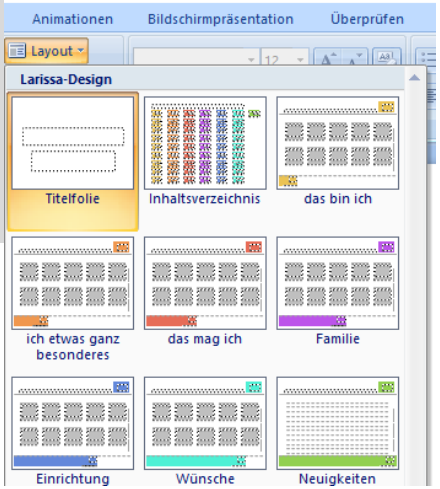


Ich-Buch 4.1plus

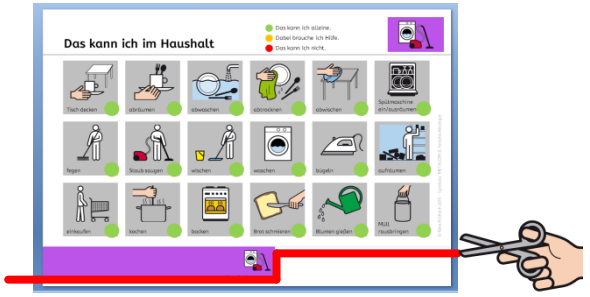


Diese Ich-Buch-Vorlage hat viele Seiten.
Füll die aus, die du brauchst.
Du kannst auch neue, leere Seiten einfügen, und unter Layout auswählen,
in welche Kategorie die Seite gehörten soll (gelb, orange, rot, lila, blau, türkis).



Wenn du manche Sachen nicht allen zeigen möchtest, kannst du sie abdecken.
Füge einfach vorher eine „geheime Seite“ aus dem Layout ein. Binde die Seite mit ins Buch.
Loche deine geheime Seite und die Abdeckung oben und unten und binde sie zusammen.

Schneide die Register unten aus, damit du dich besser orientieren kannst.
Am besten bevor die Seiten laminierst,
und danach noch mal mit ein bisschen Abstand zum Papier.
Dann hält es besser.





Auf einigen Seiten sind hellblaue Sprechblasen.
Da stehen Ideen drin, was alles auf diese Seite gehören könnte.
Die Sprechblasen solltest du dann löschen.

Ideen für die Deckblatt-Gestaltung

- viele Fotos aus verschiedenen Lebensaltern
- eine Spaß-Foto-Session machen: verkleiden, Kopfstand, Grimassen, ...
- Hintergrund malen, Foto und Name drauf kleben
- aus buntem Papier mit der Schneidemaschine streifen schneiden, aufkleben
- Formen aus schönem Papier ausstanzen, Seite damit bekleben, ganz oben Foto und Name drauf
- ... sei kreativ

Auf das Deckblatt sollte evtl. ein Hinweis für die Leser:

Dieses Buch hilft dir, mich etwas besser kennenzulernen

und zeigt dir, wie ich kommuniziere.

Bitte schaue es mit mir zusammen an,

damit wir dabei miteinander ins Gespräch kommen können!

Du musst mich auf jeden Fall fragen, bevor du es dir anschaust!

Manche Seiten sind richtig geheim, das merkst du dann schon.

Bitte hab Verständnis dafür, dass wir uns erst ein bisschen kennenlernen müssen,

bevor ich dir alles von mir erzähle.

