

1	Tipps zum Lernen für die Ausbildung	15	Inhalt
Lernfeld:			
Lernen lernen			
2	Altersforschung und Altersdefinitionen	19	
Lernfeld:			
Theoretische Grundlagen in das altenpflegerische Handeln einbeziehen			
2.1	Was ist Gerontologie?	19	
2.2	Wann ist man eigentlich alt?	21	
2.3	Zur Geschichte der Altersforschung	23	
2.4	Wiederholen und Vertiefen	26	
3	Wahrnehmung	27	
Lernfeld:			
Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren			
3.1	Der Begriff Wahrnehmung	27	
3.2	Reizüberflutung und sensorische Deprivation	28	
3.3	Der Prozess der Wahrnehmung	30	
3.4	Gestaltpsychologische Wahrnehmungsgesetze	34	
3.5	Was die Wahrnehmung beeinflusst	37	
3.6	Wahrnehmungsstörungen	37	
3.7	Veränderungen der Wahrnehmung im Alter	38	
3.8	Soziale Wahrnehmung	39	
3.8.1	Beurteilungsfehler bei der sozialen Wahrnehmung	40	
3.8.2	Fremdbild und Selbstbild	41	
3.8.3	Stereotype	43	
3.8.4	Altersstereotype	44	
3.9	Wiederholen und Vertiefen	46	
4	Sozialwissenschaftliche Methoden und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis	48	
Lernfeld:			
Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren			
4.1	Wissenschaft gegenüber Alltagswissen	48	
4.2	Sozialwissenschaftliche Methoden	52	
4.2.1	Wissenschaftliche Gütekriterien	52	
4.2.2	Test	53	
4.2.3	Beobachtung	58	
4.2.4	Experiment	60	
4.2.5	Befragung	61	
4.2.6	Soziometrie	63	
4.2.7	Inhaltsanalyse	64	
4.3	Längsschnittstudien und Querschnittstudien	65	
4.4	Evaluationsstudien	66	
4.5	Methodenkenntnisse und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis	67	
4.6	Wiederholen und Vertiefen	69	

Inhalt	5	Geriatrisches Assessment	71
Lernfeld:			
Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren			
5.1	Geriatrisches Assessment: Warum und wozu?	71	
5.2	Durchführung des geriatrischen Assessments	72	
5.3	Assessmentinstrumente	73	
5.3.1	Screening nach Lachs	73	
5.3.2	Instrumente des Basisassessments	75	
5.3.3	Barthel-Index und Hamburger Einstufungsmanual	75	
5.3.4	Timed Up and Go	80	
5.3.5	Mini Mental Status Test	80	
5.4	Wiederholen und Vertiefen	83	
6	Lernen und Gedächtnis	85	
Lernfelder:			
Lernen lernen			
Alte Menschen bei der Tagesgestaltung und bei selbst organisierten Aktivitäten unterstützen			
6.1	Lernen	86	
6.2	Lerntheorien	87	
6.2.1	Klassische Konditionierung	87	
6.2.2	Instrumentelle Konditionierung	89	
6.2.3	Lernen am Modell	94	
6.2.4	Lernen durch Einsicht	96	
6.3	Gedächtnis im Alltag	98	
6.4	Das Drei-Speicher-Modell des Gedächtnisses	99	
6.4.1	Das sensorische Gedächtnis	99	
6.4.2	Das Kurzzeitgedächtnis	100	
6.4.3	Das Langzeitgedächtnis	101	
6.5	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen	102	
6.6	Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter	102	
6.6.1	Fluide und kristallisierte Intelligenz	103	
6.6.2	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter	105	
6.6.3	Folgerungen für das Lernen mit älteren Teilnehmerinnen und Teilnehmern	105	
6.7	Wiederholen und Vertiefen	106	
7	Entwicklungsprozesse und Persönlichkeit im Alter aus psychologischer Sicht	107	
Lernfelder:			
Theoretische Grundlagen in das altenpflegerische Handeln einbeziehen			
Lebenswelten und soziale Netzwerke alter Menschen beim altenpflegerischen Handeln berücksichtigen			
7.1	Die Begriffe Entwicklung und Persönlichkeit	108	
7.2	Entwicklung	109	
7.3	Merkmale von Entwicklungsprozessen	109	
7.4	Anlage oder Umwelt?	110	
7.5	Entwicklungspsychologie	112	
7.5.1	Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	113	

