

Inhaltsverzeichnis

1	Achtsamkeit im Alltag	1
1.2	Achtung in der Theologie	2
1.3	Achtsamkeit in der Psychologie	6
1.4	Achtung in der Philosophie	8
1.5	Mindfulness im Management	10
1.6	Situationen im Alltag	10
2	Soziale Wahrnehmung	23
2.1	Was bedeutet Wahrnehmung?	24
2.2	Wahrnehmung fördern	28
2.3	Soziale Wahrnehmung	30
2.4	Soziale Wahrnehmung im Gesundheitswesen	33
2.5	Einflüsse auf die soziale Wahrnehmung	34
2.6	Soziale Wahrnehmung fördern	41
3	Achtung in der Kommunikation	57
3.1	Wie wir kommunizieren	58
3.2	Formen der Kommunikation	59
3.3	Kommunikation im Gesundheitswesen	66
3.4	Typische Situationen	77
4	Achtung Körperkontakt	89
4.1	Soziale Distanz	90
4.2	Intimsphäre	91
5	Bewusste Ernährung	95
5.1	Ernährungszustand	96
5.2	Ernährungsgewohnheiten	97
5.3	Nahrungskarenz	98
5.4	Soziale Aspekte der Ernährung	99
5.5	Nahrungsverweigerung	106
5.6	Ethische Fallbesprechung	108
6	Angst und Verwirrung	113
6.1	Angst	114
6.2	Umgang mit Ängsten	117
6.3	Desorientiertheit	128
6.4	Umgang mit Orientierungsstörungen	129
7	Unachtsamkeit	139
7.1	Faktoren der Unachtsamkeit	140
7.2	Achtlosigkeit	143

8	Achtung Angehörige	155
8.1	Angehörige als Beobachter	156
8.2	Angehörige als Laienpflege	157
8.3	Angehörige als Partner	160
8.4	Angehörige als Hinterbliebene	162
9	Achtsamkeit im gesellschaftlichen Kontext	165
9.1	Hippokratischer Eid	167
9.2	Pflege-Charta	168
9.3	Der ICN-Kodex	170
9.4	Berufspolitik	175
9.5	Gesellschaftliches Umfeld	175
10	Achtsamkeit in der Kooperation	177
10.1	Kooperation im Team	178
10.2	Konflikte	179
11	Selbstachtung	187
11.1	Selbstachtung	188
11.2	Selbstmanagement	189
11.3	Selbstpflege	191
11.4	»Alltagsmanagement«	194
	Literatur	197
	Stichwortverzeichnis	199