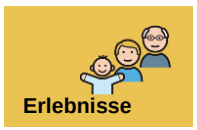
Das bin ich













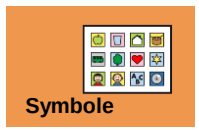












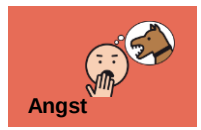






















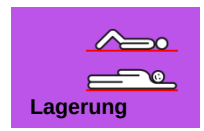










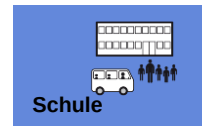










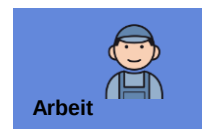


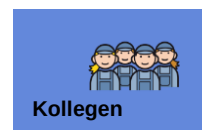












© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das bin ich

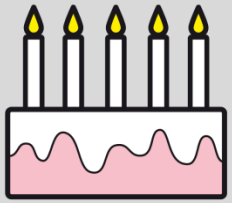
zuletzt aktualisiert am:

_____



Ich heiße

So sehe ich aus



Am 00.00.2000 habe ich Geburtstag.

Im Moment bin ich 00 Jahre alt.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Da wohne ich

zuletzt aktualisiert am:

_____

Hier wohne ich.

Das ist mein Zimmer.

Das ist die Adresse:

Straße
PLZ, Ort

Das ist unsere Telefonnummer:



0000/000000

Außer mir wohnen dort noch folgende Personen:

So fahre ich nach Hause.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

meine Familie

Pflegefamilie?
getrennte Eltern, neue Partner?
Onkels, Tanten, Cousinen, ...
evtl. auch unter Freunde?



zuletzt aktualisiert am:

_____



Zu Hause sprechen wir diese Sprache:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das ist meine Familie

meine Freunde



zuletzt aktualisiert am:

_____

Das sind meine Freunde

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das sind meine Freunde

weitere wichtige Menschen in meinem Leben



zuletzt aktualisiert am:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Wichtige Menschen

Das habe ich bisher erlebt



zuletzt aktualisiert am:

_____

- geboren in ...
- Umzüge
- Kindergarten
- Schule/Schulwechsel
- Operationen
- Krankheiten

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das habe ich erlebt

Stärken



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das sind meine Stärken

Ich bin etwas ganz Besonderes

zuletzt aktualisiert am:

_____




- Ticks
- damit nerve ich alle
- individuelle Eigenschaften

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Kommunikation

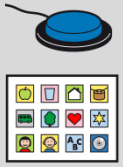


zuletzt aktualisiert am:

_____

Ich kann nicht (so gut) sprechen.

Daher nutze ich ... zum kommunizieren.

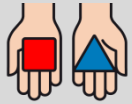


Wenn mir etwas gefällt,

drücke ich es so aus:



So wähle ich aus was ich möchte:



Am besten kannst du mich so fragen:



Wenn mir etwas nicht gefällt,
drücke ich es so aus:



Schmerzen drücke ich so aus:



© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Kommunikationspartner

zuletzt aktualisiert am:

_____

Wenn du dich mit mir unterhalten möchtest,
solltest du diese Regeln einhalten:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Ich kann diese Gebärden

zuletzt aktualisiert am:

_____

Ich habe Gebärden nach diesem System gelernt.	Diese Leute gebärden mit mir:			

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das ist mein Talker



zuletzt aktualisiert am:

_____

Seit 2000 habe ich einen ...Talker.	Am besten kennt sich XY mit meinem Talker aus.	So transportiere ich meinen Talker.	So muss mein Talker positioniert werden.	So muss mein Talker geladen werden.
Ich habe diese Ansteuerungshilfe.	Bei technischen Problemen kann XY helfen.	Neue Wörter speichert XY für mich.	Sicherungen für meinen Talker werden so gemacht.	Hier findest du eine Anleitung zu meinem Talker.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



mein Talker

Ich kommuniziere mit diesen Symbolen

zuletzt aktualisiert am:

_____

Ich benutze dieses Symbolsystem:	Ich wähle Symbole aus, indem ich...	Symbole sollten am besten so angeordnet sein:	Neue Symbole fügt XY für mich ein.	Fehlende Symbole werden hier gesammelt.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Meine Sprüche



zuletzt aktualisiert am:

_____

Ich benutze manchmal diese Redewendungen.
Dahinter steht, was das für dich bedeutet.

