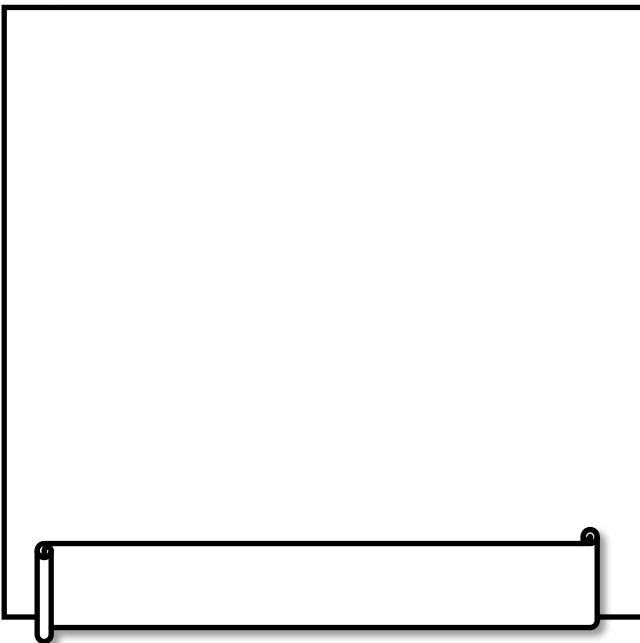
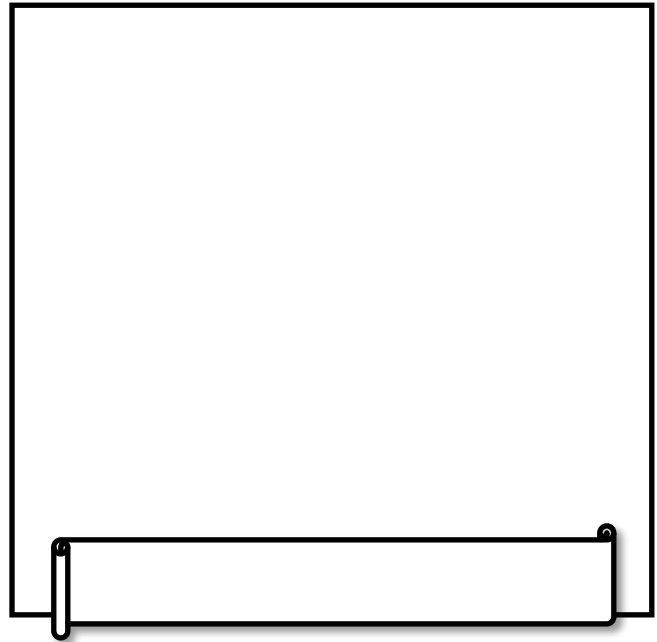
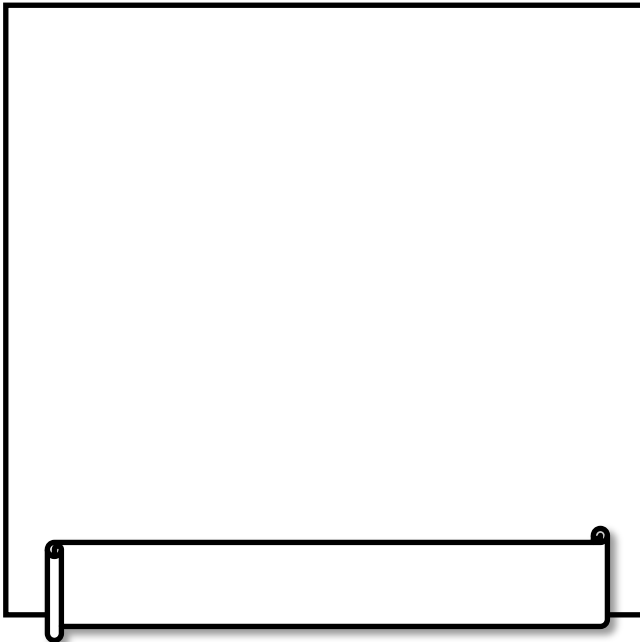
Schreibe unten einige Aktivitäten, die du vielleicht ausprobieren möchtest.  
Du kannst auch Bilder zeichnen.



Dinge, die ich vielleicht mit anderen  
ausprobieren möchte,  
anstatt sie nur alleine zu machen

Manchmal gewöhnt man sich zu sehr daran Dinge alleine zu machen. Wie ist das mit dir?

Schreibe unten einige Aktivitäten auf, die du mit anderen Menschen ausprobieren würdest statt sie alleine zu machen



## Manchmal braucht man Hilfe, wenn man etwas Neues ausprobieren möchte.

Falls du mehr aktiv werden und mehr Sachen mit anderen machen willst, bei welchen der folgenden Dinge wirst du Hilfe brauchen?

(Kreise diejenigen ein bei denen du Hilfe brauchst):

1. Ich mag es, Dinge allein zu tun. Ich will mich nicht ändern.
2. Ich weiß nicht, wie ich andere finden soll mit denen ich was machen könnte.
3. Ich denke, dass die anderen mich nicht mögen werden.
4. Meine Familie hat nicht genügend Geld sodass ich keine tollen Sachen draußen machen kann.
5. Ich denke, dass „aktivere“ Dinge mich zu müde machen werden.
6. Sonstige Sachen bei denen du Hilfe brauchst?

---

---

---

---

---

---