

Notfallprotokoll: Reizüberflutung – Codename COSMO-A1

 Phase 1: Erste Anzeichen erkennen – „Sensoren glühen“

 Symptome: flacher Atem, Muskelanspannung, Geräusche zu laut, Licht zu hell, Sprache wird schwierig, Wunsch nach Rückzug.

Aktionen des Bordcomputers:

 „Achtung, Commander. Sensoren melden Überreizung. Schutzschildkalibrierung wird eingeleitet.“

 Aktivieren der „Ruhezone“: ein Ort mit gedimmtem Licht, leisen Frequenzen, klarer Struktur.

 Notfall-Kommunikator vorbereiten (z. B. Karte oder Knopf: „Ich brauche Pause“).

Phase 2: Rückzug aktivieren – „Raumkapsel-Modus“

 Ziel: Sofortige Reizreduktion. Alle nicht überlebenswichtigen Kommunikationskanäle stummschalten.

Befehle für Cosmo & Apollo (Betreuungspersonal oder eigene innere Stimmen):

 Cosmo sagt: „Commander, wir betreten die Stille-Zone. Bitte Raumanzug anlegen: Geräuschkämpfung, Lichtfilter, Isolierung aktiviert.“

 Apollo blinkt:    = „Notfall-Kapsel versiegelt. Gedanken dürfen flattern. Sprechen nicht nötig.“

Schritte:

Kopfhörer oder Ohrschutz einsetzen (→ „Antischall-Feld hochfahren“)

Sonnenbrille oder Kapuze tragen (→ „Lichtfilter auf 20%“)

In geschützte Umgebung zurückziehen (→ „Kommandomodul sichern“)

Beruhigendes Objekt bei sich tragen (→ „Taktile Stabilisierung“, z. B. Stoffhase)

Phase 3: System reboot – „Gravitationskonstante stabilisieren“

 Nach Abklingen der Reize beginnt die Kalibrierung. Alles darf langsam sein.

Protokollschritte:

 Reizpegel regelmäßig checken („Fühlometer“)

 Reaktivierung der Kommunikation nur auf freiwilliger Basis

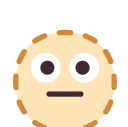
 Beruhigende Routinen durchspielen: Lieblingsmusik, Storytelling, Spiel mit bekannten Objekten

 Stoffhase-Backup-Einheit konsultieren

 Optional: Beruhigende Nahrung oder Getränk (z. B. Brühe, Tee, Knuspernteilchen)

Optionales Zusatzmodul: Helfer-Protokoll

Für Crew-Mitglieder (z. B. Betreuerin, Freunde, Kolleg:innen):

 „Bitte keine Fragen stellen“ – Sprachfunk nur bei ausdrücklicher Genehmigung aktivieren

 „Nur einfache, bekannte Routinen anbieten“

 „Anwesenheit ohne Interaktion ist wertvoll“ – Nähe ohne Druck

 „Berührung nur mit vorheriger Erlaubnis“ – Sicherheit hat Priorität



Finale: Stabilitätsprotokoll



System stabil. Commander wieder bei Kräften.



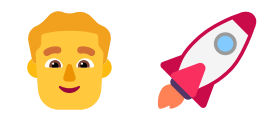
„Reizüberflutungs-Mission abgeschlossen“



Ereignis im Logbuch notieren (z. B. was war hilfreich, was nicht)



Auswertung für künftige Einsätze (mit Cosmo, Apollo oder Betreuerin besprechen)



Abschluss-Funk:

„Commander , das Universum ist wieder sicher. Cosmo und Apollo stehen jederzeit für dich bereit. Reizstürme kommen und gehen – dein Mut bleibt konstant wie die Gravitation.“