

Hilft Reden?

Reden hilft!



„Ich brauche mehr Freiraum für mich, habe aber Sorge, dass das missverstanden wird.“

„Ich möchte über das Thema Patientenverfügung sprechen, weiß aber nicht wie!“

„Ich finde mich nicht mehr attraktiv. Mein Bedürfnis nach Sexualität hat sich verändert.“

„Wann und mit wem soll ich über meine Sorgen sprechen?“
(Angehörige/r)

“Ich habe Angst!“

...Fällt es Ihnen schwer, überhaupt ein Gespräch zu beginnen über die Themen, die Sie beschäftigen in Zusammenhang mit der Erkrankung?

...Sind Sie unsicher, wann der passende Zeitpunkt ist?

Folgende Formulierung könnte hilfreich sein:

“Ich würde gerne etwas mit Dir besprechen, es fällt mir aber sehr schwer und ich weiß nicht, ob es der passende Zeitpunkt ist.”

...Sind Sie unsicher, was Ihre Gefühle und Bedürfnisse angeht?

Zu Beginn kann es helfen, Ihre Gefühle und Bedürfnisse überhaupt wahrzunehmen. Versuchen Sie, diese zu formulieren!

...Sind Sie unsicher, ob und wie Sie mit Ihren (kleinen) Kindern über Ihre Erkrankung sprechen könnten?

Unsere Erfahrung ist, dass Unausgesprochenes und die Fantasie oft schlimmer sind als die ausgesprochenen Gedanken!

...Oft wissen sowohl die Erkrankten als auch die Angehörigen nicht, was sie gegenseitig voneinander erwarten im Umgang mit der Erkrankung?

Wir hören sehr häufig, dass es geholfen hat, sein Gegenüber zu fragen, was sich verändert hat und was er/sie jetzt von Ihnen erwartet.

...Fällt es Ihnen schwer, überhaupt ein Gespräch zu beginnen über die Themen, die Sie beschäftigen in Zusammenhang mit der Erkrankung?

...Sind Sie unsicher, wann der passende Zeitpunkt ist?

Folgende Formulierung könnte hilfreich sein:

“Ich würde gerne etwas mit Dir besprechen, es fällt mir aber sehr schwer und ich weiß nicht, ob es der passende Zeitpunkt ist.”

...Sind Sie unsicher, was Ihre Gefühle und Bedürfnisse angeht?

Zu Beginn kann es helfen, Ihre Gefühle und Bedürfnisse überhaupt wahrzunehmen. Versuchen Sie, diese zu formulieren!

...Sind Sie unsicher, ob und wie Sie mit Ihren (kleinen) Kindern über Ihre Erkrankung sprechen könnten?

Unsere Erfahrung ist, dass Unausgesprochenes und die Fantasie oft schlimmer sind als die ausgesprochenen Gedanken!

...Oft wissen sowohl die Erkrankten als auch die Angehörigen nicht, was sie gegenseitig voneinander erwarten im Umgang mit der Erkrankung?

Wir hören sehr häufig, dass es geholfen hat, sein Gegenüber zu fragen, was sich verändert hat und was er/sie jetzt von Ihnen erwartet.