

INHALT

Vorwort	9
Zum Konzept des Buches	12
Ein gelungener Start?	14
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Was ist Professionalität in der Pflege? ..	15
Problemerläuterung: Berufliche Rollenkonflikte durch unterschiedliche Erwartungen	17
Schritt 2 – Lösungsweg: Rollendistanz entwickeln	20
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Lösungen finden und umsetzen	21
Schritt 4 – Reflexion: Was wurde erreicht?	22
Was ist gutes Altern, was ist schlechtes Altern?	23
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Das Verständnis vom Alter und Altern	24
Problemerläuterung: Veränderungen im Alter – Theorien	26
Schritt 2 – Lösungsweg: Die eigenen Einstellungen zum Alter reflektieren	31
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Strategien umsetzen, erfolgreiches Altern (mit-)gestalten	31
Schritt 4 – Reflexion: Motivation durch Erfolg	32
Die unfreundliche und unkooperative Bewohnerin	33
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Angemessene Kommunikation in der Pflege	34
Problemerläuterung I: Der Teufelskreis gescheiterter Kommunikation	35
Problemerörterung II: Patronisierende Kommunikation/»Secondary Baby Talk«	37
Schritt 2 – Lösungsweg: Erfolgreich kommunizieren	38
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Konstruktive Kommunikation erproben ..	39
Schritt 4 – Reflexion: Professionelle Kommunikation ist wertvoll	39
»Was versteht sie überhaupt?«	40
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Jedes Verhalten ist Kommunikation ..	41
Problemerläuterung I: Kommunikation und das Selbstwertgefühl	44
Problemerläuterung II: Nonverbale Kommunikation und Emotionen	46

Schritt 2 – Lösungswege: Nonverbale Signale wahrnehmen, Emotionen deuten	48
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Pflegerische Maßnahmen nicht ohne Beziehungsgestaltung	50
Schritt 4 – Reflexion: Fehlerkorrektur und ein neuer Anfang	52
Ekel: Dilemma zwischen Pflicht und Flucht	53
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Eigene Gefühle wahrnehmen	54
Problemläuterung: Ekelgefühle in der Pflege	54
Schritt 2 – Lösungsweg: Eigene Ekelgefühle beeinflussen lernen	55
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Ekelgefühle nicht verdrängen, Achtsamkeit mit sich selbst	56
Schritt 4 – Reflexion: Souveränität und Ausgeglichenheit helfen bei der Überwindung von Ekel	57
Verzweiflung: Eine starke Emotion!	58
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Beruhigungsstrategien bei starken Emotionen eines Bewohners	59
Problemläuterung I: Emotionen oder Rationalität – was steuert das Verhalten?	60
Problemläuterung II: Die linke und die rechte Hirnhälfte	63
Schritt 2 – Lösungsweg: Hirnhälften integrieren	64
Schritt 3 – Handlungsoptionen: »Sich-gefühlt-Fühlen«, die Integration der beiden Hirnhälften umsetzen	65
Schritt 4 – Reflexion: Individuelle Angebote stabilisieren	66
Der plötzliche Wutausbruch	67
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Wut als Zeichen der Fehlanpassung wahrnehmen	68
Problemläuterung: Strategien im Alter – Selektion, Optimierung und Kompensation	68
Schritt 2 – Lösungswege: Wut zähmen	72
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Bewältigung von Verlusten unterstützen, Wutausbrüche vermeiden	72
Schritt 4 – Reflexion: Änderungen und Privatsphäre beachten	74

Demenz – eine ganz eigene Welt	75
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Desorientierung bei Demenz	76
Problemläuterung: Zugänge zur Realität eines Demenzkranken	78
Schritt 2 – Lösungsweg: Andere Realitäten akzeptieren	81
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Innere Sicherheit vermitteln	82
Schritt 4 – Reflexion: Akzeptanz der »anderen Welt«	83
 Heim ist kein Daheim	 84
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Altenheim als »Heim« für alte Menschen verstehen	85
Schritt 2 – Lösungswege: Autonomie der Bewohner fördern	93
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Aktivität und Selbstbestimmung ermög- lichen	96
Schritt 4 – Reflexion: Strukturen finden und Freiheiten gewähren	100
 Biografiearbeit	 102
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Unberücksichtigte Biografie und Erfahrungen der Betroffenen	103
Schritt 2 – Lösungswege: Biografische Zugänge suchen	107
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Erinnerungen durch Biografiearbeit erleben lassen	110
Schritt 4 – Reflexion: Biografien berücksichtigen	113
 Intimpflege	 115
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Tabuthemen Geschlechtlichkeit und Sexualität	116
Schritt 2: – Lösungswege: Dem Geschlecht seinen Platz geben	122
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Verständnis für die Rollen der Pflege- kräfte erweitern	124
Schritt 4 – Reflexion: Enttabuisierung vorantreiben	125
 Gewalt! Wo beginnt sie?	 126
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Gewalt begreifen und adäquat erfassen	127
Schritt 2 – Lösungswege: Feindseligkeit und Aggression bzw. Gewalt verstehen	131
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Strategien zur Gewaltvermeidung	134
Schritt 4 – Reflexion: Das eigene Verhalten kritisch prüfen	135

Tod eines alten Mannes	136
Schritt 1 – Das Problem erkennen: Sterben in den Einrichtungen der stationären Altenpflege	137
Schritt 2 – Lösungswege: Sterben und Tod begegnen	140
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Tod anerkennen und Sterben begleiten ..	142
Schritt 4 – Reflexion: Offenheit und Miteinander	143
 Jetzt reicht's: Schluss!?	144
Schritt 1 – Das Problem erkennen: die Hilflosigkeit der Helfer	145
Schritt 2 – Lösungswege: Schwachstellen- und Ressourcenanalyse durchführen	148
Schritt 3 – Handlungsoptionen: Im Beruf bleiben, Rahmenbedingungen ändern	150
Schritt 4 – Reflexion: Perspektiven eröffnen	150
 Zum Schluss	151
 Literatur	153
 Register	158