

## Tipps & Tricks

# Wie ein neuer Mensch Umgang mit Beeinträchtigungen



## Meine Rolle als Angehörige(r)

- Emotionen sind menschlich
- Reflektion, um mit Emotionen umzugehen
- Auf sich selbst achten
- Um wen geht es bei Entscheidungen?
- Akzeptanz und Rehabilitation als Prozess

## Unterstützung für Angehörige

- Selbsthilfegruppen für Angehörige
- Therapeutische Angebote
- Beratungsdienste
- Telefonseelsorge

## Umgang miteinander

- Wieviel Verantwortung übernehme ich?
- Beiden Beteiligten Pausen gönnen
- Man darf auch mal etwas verlangen
- Personen mit mehr Distanz einbeziehen

## Förderung

- Therapiewechsel, -pausen, -variationen
- Aufgaben für zu Hause erfragen

## Motivation und Ziele

- Formulieren und aufschreiben
- Realistische und gemeinsame Ziele aufschreiben
- Ziele als Motivator
- gegenseitige Ziele respektieren