

Inhalt

Einleitung

3 **Selbst-Handeln bei Anfällen**

Inhalt

8 **Entscheidungen**

8 **Das Rubikon-Modell**

18 **Wünsch dir was!**

22 **Jetzt bitte entscheiden!**

24 **Motivation einschätzen**

27 **Entscheidungen bewerten**

30 **Positive Entwicklungsziele formulieren**

39 **Mit den Anfällen zusammenarbeiten**

Anhang

42 **Merksätze**

44 **Vorstellung der Autor*innen**

46 **Wichtige Adressen**

46 **Literaturverzeichnis**

47 **Fremdwörterverzeichnis**

Impressum

Gerd Heinen, Rosa Michaelis,
Siegward Elsas:
Selbst-Handeln bei Anfällen.
Heft 2: entscheiden
Reihe Selbst-Handeln bei Anfällen
Hrsg. Gerd Heinen und Rosa Michaelis
1. Auflage 2021

© 2021 by Hippocampus Verlag
PF 1368, 53583 Bad Honnef
www.hippocampus.de

© 2021 by Pabst Science Publishers
Eichengrund 28, 49525 Lengerich
www.pabst-publishers.com

Redaktion
Gerd Heinen und Rosa Michaelis

Gestaltung und Illustration
Samson Kirschning, www.samsonapfel.de

eBook
ISBN 978-3-944551-59-3
ISBN 978-3-95853-656-2

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie, detaillierte bibliografische

Daten sind im Internet über
<http://dnb.ddb.de> abrufbar.

Alle Rechte vorbehalten
Dieses Werk ist urheberrechtlich geschützt. Die dadurch begründeten Rechte, insbesondere die der Übersetzung, des Nachdrucks, des Vortrages, der Entnahme von Abbildungen und Tabellen, der Vervielfältigung auf anderen Wegen und der Speicherung in Datenverarbeitungsanlagen, bleiben, auch bei nur auszugsweiser Verwertung, vorbehalten.

Danksagung

Dank an alle, die uns beim Erstellen dieser Arbeitsmaterialien mit Rat und Tat zur Seite gestanden haben. Sie haben die Qualität der Inhalte und ihre Lesbarkeit verbessert und zur Vermeidung von vielen kleineren und größeren Fehlern beigetragen. In inhaltlicher Hinsicht gilt das im Besonderen für Dr. phil. Christa Kopske und Dr. phil. Christiane Schmid-Schönbein. Hinsichtlich der Wortwahl und insbesondere, was die Rechtschreibung und die Satzzeichen angeht, ein riesiges Dankeschön an Cordula Michaelis. Ihren schier unermüdlichen und präzisen Blick schätzen wir sehr. Hier danken wir auch Ursula und Jürgen Kirschning, die ein letztes Fehlersieb aufgespannt haben. Hinsichtlich des Aussehens der Hefte (Grafik/Layout) Dank an Britta Wagemann, die

viele gute Ideen für die gelungene Gestaltung einbrachte. Nicht zuletzt auch einen riesigen Dank all den Probeleser*innen, die im Erstellungsprozess unsere Texte bereits in ihr Selbst-Handeln entweder aus Patient*innen- oder aus Therapeut*innen-sicht integriert haben. Ihre Fragen und Anregungen haben uns auf viele Probleme, Lücken und Missverständnisse aufmerksam gemacht. Mit dieser Hilfe konnten wir einen Grundstein für eine patientenorientierte Anfallsbehandlung legen, die nun gemeinsam weiterentwickelt werden soll.

Danke an die Fakultät für Gesundheit an der Universität Witten/Herdecke für finanzielle Unterstützung durch das interne Förderprogramm (Projekt IFF 2020-28).