

EMOTIONALE PROBLEME NACH EINEM SCHLAGANFALL: VERSTEHEN DER VERHALTENSÄNDERUNGEN

Schulung für Familienangehörige und Freunde einer Person, die einen Schlaganfall erlitten hat

Die neurologischen Ursprünge emotionaler Veränderungen verstehen, um die Verbindung aufrechtzuerhalten

Dauer : 2 Stunden	Module : 4 Module
Lektionen : 16 Lektionen	Zielgruppe : Familienangehörige und Freunde von Schlaganfallpatienten
Format : 100 % online, asynchron	Anbieter : N° 11757351875
Zertifizierung : Qualiopi	Preis : Auf Anfrage

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Beschreibung der Schulung

Nach einem Schlaganfall scheint sich die Persönlichkeit manchmal zu verändern: unkontrolliertes Weinen, plötzliche Wut, Gleichgültigkeit, ständige Angst. Diese emotionalen Umwälzungen werden oft von den Angehörigen als zweite Verletzung erlebt, da sie die Person, die sie geliebt haben, nicht mehr erkennen. Diese 2-stündige Schulung erklärt die neurologischen Ursprünge dieser Veränderungen und hilft den Familien, sie nicht als Ablehnung oder Versagen zu empfinden. Sie gibt konkrete Schlüssel an die Hand, um diese Prüfung zu bestehen, ohne die Verbindung zu verlieren. Die Schulung bietet praktische Werkzeuge für den Alltag und ermutigt Angehörige, auch für sich selbst zu sorgen.

Modulübersicht

MODULE 1	Warum sich das Verhalten nach einem Schlaganfall ändert	4 Lektionen
MODULE 2	Die Depression und die Angst nach einem Schlaganfall	4 Lektionen
MODULE 3	Leben mit diesen Veränderungen im Alltag	4 Lektionen
MODULE 4	Sich um sich selbst kümmern	4 Lektionen

Lernziele

Lernziele

- Die neurologischen Mechanismen verstehen, die emotionale und Verhaltensänderungen nach einem Schlaganfall erklären
- Depression, Angst, emotionale Labilität und Apathie bei Ihrem Angehörigen erkennen
- Konkrete Strategien zur Bewältigung emotionaler Krisen im Alltag anwenden
- Die familiäre Beziehung und die Verbindung trotz der Veränderungen aufrechterhalten
- Für sich selbst sorgen und Unterstützung suchen, um psychische Erschöpfung zu vermeiden

Allgemeine Informationen

Dauer	2 Stunden
Zielpublikum	Familienangehörige und Freunde einer Person, die einen Schlaganfall erlitten hat
Voraussetzungen	Keine
Preis	Auf Anfrage - Keine MwSt. (Artikel 261-4-4° des CGI)
Zertifizierung	Qualiopi - Teilnahmebescheinigung
Einrichtung	DYNSEO - Tätigkeitserklärungsnummer: 11757351875

Lektion 1 - Lektion 1 - Das emotionale Gehirn, das vom Schlaganfall betroffen ist

- Die Gehirnregionen, die an der Regulierung der Emotionen beteiligt sind
- Warum eine Gehirnverletzung die Art und Weise verändern kann, wie Emotionen ausgedrückt werden
- Der Unterschied zwischen einer Persönlichkeitsveränderung und einer neurologischen Veränderung
- Was das für die Verantwortung und die Beziehung zu Ihrem Angehörigen bedeutet

Lektion 2 - Lektion 2 - Die emotionale Labilität – unkontrolliertes Lachen und Weinen

- Definition: Emotionen, die überproportional und unkontrollierbar zum Ausdruck kommen
- Was Ihr Angehöriger fühlt: Scham, Unverständnis, das Gefühl, den Boden unter den Füßen zu verlieren
- Wie man reagiert, ohne eine Episode der Labilität zu verstärken oder zu minimieren
- Es ist keine Manipulation: warum es entscheidend ist, das zu verstehen

Lektion 3 - Lektion 3 - Reizbarkeit, Impulsivität und Desinhibition

- Warum Ihr Angehöriger verletzende Dinge sagt, die er früher nie gesagt hätte
- Die Desinhibition: unangemessene Verhaltensweisen oder Äußerungen neurologischen Ursprungs
- Die Impulsivität: übereilte Entscheidungen, Käufe, Risikobereitschaft
- Die Beziehung schützen, indem man versteht, dass nicht er spricht, sondern die Schädigung

Lektion 4 - Lektion 4 - Apathie und Verlust der Initiative – wenn Ihr Angehöriger nichts mehr tut

- Definition von Aboulie und Apathie nach einem Schlaganfall
- Fundamentaler Unterschied zwischen neurologischer Apathie und Depression oder Faulheit
- Was Sie tun können, um eine leichte Stimulation aufrechtzuerhalten, ohne zu drängen
- Warum das Drängen und die Schuldzuweisungen die Situation verschlimmern

Lektion 1 - Lektion 1 - Die Erkennung der post-stroke Depression

- Häufigkeit: betrifft 30 bis 50 % der Personen nach einem Schlaganfall
- Spezifische Anzeichen: anhaltende Traurigkeit, Interessenverlust, Verlangsamung, häufiges Weinen
- Unterscheidung zwischen Depression, Trauer und neurologischer Apathie
- Warum die Depression die Genesung hemmt und schnell behandelt werden muss

Lektion 2 - Lektion 2 - Einen depressiven Angehörigen unterstützen, ohne sich selbst zu erschöpfen

