

Les neurodivergences dans la pratique

Neurodivergenzen in der Praxis

Comprendre avant d'interpréter

Verstehen, bevor man interpretiert

Questions bienvenues pendant toute la conférence

Fragen sind während der ganzen Konferenz willkommen

Cédric Goedecke

Vivre neurodivergent

Toujours neurodivergent

Pas de répit

Notre réalité

Neurodivergent leben

Immer neurodivergent

Keine Auszeit davon

Unsere Realität

Ce qu'on ne voit pas

Observer

Anticiper

Décoder

Masquer

Se surveiller

Tenir

Was man nicht sieht

Beobachten

Vorausdenken

Entschlüsseln

Verbergen

Sich kontrollieren

Durchhalten

L'adaptation permanente

S'ajuster

Se conformer

Éviter le rejet

Rester acceptable

Passer inaperçu

Ständige Anpassung

Sich anpassen

Sich fügen

Ablehnung vermeiden

Akzeptabel bleiben

Nicht auffallen

Le coût

Fatigue

Surcharge

Hypervigilance

Tension

Après-coup

Épuisement

Der Preis

Müdigkeit

Überlastung

Hypervigilanz

Anspannung

Nachwirkungen

Erschöpfung

L'estime de soi

Efforts peu vus

Difficultés très vues

Honte

Culpabilité

« Je suis le problème »

Selbstwert

Wenig gesehene Anstrengung

Sehr sichtbare Schwierigkeiten

Scham

Schuldgefühl

„Ich bin das Problem“

Communication

Littéralité

Questions vagues

Trop d'infos

Consignes floues

Répondre en direct

Kommunikation

Wörtliches Verstehen

Vage Fragen

Zu viele Infos

Unklare Anweisungen

Sofort antworten müssen

Environnement

Bruit

Lumière

Attente

Interruptions

Surcharge sensorielle

Umgebung

Lärm

Licht

Warten

Unterbrechungen

Sensorische Überlastung

Le rythme est un effort

Latence

Pauses

Temps de traitement

Récupération

Effort d'adaptation

Das Tempo ist bereits Anstrengung

Verzögerung

Pausen

Verarbeitungszeit

Erholung

Anpassungsleistung

Une même demande n'a pas le même coût

Même phrase

Autre réalité

Autre coût

Autre risque

Accident invisible

Dieselbe Anforderung hat nicht für alle denselben Preis

Gleicher Satz

Andere Realität

Andere Kosten

Anderes Risiko

Unsichtbare Überforderung

La réalité du patient

Partir du réel

Pas du supposé

Pas du “normal”

Pas du “il suffit”

Die Realität des Patienten

Vom Realen ausgehen

Nicht vom Vermuteten

Nicht vom „Normalen“

Nicht vom „Man muss nur ...“

Visible / invisible

Visible : ça paraît évident

Invisible : on exige quand même

Paraplégie → se lever ?

Cécité → lire un formulaire ?

Dyslexie → écrire un mail ?

Hyperlaxité → forcer l'amplitude ?

Sichtbar / unsichtbar

Sichtbar: Das wirkt selbstverständlich

Unsichtbar: Man verlangt es trotzdem

Paraplegie → aufstehen?

Blindheit → ein Formular lesen?

Dyslexie → eine E-Mail schreiben?

Hypermobilität → Beweglichkeit erzwingen?

Même logique en santé mentale

Dépression → “faut se motiver” ?

Anxiété → “c’est simple” ?

TDAH → “il suffit d’y penser” ?

Épuisement → “faites un effort” ?

Die gleiche Logik in der psychischen Gesundheit

Depression → „man muss sich motivieren“?

Angst → „das ist doch einfach“?

ADHS → „man muss nur daran denken“?

Erschöpfung → „geben Sie sich Mühe“?

Quand ça ne marche pas

Pas seulement :

« Pourquoi il ne l'a pas fait ? »

Aussi :

« Qu'est-ce qui l'en a empêché ? »

Wenn es nicht klappt

Nicht nur:

„Warum hat er es nicht gemacht?“

Auch:

„Was hat ihn daran gehindert?“

Retard / absence / oubli

Retard

Rendez-vous manqué

Mail non envoyé

Formulaire non rempli

Signal de difficulté

Verspätung / Abwesenheit / Vergessen

Verspätung

Verpasster Termin

E-Mail nicht gesendet

Formular nicht ausgefüllt

Signal einer Schwierigkeit

Un rendez-vous manqué peut être un cri silencieux

Prendre rendez-vous = déjà un effort

Se déplacer = encore un effort

Faire demi-tour = parfois “trop difficile”

L'absence n'est pas toujours un refus

Ein verpasster Termin kann ein stiller Hilferuf sein

Einen Termin vereinbaren = bereits Anstrengung

Der Weg dorthin = noch eine Anstrengung

Umkehren = manchmal „zu schwierig“

Das Fernbleiben ist nicht immer Verweigerung

Trouver l'obstacle avant la solution

Obstacle d'abord

Interaction possible

Diagnostic plus juste

Solution plus applicable

Erst das Hindernis verstehen, dann die Lösung

Erst das Hindernis

Interaktion möglich

Treffendere Diagnose

Besser umsetzbare Lösung

Une solution inapplicable n'est pas une solution

Bon médicament

Pharmacie inaccessible

Bon d'IRM

Démarche impossible

Solution inutilisable

Eine unpraktikable Lösung ist keine Lösung

Gutes Medikament

Apotheke nicht erreichbar

MRT-Verordnung

Unmöglicher Ablauf

Nicht nutzbare Lösung

Conclusion

Chercher l'effort invisible

Relire les échecs autrement

Rendre le soin praticable

Fazit

Unsichtbare Anstrengung sehen

Misserfolge anders lesen

Versorgung praktikabel machen

Votez

Cédric Goedecke

cedric@goedecke.ch

