

Das sollten Sie über mich wissen

Ich bin autistisch. Geräusche, Berührungen und Gespräche können für mich sehr anstrengend sein. Mit diesen Hinweisen klappt der Termin für uns beide besser.

Name

BERÜHRUNG

- ☐ bitte vorher ankündigen, wo Sie mich berühren
- ☐ Kopf nicht ohne Vorwarnung drehen oder neigen
- ☐ feste Berührung ist angenehmer als leichte
- ☐ Haare lieber nicht waschen / nur anfeuchten
- ☐ Umhang oder Halskrause locker / möglichst ohne

GERÄUSCHE

- ☐ bitte keinen Föhn
- ☐ Schere statt Haarschneidemaschine
- ☐ Maschine erst ankündigen und kurz zeigen
- ☐ Musik im Salon leiser, wenn möglich
- ☐ Gehörschutz darf aufbleiben, solange es geht

GESPRÄCH UND RÜCKFRAGEN

- ☐ bitte kein Smalltalk - ich bin lieber ruhig
- ☐ kurz sagen, was als Nächstes kommt
- ☐ bitte Ja-/Nein-Fragen stellen
- ☐ ich zeige lieber, als zu sprechen
- ☐ Rückfragen bitte an meine Begleitperson
- ☐ Spiegel stört mich / bitte nicht drehen

PAUSENSIGNAL

Wenn ich dieses Zeichen gebe:

bitte Schere oder Maschine vom Kopf nehmen und kurz warten.

So möchte ich meine Haare

Foto des gewünschten Schnitts

hier einkleben oder ausgedruckt mitbringen

Oben (Länge)

Seiten (Länge)

Nacken

Pony

Weitere Wünsche (z. B. Ohren frei, Scheitel, nicht zu kurz)

So läuft es für mich gut

- ☐ Termin ohne Wartezeit (z. B. erster Termin des Tages)
- ☐ Haare im Nacken mit Pinsel oder Tuch entfernen, nicht pusten
- ☐ nach dem Schnitt kurz in den Spiegel schauen lassen

Begleitperson / Telefon