

KREATIVE LÖSUNGEN FINDEN

Manchmal braucht es kreative Lösungen, um das Leben mit Demenz gut für den Betroffenen und die Angehörigen zu gestalten. Dabei hilft es, verschiedene Sichtachsen einzunehmen. Dieses Worksheet soll dabei helfen, Lösungen für ein Problem zu finden. Dafür schlüpfst Du nacheinander in verschiedene Rollen - die des Träumers, des Realisierers und des Kritikers - und analysierst Deine Ideen aus diesen Perspektiven. Du kannst alleine oder - noch besser - mit einem Freund oder einer Freundin oder Deiner Familie auf die Suche gehen.

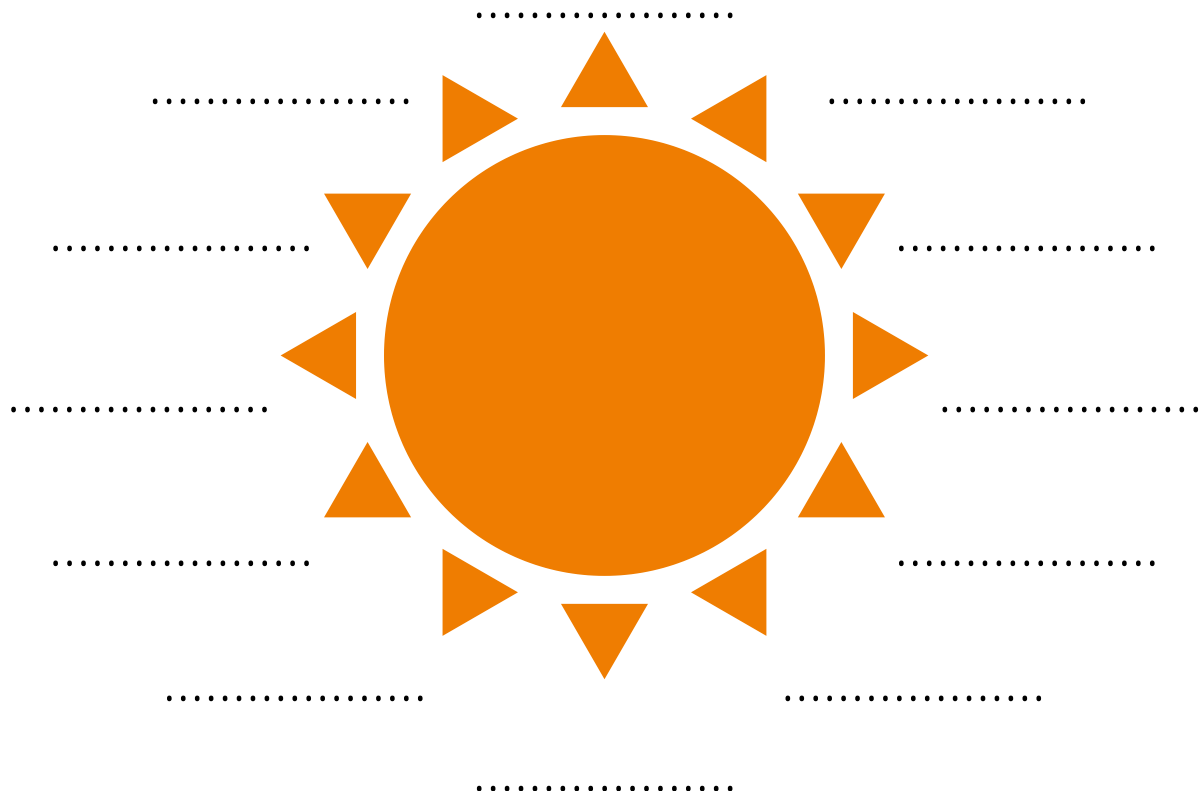


Schritt 1: Definiere das Problem, für das eine Lösung gesucht wird. Schlüpfte in die Rolle des Träumers und überlege, welche Möglichkeiten Dir dazu einfallen. Wichtig dabei: Diese dürfen ruhig anders, außergewöhnlich oder verrückt sein. Schreibe die Ideen an die Strahlen der Sonne.



DER TRÄUMER ENTWICKELT VIELE NEUE, VERRÜCKTE IDEEN

Wie sieht die ideale Situation aus? Was wünsche ich mir? Wovon träume ich? Gibt es hier eine völlig verrückte Idee?



Leben, Lieben, Pflegen - Der Podcast zu Demenz und Familie

www.lebenliebenpflegen.de

Autoren: Isabel Hartmann, Anja Kälin, Peggy Elfmann

Konzeption, Design und Umsetzung Worksheets: Isabel Hartmann



KREATIVE LÖSUNGEN FINDEN

Schritt 2: Jetzt ist es Zeit, die einzelnen Möglichkeiten genauer zu betrachten. Wähle eine Idee aus und analysiere diese aus der Perspektive des Realisierers und des Kritikers.



DER REALISIERER ÜBERLEGT, WIE SICH DIE IDEEN UMSETZEN LASSEN

Wie können wir das umsetzen? Welche Schritte müssen wir gehen? Was brauchen wir dafür? Welche Infos fehlen uns noch? Wer könnte sich darum kümmern?



DER KRITIKER PRÜFT DIE IDEEN GENAU AUF MÖGLICHE RISIKEN

Was haben wir übersehen? Wo liegen Schwächen oder Widersprüche? Was sind die Risiken? Wo könnte es Probleme geben? Was kann gar nicht funktionieren?

Schritt 3: Jetzt sind die anderen Möglichkeiten dran. Um diese zu analysieren, kannst Du diese Seite mehrmals ausdrucken. Am Ende kannst Du dann schauen, welche Ideen Du weiterverfolgen willst, welche Schritte Du als Nächstes dafür gehen musst und was es dabei zu bedenken gibt.

