

Downloadmaterialien	8
Vorwort	9
Betätigungsorientierung – Was ist das?	12
Was ist eine »Betätigung«?	12
Personenzentrierung	14
Der Kontext	15
Bedeutungsvolles Handeln und die persönlichen Werte	16
Alltagsorientierung	18
Die unterstützende Rolle überdenken	20
Betätigung und Wohlbefinden	21
Zielsetzungen	22
Empfehlungen aus Wissenschaft und Praxis	23
Evidenzbasierte Praxis	25
Primärforschung	26
Systematische Übersichtsarbeiten	27
Leitlinien	27
Verständnis von Krankheit und Gesundheit	30
Salutogenese	30
Recovery	33
Personenzentrierung	34
Selbstbestimmung	35
Ressourcenorientierung	41
Peer-Support	46
Akzeptanz	48
Hoffnung und Zuversicht	49
Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit (ICF)	51
Biomedizinische Perspektive	52
Bio-psycho-soziales Modell	52

Therapeutische Verfahren und Methoden	59
Akzeptanz- und Commitment-Therapie (ACT)	59
Von Erlebnisvermeidung zur Akzeptanz	61
Von kognitiver Fusion zu Defusion	65
Von Abwesenheit zu Präsenz	66
Vom Konzept-Selbst zum beobachtenden Selbst	70
Von der Erwartungs- zur Werteorientierung	75
Vom getriebenen zum engagierten Handeln – Commitment	78
Achtsamkeitsbasierte kognitive Therapie	84
Umgang mit Gedanken und Emotionen	85
Achtsamkeit und der Sein-Modus	89
Aktivität	101
Compassion Focused Therapy (CFT)	105
Compassion – Mitgefühl	106
Wie Emotionen entstehen	110
Mithühlend handeln	134
Was ist Mitgefühl, was nicht?	139
Behavioral Activation Therapy	144
Vorgehensweise	146
Ziele formulieren und skalieren	163
Ziele werteorientiert formulieren	164
Spezifisch	164
Messbar	165
Attraktiv	166
Realistisch	169
Terminiert	171
Ziele skalieren: Goal Attainment Scaling	172
Auswahl der Ziele	173
Skalierung der Ziele	174
Das Goal Attainment Scaling in Forschung und Praxis	175
Warum GAS?	180

Beziehungsgestaltung	184
Partizipative Entscheidungsfindung	184
Menschenbild und Haltung	185
Die unterstützende Rolle	187
Praxis der betätigungsorientierten Arbeit	189
Informationen vermitteln	189
Das beobachtende Selbst: Die Basis	189
Der aktuelle Moment: Leben in der Realität	191
Gedanken: Die Ideen unserer Problemlösungsmaschine	192
Emotionen: Aufmerksamkeitsbedürftige und bewegende Signale	193
Werteorientierung	196
Tun: Bedeutungsvoll und fürsorglich handeln	198
Die praktische Arbeit	201
Betätigungen identifizieren und analysieren	203
Betätigungsanalyse: Wo begegne ich Schwierigkeiten?	206
Wertebasierte Ziele: Was will ich auf meinem Weg erreichen?	207
Intervention: Wie erreiche ich mein Ziel?	208
Reflexion: Bin ich noch auf meinem Weg?	211
Literaturverzeichnis	212
Stichwortverzeichnis	220