

### Angebot für AssistenznehmerInnen

*Termin:*  
**Samstag, 23.10.2010 Nr. 5**

*Zeit:*  
11.00–15.00 Uhr

*Teilnehmerzahl:*  
maximal 14 Personen

*Kosten:*  
5,00 Euro für Assistenznehmer der LW  
7,00 EUR für externe Teilnehmer  
*Bitte direkt vor Ort bar bezahlen!*

*Zielgruppe:*  
Assistenznehmer der Lebenswege und  
weitere Interessierte

*Veranstaltungsort:*  
Geschäftsstelle Lebenswege gGmbH  
Hinterhaus, Seminarraum 3. OG  
Gubener Str. 49, 10243 Berlin

*Kontakt:*  
Tel.: 030 – 446 872 0  
Fax: 030 – 446 872 -40  
fortbildung@lebenswege-berlin.de

## Ein bisschen Abstand bitte! Distanz und Nähe in der Assistenz

Ein Gesprächskreis für AssistenznehmerInnen

**Fabian Schwarz** *Dipl.-Psychologe, Lebenswege gGmbH*  
*- lebt mit Assistenz -*

Sich gegenseitig vertrauen und einander mögen – das gehört zu guter Assistenz unbedingt dazu. Aber so wichtig diese Nähe in vielen Assistenzsituationen ist, manchmal ist es auch wichtig, ein bisschen Abstand gegenüber den Assistentinnen und Assistenten zu gewinnen. Denn nicht alles möchte Frau oder Mann mit der Assistenz teilen, nicht alles erzählen, nicht jeden Lebensbereich offen legen.

Das Bestehen auf die eigene Privatsphäre ist nicht immer einfach. Deshalb wollen wir uns im Gesprächskreis einmal darüber austauschen, wie wir die nötige Distanz in unserer Assistenz gewinnen können.

Folgende Fragen könnten dabei zur Sprache kommen:

- Wie viel Nähe tut mir eigentlich gut, und wie viel Distanz benötige ich?
- Was alles möchte ich eigentlich für mich behalten, und was darf die Assistenz ruhig wissen?
- Wie kann ich der Assistenz deutlich machen, dass ich für mich allein sein möchte, ohne sie zu verletzen?
- Wie sieht es eigentlich aus mit meinen Rechten und Pflichten als Assistenznehmerin bzw. Assistenznehmer? Was darf ich überhaupt von meiner Assistenz verlangen? Und was nicht?
- Wie gehen Assistenz und Freundschaft zusammen? Und was mache ich, wenn ich mich in meine Assistenz verliebe?