

HILFESTELLUNG BEI PLANUNG IM ALLTAG

orderung: Helft mir beim Planen
- aber nehmt mir nicht alles ab:

- Zeitmanagement, Termine oder
finanzielle Angelegenheiten sind
große Herausforderungen. Hier
wünschen wir uns
HILFE OHNE ENTMÜNDIGUNG

SCHUTZ VOR ÜBERFORDERUNG

Wunsch: „Helft mir, Grenzen zu
erkennen und zu wahren.“

Viele Betroffenen überschätzen
sich, sagen zu schnell „ja“ oder
geraten in gefährliche Situationen.
Sie brauchen Begleitung beim
Umgang mit Reizen, Stress und
sozialen Erwartungen.



FASD DEUTSCHLAND E.V.

Erwachsenenwochenende Fulda 2025
Karo C., Nico G., Nadja H., Benjamin P.
Sabine K., Michel M.

(Von Erwachsenen mit FASD)
www.fasd-deutschland.de

**ES GIBT 1000
FLYER VON
BERATERN &
FACHMENSCHEN;
DIESES IST DER
ERSTE VON
PROFIS***

*VON MENSCHEN MIT FASD

fasd[®]
Deutschland

aufklären • beraten • helfen

**Für Bezugspersonen
und Angehörige**

Individuelle Unterstützung statt Einheitslösungen

Forderung: „Versteht meine
besonderen Bedürfnisse - ich bin
nicht wie andere.“

Erwachsene mit FASD fordern,
dass ihre individuelle Belastbarkeit,
ihre Tempo und ihre Lebenssituation
ernst genommen werden.

Geduld und Akzeptanz

Wunsch: „Habt Geduld mit mir,
auch wenn ich Fehler mache.“

Viele Betroffenen sind stark
verunsichert durch wiederkehrende
Misserfolge und reagieren sensibel
auf Kritik. Geduldige, beständige
Bezugspersonen geben Sicherheit.

Verstehen statt Verurteilen

Wunsch: „Seht, dass ich nicht
absichtlich ‚schwierig‘ bin.“

Viele Betroffenen wünschen sich,
dass Bezugspersonen verstehen,
dass Verhaltensweisen (z.B. Ver-
gesslichkeit, Impulsivität) Folgen
der Hirnschädigung sind - keine
böse Absicht oder Faulheit.

Klarheit und Struktur

Forderung: „Gebt mir klare
Anweisungen - am besten
schriftlich oder visuell.“

Unklare Aussagen,
Mehrdeutigkeiten oder zu viele
Informationen auf einmal
überfordern. Rituale,
Wiederholungen und einfache
Sprache helfen im Alltag.

Mitspracherecht und Respekt

Wunsch: „Fragt mich - nicht nur
über mich reden!“

Erwachsene mit FASD wollen in
Entscheidungen einbezogen
werden und nicht übergangen
werden. Sie fordern respektvolle
Kommunikation auf Augenhöhe.

Vertraulichkeit und Schutz der Privatsphäre

Wunsch: „Behandelt mein Leben
diskret - ich bin kein ‚Fall‘.“

Erwachsene mit FASD möchten
nicht ständig auf ihre Diagnose re-
duziert werden oder sich entblößt
fühlen.