Echolalien kommen besonders bei Menschen aus dem Autismus-Spektrum häufig vor.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Mein Ich-Buch

zuletzt aktualisiert am:

_____

Dieses Ich-Buch habe ich seit 2000.	Ich habe es zusammen mit XY gemacht.	Die digitale Sicherung ist hier:	Änderungen mache ich zusammen mit:	Mein Ich-Buch ist immer hier:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Diese Sinneseindrücke mag ich besonders



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das mag ich

Lieblings ...

- Spielzeug
- Fernsehsendung
- Sport
- Aktivität mit anderen
- Aktivität alleine
- Musiker/Band
- Gegenstand
- Thema
- Interesse
- Ort
- Farbe
- Kuscheltier
- Wochenprogrammpunkt
- Schulfach
- Arbeit/Aufgabe
- Tier



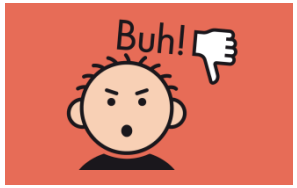
zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das mag ich nicht



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Davor habe ich Angst



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Auslöser – Reaktion - Hilfestellung



zuletzt aktualisiert am:

_____

Manchmal reagiere ich so

Das können Auslöser dafür sein:

So kannst du mir helfen:



Reaktionen

Das ist meine Lieblingskleidung



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Kleidung

Essen und Getränke

zuletzt aktualisiert am: _____



Das mag ich gerne 				Das mag ich nicht gerne 		
			 Hunger drücke ich so aus:			
			 Durst drücke ich so aus:			
			 Das darf ich **nicht** essen:			

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Essen + Getränke

Ernährung

- Wie muss das Essen zubereitet sein (passiert, ...)
- Zeichen für die Ankündigung der Essensituation
- regelmäßige Uhrzeit?
- Positionierung
- Wer macht das?
- Hilfsmittel (Besteck, Teller, Tellerrand, ...)
- Eigenaktivität



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das mache ich in meiner Freizeit



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



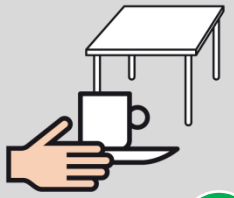
Freizeit

Das kann ich im Haushalt

- Das kann ich alleine.
- Dabei brauche ich Hilfe.
- Dabei brauche ich viel Hilfe.
- Das kann ich nicht.

zuletzt aktualisiert am:
August 2018

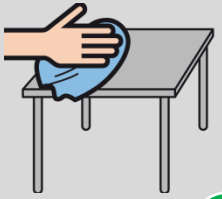



Tisch decken


abräumen


abwaschen


abtrocknen


abwischen


Spülmaschine ein/ausräumen


fegen


Staub saugen


wischen

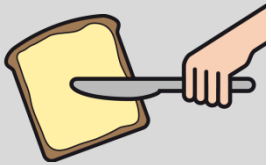

Wäsche wegbringen


aufräumen


einkaufen


kochen


backen


Brot schmieren


Blumen gießen


Müll rausbringen

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger





© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das kann ich bei der Körperpflege

Das kann ich alleine.
Dabei brauche ich Hilfe.
Das kann ich nicht.

zuletzt aktualisiert am: _____




Schuhe binden


Jacke anziehen

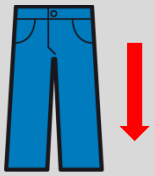

Jacke zumachen


schminken

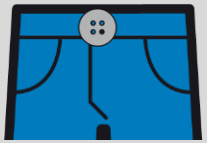

wenn ich meine Tage habe


rasieren


auf die Toilette gehen


Hose runterziehen


abwischen

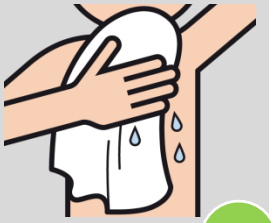

Hose zumachen


ans Händewaschen denken


ausziehen


duschen


Haare waschen


abtrocknen


Hygieneartikel benutzen


anziehen

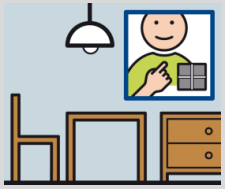
© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger


Körperpflege

Liebe und sexuelle Selbstbestimmung

zuletzt aktualisiert am:

_____



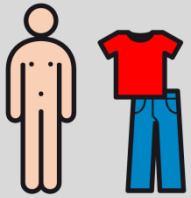
Wenn Du merkst, dass ich erregt bin, dann bringe mich bitte in mein Zimmer .



