

# GEDÄCHTNIS, AUFMERKSAMKEIT UND ALLTAG NACH EINEM SCHÄDEL-HIRN-TRAUMA: PRAKTISCHE WERKZEUGE FÜR FAMILIEN

Eine Schulung für Familien und Angehörige von Personen mit kognitiven Störungen nach einem Schädel-Hirn-Trauma

Konkrete Lösungen, um den Alltag anzupassen und die kognitive Genesung zu begleiten

<b>Dauer</b> : 2 Stunden	<b>Module</b> : 4 Module
<b>Lektionen</b> : 16 Lektionen	<b>Zielgruppe</b> : Familien und Angehörige von TBI-Betroffenen
<b>Format</b> : 100 % online, asynchron	<b>Anbieter</b> : N° 11757351875
<b>Zertifizierung</b> : Qualiopi	<b>Preis</b> : Auf Anfrage

[www.dynseo.com/nos-formations](http://www.dynseo.com/nos-formations) | [contact@dynseo.com](mailto:contact@dynseo.com) | 09 66 93 84 22

## Beschreibung der Schulung

Diese 2-stündige Schulung richtet sich an Familien und Angehörige von Personen, die ein Schädel-Hirn-Trauma erlitten haben und anhaltende kognitive Störungen aufweisen. Häufige Vergesslichkeit, Schwierigkeiten bei der Organisation, Langsamkeit, Unfähigkeit, zwei Dinge gleichzeitig zu tun: Diese unsichtbaren Folgen erschweren den Alltag erheblich. Diese Schulung gibt den Familien konkrete und zugängliche Werkzeuge an die Hand, um das Leben zu Hause anzupassen, effektive Kompensationen zu schaffen und die kognitive Stimulation ohne Druck oder Entmutigung zu unterstützen. Sie lernen, kognitive Störungen zu verstehen, praktische Hilfsmittel einzusetzen, sinnvoll zu stimulieren und sich selbst als Angehörige zu schützen.

## Modulübersicht

<b>MODULE 1</b>	Verstehen der kognitiven Störungen nach TBI	4 Lektionen
<b>MODULE 2</b>	Die Hilfsmittel zu Hause	4 Lektionen
<b>MODULE 3</b>	Anregen, ohne zu erschöpfen	4 Lektionen
<b>MODULE 4</b>	Sich um sich selbst kümmern	4 Lektionen

## Lernziele

### Lernziele

- Die kognitiven Funktionen verstehen, die nach einem Schädel-Hirn-Trauma betroffen sind und ihre Auswirkungen auf den Alltag
- Praktische Kompensationswerkzeuge zu Hause einsetzen: Kalender, Checklisten, digitale Hilfsmittel
- Kognitive Stimulationsaktivitäten anpassen, ohne Ihren Angehörigen zu erschöpfen oder zu entmutigen
- Die Erschöpfung der Angehörigen erkennen und Unterstützung finden, um langfristig durchzuhalten

## Allgemeine Informationen

<b>Dauer</b>	2 Stunden
<b>Zielpublikum</b>	Familien und Angehörige von Personen mit kognitiven Störungen nach einem Schädel-Hirn-Trauma
<b>Voraussetzungen</b>	Keine
<b>Preis</b>	Auf Anfrage - Mehrwertsteuer nicht anwendbar (Artikel 261-4-4° des CGI)
<b>Zertifizierung</b>	Qualiopi - Bescheinigung über den Abschluss der Schulung
<b>Organisation</b>	DYNSEO - Tätigkeitserklärungsnummer: 11757351875

**Lektion 1 - Welche kognitiven Funktionen sind betroffen und wie?**

- Die Aufmerksamkeit: selektiv, nachhaltig, geteilt — alle können betroffen sein
- Das Gedächtnis: episodisch, prospektiv, Arbeitsgedächtnis — Auswirkungen auf den Alltag
- Die exekutiven Funktionen: planen, organisieren, initiieren, hemmen
- Die Verarbeitungsgeschwindigkeit: alles dauert länger, nicht aus Mangel an Willen

**Lektion 2 - Was diese Störungen im Alltag verändern**

- Ein Treffen vergessen, seine Sachen nicht mehr finden, den Faden eines Gesprächs verlieren
- Nicht mehr in der Lage sein, eine vollständige Mahlzeit ohne Hilfe zu kochen
- In einer einfachen Aufgabe verloren gehen, sie niemals beenden
- Die Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl: Scham, Frustration, schrittweiser Rückzug

**Lektion 3 - Die kognitive Ermüdung — der Verstärker aller Störungen**

- Warum Müdigkeit alle kognitiven Störungen nach einer traumatischen Hirnverletzung verschärft
- Das tägliche Energiefenster: Wichtige Aktivitäten in der Phase bester Verfassung organisieren
- Die Anzeichen von kognitiver Müdigkeit, die bei Ihrem Angehörigen zu erkennen sind
- Müdigkeit respektieren, ohne totale Sedentarisierung zu schaffen

**Lektion 4 - Die Entwicklung kognitiver Störungen im Laufe der Zeit**

- Die ersten beiden Jahre: die signifikanteste Erholung
- Was sich durch Rehabilitation und Stimulation verbessern kann
- Die Folgen, die langfristig bestehen bleiben können
- Seine Erwartungen im Laufe der Zeit anpassen, ohne auf Fortschritte zu verzichten

**Lektion 1 - Der Kalender und das Gedächtnisnotizbuch**

- Warum der Kalender das wichtigste Werkzeug nach einem TC ist: nicht optional, unverzichtbar
- Das richtige Format wählen: Papier oder digital, je nach den Vorlieben Ihres Angehörigen
- Wie man ihn wirklich nutzt: systematisch notieren, regelmäßig konsultieren
- Ihre Rolle: die Nutzung begleiten, ohne es selbst zu übernehmen

