



## Leben mit AVWS

### Mit Gefühlen umgehen

#### Einige Betroffene benennen Gefühle von Angst und Sorge.

Wie zum Beispiel:

- Angst und Panik vor großen Menschenansammlungen
- Verzweifeln bei Nicht-Verstehen in wichtigen Situationen wie beispielsweise bei Zug-Ansagen
- Sorge, nichts mitzubekommen
- Sorge vor Ablehnung, weshalb nicht von der eigenen AVWS erzählt wird
- Sorge, dass der Körper nicht mehr funktioniert

#### Viele Betroffene benennen Gefühle von Frustration und Ärger.

Wie zum Beispiel:

- Ärger darüber, nicht reagieren zu können, wenn sie angesprochen werden
- Frustration darüber, ein Handicap zu haben
- Genervt sein, weil sie in den Worten hängen bleiben und das Gesagte nicht herausbekommen, wenn es wichtig ist
- Unzufriedenheit, weil sie nicht mithalten können, obwohl sie sich Mühe gibt
- Frustration darüber, immer wieder Dinge wegen der AVWS einfordern zu müssen

#### Vereinzelt benennen Betroffene Gefühle von Trauer.

Weil zum Beispiel:

- er der Einzige in der Familie mit einem Handicap ist
- andere sie als „Mensch mit Problemen“ wahrnehmen
- er seinen Wunsch-Beruf wegen der AVWS nicht ausüben kann
- andere ihr fehlende Aufmerksamkeit unterstellen

#### Vereinzelt benennen Betroffene Gefühle von Unsicherheit und Scham.

Wie zum Beispiel:

- Scham, weil sie nicht mitbekommt, worüber gesprochen wird, und nachfragen muss
- Unsicherheit aufgrund von Miss-Verständnissen, weshalb er es unterlässt, nachzufragen

#### Oftmals beschreiben Betroffene, dass sie sich durch die AVWS teilweise gestresst fühlen.

Weil zum Beispiel:

- er sich Informationen nicht merken kann
- sie sich um die Organisation einer FM-Anlage kümmern muss
- er sich nicht ausreichend erholen kann und deshalb alles zu viel wird