Hänge „bitte nicht stören“ an die Tür.



Ich möchte sitzen/ liegen….



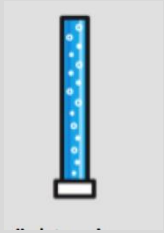
Ich würde mich gerne anfassen; bitte hilf mir mit meiner Kleidung.



Ich brauche...



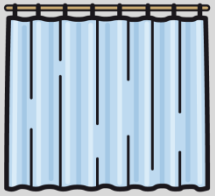
Ich möchte Zeit mit…allein verbringen.



Ich möchte ein besonderes Licht.

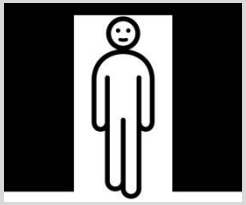


Ich möchte Musik.



Ich möchte:

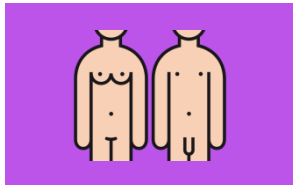
geschlossene Gardinen.



Schau zwischendurch mal nach mir.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

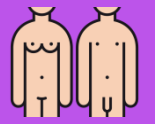
Liebe und sexuelle Selbstbestimmung



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Pflege

Möglichst genaue Beschreibung der Pflegesituation:
- Zeichen für die Ankündigung der Pflege
- regelmäßige Uhrzeit?
- Wer macht das?
- An welchem Ort?
- Wie ist der Ablauf?
- Benötigtes Material?
- Eigenaktivität



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Pflege

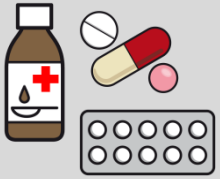
Ich muss diese Medizin nehmen



zuletzt aktualisiert am:

_____

Ich muss diese Medikamente nehmen:



Meine Medikamente sind hier:

Dabei musst du mir helfen:

Ich habe eine Allergie gegen:



Mein Medikament ist hier:

Dabei musst du mir helfen:

Ich habe Epilepsie!

Wenn ich einen Anfall habe muss du das tun:



Mein Notfall-Medikament ist hier:

Nach einem Anfall solltest du:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das sind meine Hilfsmittel

- Rollstuhl
- Gehhilfe
- Stehständer
- Brille
- Hörgerät, ...

→ Wo sind die Hilfsmittel?
→ Wobei brauche ich Hilfe?



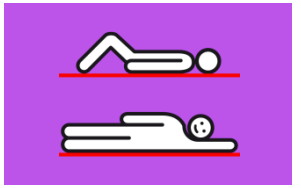
zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Lagerung

- Verschiedene Lagerungen (mit Foto)
- Zeichen für die Ankündigung der Umlagerung
- regelmäßige Uhrzeit?
- Wer macht das?
- Lagerungskissen, etc.
- Eigenaktivität



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Dabei brauche ich Hilfe

- Flaschen aufschrauben, Dosen öffnen
- Treppen/ zu einem anderen Ort laufen
- Stuhl ranschieben
- Rucksack aufziehen
- Ein- und aussteigen



zuletzt aktualisiert am:

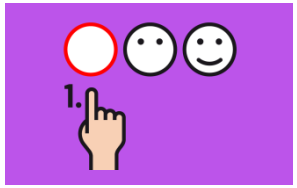
_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Hilfe

Handlungsplanung



zuletzt aktualisiert am:

_____

Für diese Situationen habe ich einen Plan, der mir hilft:

So sollte ein Plan aussehen:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das ist mein Kindergarten



zuletzt aktualisiert am:

_____

So sieht mein Kindergarten aus.	Der Kindergarten heißt ...	Das ist mein Gruppenraum.	Hier können wir draußen spielen.	Außerdem gibt es noch...
So komme ich zum Kindergarten.				