- Was Sie tun können: Präsenz, Zuhören, nicht bagatellisieren
- Was Sie nicht tun können: Depression durch Liebe oder Willenskraft heilen
- Die unterstützenden Sätze vs. die verletzenden Sätze
- Wann und wie man an einen Arzt oder Psychologen überweist

Lektion 3 - Lektion 3 - Die Angst nach einem Schlaganfall – in der Angst vor dem Morgen leben

- Die häufigsten Ängste: zweiter Schlaganfall, Sturz, Abhängigkeit, Tod
- Wie sich Angst manifestiert: Unruhe, wiederholte Anfragen, Festhalten
- Was Sie tun können, um eine beruhigende Umgebung zu schaffen
- Was die Angst verstärkt: Katastrophendenken, Überfürsorge, alarmierende Informationen

Lektion 4 - Lektion 4 - Das posttraumatische Stresssyndrom nach einem Schlaganfall

- Der Schlaganfall als traumatisches Ereignis: Flashbacks, Vermeidung, Hypervigilanz
- Wie man eine PTBS bei Ihrem Angehörigen erkennt
- Ihr eigenes Trauma als Zeuge: wenn auch Sie einen Schock erlebt haben
- An wen man sich wenden kann: Psychologe, Psychiater, Selbsthilfegruppen

Lektion 1 - Lektion 1 - Emotionale Krisen zu Hause bewältigen

- Bleiben Sie ruhig: Ihr emotionaler Zustand beeinflusst direkt den Ihres Angehörigen
- Bestätigen, ohne zu billigen: Ich sehe, dass du aufgewühlt bist, ohne es zu unterstützen
- Während der Krise nicht argumentieren: Warten, bis die Welle vorüber ist

- Was nachher zu tun ist: Sanft wieder Kontakt aufnehmen, ohne Groll

Lektion 2 - Lektion 2 - Die familiäre Lebensweise an die neuen emotionalen Realitäten anpassen

- Erklären Sie die Veränderungen den Kindern, Geschwistern und engen Freunden
- Schützen Sie die Momente des gewohnten Lebens trotz emotionaler Störungen
- Setzen Sie wohlwollende Grenzen, ohne Ihren Angehörigen abzulehnen
- Finden Sie Räume für Leichtigkeit und Humor trotz allem

Lektion 3 - Lektion 3 - Wenn die Paarbeziehung erschüttert wird

- Emotionale Veränderungen und ihre Auswirkungen auf die intime Beziehung
- Der Verlust der emotionalen Gegenseitigkeit: sich nicht mehr verstanden oder unterstützt fühlen
- Mit Ihrem Angehörigen über das, was Sie erleben, sprechen: wie, wann, mit welchen Worten
- Falls nötig eine Paarbegleitung finden: Therapie, Mediation

Lektion 4 - Lektion 4 - Die Verbindung trotz emotionaler Distanz aufrechterhalten

- Die Person, die Sie lieben, ist immer noch da, auch wenn sie sich anders ausdrückt
- Finden Sie die erhaltenen Verbindungskanäle: Blick, Berührung, Musik, Erinnerungen
- Geben Sie die Beziehung nicht auf, nur weil sie ihre Form geändert hat
- Erfahrungsberichte von Angehörigen, die diese Prüfung durchlebt und eine Verbindung wiederhergestellt haben

MODULE 4

Sich um sich selbst kümmern

4 Lektionen

Lektion 1 - Lektion 1 - Die Auswirkungen emotionaler Störungen auf Sie

- Auf Eiern laufen: die Erschöpfung des hypervigilanten Angehörigen
- Die Scham und die Isolation angesichts von schwer erklärbaren Verhaltensweisen
- Der Ärger, den Sie nicht auszudrücken wagen und der sich ansammelt
- Die Schuld, nicht mehr gleich zu lieben: eine menschliche und normale Reaktion

Lektion 2 - Lektion 2 - Nennen Sie, was Sie fühlen, ohne sich zu verurteilen

- Es ist normal, Wut, Ekel, Traurigkeit oder Ablehnung zu empfinden
- Diese Emotionen machen Sie nicht zu einem schlechten Helfer oder einem schlechten Angehörigen
- Finden Sie einen Raum, um sie auszudrücken: Tagebuch, Therapeut, Selbsthilfegruppe
- Tragen Sie nicht alles allein: Teilen Sie die emotionale Last mit anderen

Lektion 3 - Lektion 3 - Sich helfen lassen, ohne auf den Wendepunkt zu warten

- Die Signale, die darauf hinweisen, dass Sie jetzt Hilfe benötigen
- Psychologische Unterstützung für Angehörige: wie man einfach darauf zugreifen kann
- Selbsthilfegruppen für Angehörige von Schlaganfallpatienten
- Bestimmte Verantwortungen delegieren, um Ihre psychische Gesundheit zu bewahren

Lektion 4 - Lektion 4 - Ein Leben aufbauen, das sich nicht nur um den Schlaganfall dreht

- Aktivitäten, Beziehungen und Freuden bewahren, die Ihnen gehören
- Ihr Angehöriger sollte nicht Ihr einziges Lebensprojekt sein
- Das Recht auf Freude, auch wenn Ihr Angehöriger leidet
- Die Zukunft vorbereiten: Bedürfnisse antizipieren, ohne in ständiger Angst zu leben

Lehrmethoden

- 100 % online, auf unserer Lernplattform zugänglich
- In Ihrem eigenen Tempo: Sie können die Module konsultieren, wann Sie möchten
- Pädagogische Ressourcen: Videos, zusammenfassende Dokumente, praktische Tools
- Teilnahmebescheinigung am Ende der Schulung
- Möglichkeit der individuellen Unterstützung auf Anfrage