**Lektion 2 - Die Checklisten und visuellen Routinen**

- Checklisten für komplexe Aufgaben: Ankleiden, Essensvorbereitung, Ausflüge
- Die Morgen- und Abendroutinen visuell darstellen
- Wöchentliche Planungsübersichten: Die Woche visualisieren
- Diese Werkzeuge anpassen und mit Ihrem Angehörigen weiterentwickeln

**Lektion 3 - Die digitalen Hilfsmittel zur Kompensation**

- Erinnerungs- und Alarmanwendungen: wie man sie sinnvoll konfiguriert
- Sprachassistenten (Siri, Google, Alexa) als praktische Gedächtnisstützen
- Aufgabenverwaltungsanwendungen, die auf kognitive Störungen zugeschnitten sind
- Digitale kognitive Stimulation (JOE) als Rehabilitationswerkzeug für zu Hause

**Lektion 4 - Die physische Umgebung anpassen**

- Jede Sache hat ihren Platz, immer am selben Ort: die Gedächtnislast reduzieren
- Schubladen, Schränke, Stauraum beschriften
- Störfaktoren reduzieren: Fernsehen, Lärm, gleichzeitige Anforderungen
- Vereinfachen, um kognitive Ressourcen für das Wesentliche freizusetzen

**Lektion 1 - Warum kognitive Stimulation nach einer traumatischen Hirnverletzung (TC) essentiell ist**

- Die posttraumatische Hirnplastizität: stimulieren, um die Genesung zu fördern und die Erfolge zu erhalten
- Der Unterschied zwischen stimulieren und testen: das eine hilft, das andere entmutigt
- Die Stimulation in das alltägliche Leben integrieren, ohne eine belastende Arbeitssitzung zu schaffen

- Die wohlwollende Stimulation: immer im Fortschrittsbereich ohne Frustration

## Lektion 2 - Die Aktivitäten zur kognitiven Stimulation, die auf TC abgestimmt sind

- Kartenspiele, Puzzles, Kreuzworträtsel: die Schwierigkeit dem tatsächlichen Niveau anpassen
- Das Lesen und Hörbücher: die Verbindung zur Sprache und Kultur aufrechterhalten
- Handwerkliche und kreative Aktivitäten: stimulieren, ohne über die Sprache zu gehen
- Die sinnstiftenden Aktivitäten: Verbindung zur Identität und zu den Leidenschaften vor der TC

## Lektion 3 - JOE und die digitalen Stimulationswerkzeuge nutzen

- Die für das post-TC-Profil (JOE) geeigneten Anwendungen zur kognitiven Stimulation
- Wie man die Übungen je nach zu bearbeitenden Funktionen auswählt
- Eine Routine für die digitale Stimulation einrichten: Häufigkeit, Dauer, Rahmen
- Gemeinsam machen, anstatt allein vor dem Bildschirm zu lassen

## Lektion 4 - Was man nicht tun sollte

- Die Erinnerung Ihres Angehörigen testen, um zu sehen, ob er Fortschritte macht: kontraproduktiv und verletzend
- Jedes Vergessen oder jeden Fehler korrigieren: ermüdend für beide
- Die Leistungen einer Sitzung mit der anderen ängstlich vergleichen
- Die Stimulation abbrechen, weil Ihr Angehöriger einmal Widerstand geleistet hat

## MODULE 4

## Sich um sich selbst kümmern

4 Lektionen

### Lektion 1 - Die Erschöpfung im Zusammenhang mit kognitiven Störungen

- Die gleichen Informationen zehnmal am Tag wiederholen: eine echte und unterschätzte Erschöpfung
- Die Frustration über so langsame Fortschritte
- Die Einsamkeit angesichts einer unsichtbaren Krankheit, die das Umfeld nicht versteht
- Ihr eigenes kognitives und emotionales Erschöpfung erkennen

### Lektion 2 - Passen Sie Ihre Erwartungen an

- Die kognitive Wiederherstellung nach einer TBI braucht Zeit: Monate, manchmal Jahre
- Setzen Sie realistische und schrittweise Ziele mit dem Rehabilitations-Team
- Werten Sie kleine Fortschritte auf, anstatt sich auf das zu konzentrieren, was noch fehlt
- Leben Sie mit der Unsicherheit über die endgültige Genesung, ohne sich zu erschöpfen, indem Sie nach Gewissheiten suchen

### Lektion 3 - Unterstützung finden

- Sprechgruppen für Angehörige von Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen
- Psychologische Unterstützung: für Sie, nicht nur für Ihre Angehörigen
- Die UNAFTC und ihre Ressourcen für Familien
- Die Fachkräfte: Neuropsychologe, Sozialarbeiterin, Hausarzt

### Lektion 4 - Mit Klarheit antizipieren

- Die Bedürfnisse regelmäßig mit dem Rehabilitations-Team neu bewerten
- Die Bedürfnisse an menschlicher Hilfe antizipieren, falls die kognitiven Störungen bestehen bleiben
- Die verfügbaren Dienste: SAMSAH, SSIAD, spezialisierte häusliche Pflege
- Wichtige Entscheidungen treffen, indem Sie Ihren Angehörigen so weit wie möglich einbeziehen

## Lehrmethoden

- Schulung vollständig online, zugänglich 24/7 auf unserer Lernplattform
- Pädagogische Unterstützung per E-Mail und Live-Chat während der gesamten Schulung
- Videomodule, herunterladbare Ressourcen und praktische Arbeitsblätter
- Abschließendes Quiz zur Bewertung der erworbenen Kenntnisse
- Ausstellung einer Qualiopi-zertifizierten Bescheinigung über den Abschluss der Schulung