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das ist meine Kindergartengruppe



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das ist meine Schule

zuletzt aktualisiert am:

_____

So sieht meine Schule aus.

Die Schule heißt...

Das ist der Pausenhof.

Hier gibt es Mittagessen.

Hier machen wir Sport.

So komme ich in die Schule.



Die Schule geht von 00 bis 00 Uhr.

Das ist mein Klassenzimmer.

Das ist mein Arbeitsplatz.

Da kommen meine Sachen hin.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das ist meine Klasse



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



So kann ich gut lernen/arbeiten



zuletzt aktualisiert am:

_____

- So muss mein Arbeitsplatz gestaltet sein
- Diese Hilfsmittel brauche ich (Zwillingsschere, ...)
- Das sind Aufgaben die ich besonders gut kann (1:1-Zuordnungen, Kletten, Kleben, malen, ...)
- So müssen Aufgaben strukturiert sein
- Diese Pläne/Visualisierungen nutze ich
- So kann ich mein Material ordnen/aufräumen

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das kann ich in Deutsch

Ich kenne diese Buchstaben:

Mm	Rr	Dd	Au	-ng	St	Vv
Aa	Ss	Ei	Ww	Jj	ie	Qu
Ll	Tt	Ff	Sch	Öö	ck	Xx
Ee	Nn	Bb	Gg	Ch	Sp	Cc
Oo	Uu	Kk	Pf	Üü	Ää	Yy
Ii	Pp	Zz	Hh	Eu	Äu	ß

Ich kann lesen:



- Symbole
- einfache Wörter
- alle Wörter
- Sätze
- Texte

Ich kann schreiben:



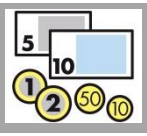
- mit dem Stift
- mit der Tastatur
- lautgetreu
- mit Rechtschreibregeln

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Das kann ich in Mathe

Ich kenne diese Zahlen:

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
50	100		1000	

- ○ + Ich kann PLUS rechnen im Zahlenraum bis ____
- ○ − Ich kann MINUS rechnen im Zahlenraum bis ____
- ○ · Ich kann MAL rechnen im Zahlenraum bis ____
- ○ : Ich kann GETEILT rechnen im Zahlenraum bis ____
- ○  Das kann ich im Umgang mit Geld:
- ○  Das kann ich beim Uhr lesen:

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Ich habe schon mal ein Praktikum gemacht



Einrichtung

Abteilung

Ansprechpartner

Zeitraum

Mo 00.00.2000

bis

Fr 00.00.2000

Das ist die Adresse:



Straße

PLZ, Ort

Telefonnummer:



000/00000

So komme ich zum Praktikum:

Das muss ich mitbringen:

Ins Praktikum begleitet mich:

Kontakt:

@ email-Adresse:

Telefonnummer:



© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



So war das Praktikum für mich

Fotos aus dem Praktikum

Das war super



Text Text Text

Das war doof



Text Text Text

Das konnte ich gut



Text Text Text

Das war schwierig



Text Text Text

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Hier arbeite ich



zuletzt aktualisiert am:

_____

In diesem Haus arbeite ich	Die Firma heißt...	Das ist mein Arbeitsraum.	Das ist mein Arbeitsplatz.	Hier machen wir Pause.

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Das sind meine Kollegen



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



meine Kollegen

Das wünsche ich mir



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



So möchte ich mal wohnen



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



So möchte ich mal wohnen

Da möchte ich mal arbeiten



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Diese Sachen übe ich gerade:



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Diese Neuigkeiten gibt’s zu berichten



© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger





© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger

Wenn mein Leben zu Ende geht



zuletzt aktualisiert am:

_____

© Nina Fröhlich 2015 - Symbole: METACOM © Annette Kitzinger



Abschied