

Vorwort	9
1 Hirnverletzung	11
1.1 Ursachen einer Hirnverletzung	11
1.1.1 Schlaganfall	11
1.1.2 Hirnblutung	11
1.1.3 Schädel-Hirn-Trauma (SHT)	12
1.1.4 Hirntumor	13
1.2 Folgen für den Alltag	13
1.2.1 Meist sichtbare Beeinträchtigungen	14
1.2.2 Meist unsichtbare Beeinträchtigungen	14
1.2.3 Tätigkeiten	15
1.2.4 Trauma	15
1.2.5 Selbstbild	16
1.3 Wer bin ich jetzt?	17
2 Hintergrund des Buches	21
2.1 ThinkTank	21
2.2 KoReferentInnen	24
2.2.1 Die Entwicklung	24
3 Vierundzwanzig Erfahrungen mit einer Hirnverletzung	31
3.1 ANDY – Fahren mit angehaltener Bremse	33
3.2 KUNIGUNDE – Es fehlt ein Stück von mir	37
3.3 BEATE – Ich ticke anders	44
3.4 ELVIRA – Ich lebe dauernd im Ausnahmezustand	51
3.5 ERIKA – Mein Hirn, das kapriziöse Haustier	60
3.6 SABINE – Ich bin mir fremd geworden	69
3.7 LAURA – Leben um die Hirnverletzung herum	84
3.8 RITA – Ei ohne Schale	92
3.9 ANTON – Der Boden unter meinen Füßen ist weg	93
3.10 HEIDY – Flussreise mit Stromschnellen	103
3.11 IRENE – Ich bin ratlos	110
3.12 YELLOW – Vollbremsung	113
3.13 KATHARINA – Ich möchte so genommen werden wie ich bin	121
3.14 MAJO – Alles funktioniert anders, ist anders	127
3.15 MANUELA – Unterwegs zu meiner Ganzheit	135
3.16 MARIA – Nichts ist richtig – ich auch nicht	140

3.17	MARKUS – Jeder positive Bericht ist eine Befreiung	150
3.18	MARLIES – Ich kann denken!	156
3.19	INGEBORG – Nicht weiter denken als von heute auf morgen	163
3.20	STEFAN – Heute bin ich, was ich bin	173
3.21	ROLF – Ich bin nicht mehr vollständig	175
3.22	IVONNE – Meine Verletzung ist meine Begleitung	181
3.23	PIERRE – Ich stehe im leeren Raum	195
3.24	TOM – Ich habe gelernt, abzuschliessen	207
4	Erfahrungen mit Beeinträchtigungen	215
4.1	Aufmerksamkeit – Konzentration	215
4.2	Wahrnehmung	223
4.2.1	Wahrnehmung Sinnesorgane	224
4.2.2	Wahrnehmung Körper	235
4.3	Denken – Planen - Handeln	250
4.4	Sprache	264
4.5	Gedächtnis – Lernen	270
4.6	Emotion, Gefühle	277
4.7	Persönlichkeit	287
4.8	Stress	298
4.9	Strategien	306
5	DEN ALLTAG LEBEN	313
5.1	Plastizität	313
5.2	Soziales Leben	314
5.3	Das Dilemma zwischen Zusammenbruch und Herausforderung	315
5.4	Ein dritter Weg	316
Anhang		317
	Literaturhinweise	317
	Stichwortverzeichnis	318
	Versicherungssystem Schweiz	321
	Versicherungssystem Deutschland	321
	Literaturverzeichnis zur Vertiefung	323
	Adressen im deutschsprachigen Raum	324
	Checklisten	325
	Kopfverletzung	325
	Traumacheck	326
	Austritt aus dem Spital und Unterstützung zu Hause	326
	Gedächtnishilfen	328
	Sitzung, Besprechung	328
	Ferien	330
	Dank	331