7.6	Konzepte zu Entwicklungsprozessen im Lebenslauf	114	Inhalt
7.6.1	Entwicklungsaufgaben	115	
7.6.2	Eriksons Modell der psychosozialen Entwicklungskrisen	116	
7.6.3	Kritische Lebensereignisse	118	
7.6.4	Das SOK-Modell: Selektive Optimierung mit Kompensation	119	
7.7	Persönlichkeit	121	
7.8	Persönlichkeitsbeurteilung im Alltag	121	
7.9	Wissenschaftliche Persönlichkeitsbeurteilung	122	
7.9.1	Ein eigenschaftstheoretisches Konzept: die „big five“	122	
7.9.2	Ein psychodynamisches Konzept: Freuds Instanzenmodell	125	
7.10	Persönlichkeit im Alter	129	
7.11	Wiederholen und Vertiefen	131	
8	Lebensbedingungen und soziale Situation alter Menschen in unserer Gesellschaft	133	
	Lernfeld:		
	Lebenswelten und soziale Netzwerke alter Menschen beim altenpflegerischen Handeln berücksichtigen		
8.1	Altersstruktur der deutschen Bevölkerung	134	
8.1.1	Prognosen – wie wird sich die Altersstruktur weiterhin entwickeln?	135	
8.2	Lebenserwartung	136	
8.2.1	Durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland	138	
8.2.2	Langlebigkeit	139	
8.3	Familienstand alter Menschen	141	
8.4	Einkommen alter Menschen	143	
8.5	Der Austritt aus dem Berufsleben	144	
8.6	Privathaushalte älterer Menschen	146	
8.7	Pflegebedürftigkeit	147	
8.8	Alte Menschen und ihre Teilhabe am öffentlichen Leben	148	
8.9	Kultursensible Pflege	151	
8.10	Einrichtungen und Angebote für ältere Menschen	156	
8.11	Modelle und Theorien zur Lebenssituation alter Menschen in unserer Gesellschaft	158	
8.11.1	Kompetenzmodelle	158	
8.11.2	Aktivitätstheorie	159	
8.11.3	Disengagement-Theorie	161	
8.11.4	Kontinuitätstheorie	162	
8.11.5	Etikettierungsansatz	163	
8.11.6	Sozioemotionale Selektivität	163	
8.11.7	Intergenerationelle Solidarität	164	
8.11.8	Dependency Support Script	165	
8.12	Wiederholen und Vertiefen	167	
9	Wohnen im Alter	169	
	Lernfeld:		
	Alte Menschen bei der Wohnraum- und Wohnumfeldgestaltung unterstützen		
9.1	Wohnen in Privatwohnungen	169	
9.2	Wohnen im Heim	170	

Inhalt	9.2.1	Der Umzug ins Heim – eine schwierige Entscheidung	171
	9.2.2	Vorstellungen vom Leben im Heim	171
	9.2.3	Vor- und Nachteile des Lebens im Heim	172
	9.2.4	Das Pflegeheim als „totale Institution“?	173
	9.3	Geeignete Wohnbedingungen für alte Menschen	174
	9.3.1	Anforderungen an das Wohnen im Heim	175
	9.4	Betreutes Wohnen	176
	9.5	Haus- und Wohngemeinschaften	177
	9.6	Wiederholen und Vertiefen	178
10	Kommunikation und Gesprächsführung	179	
Lernfelder:			
	Anleiten, beraten und Gespräche führen		
	Berufliches Selbstverständnis entwickeln		
	Mit Krisen und schwierigen sozialen Situationen umgehen		
10.1	Wie wir anderen etwas mitteilen	179	
10.2	Zwei Axiome zur menschlichen Kommunikation	180	
10.3	Kommunikationsmodelle	181	
10.3.1	Sender-Empfänger-Modell	181	
10.3.2	Die vier Seiten einer Nachricht	182	
10.3.3	Transaktionsanalyse	184	
10.4	Einflüsse auf den Verlauf von Gesprächen	185	
10.5	Missverständnisse und Kommunikationsstörungen	187	
10.6	Methoden der Gesprächsführung	187	
10.6.1	Metakommunikation	187	
10.6.2	Ich-Botschaften formulieren	188	
10.6.3	Feed-back geben und entgegennehmen	190	
10.6.4	Themenzentrierte Interaktion	191	
10.6.5	Partnerzentrierte Gesprächsführung	192	
10.6.6	Empathie, Akzeptanz, Kongruenz	193	
10.6.7	Aktives Zuhören	193	
10.6.8	Was häufig falsch gemacht wird	194	
10.7	Gesprächssituationen in der Altenpflege	195	
10.7.1	Gespräche mit alten Menschen in Krisensituationen	197	
10.7.2	Kommunikation mit Menschen, die sich verbal nicht äußern können	200	
10.8	Wiederholen und Vertiefen	200	
11	Gruppenprozesse verstehen und Gruppenaktivitäten unterstützen	204	
Lernfelder:			
	Alte Menschen bei der Tagesgestaltung und bei selbst organisierten Aktivitäten unterstützen		
	Berufliches Selbstverständnis entwickeln		
11.1	Verhalten und Erleben in Gruppen	206	
11.2	Merkmale von Gruppen	206	
11.2.1	Gruppenkohäsion	207	
11.2.2	Normen	207	

11.2.3	Rollen	209	Inhalt
11.3	Gruppenphasen	212	
11.3.1	Die Anfangsphase	212	
11.3.2	Die Orientierungsphase	214	
11.3.3	Die Integrationsphase	215	
11.3.4	Die Differenzierungsphase	217	
11.3.5	Die Auflösungsphase	218	
11.4	Gruppenangebote für ältere Menschen	220	
11.5	Teilnehmerorientierte Gruppenleitung	221	
11.6	Ein Beispiel für Gruppenarbeit in der stationären Altenpflege: Das Redaktionsteam der Heimzeitung „Hoppla“	222	
11.6.1	Interview mit der Redaktion	224	
11.7	Wiederholen und Vertiefen	229	
12	Interventionen gezielt und begründet einsetzen	230	
Lernfelder:			
Theoretische Grundlagen in das altenpflegerische Handeln einbeziehen			
Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren			
12.1	Interventionen	230	
12.1.1	Einteilungsmöglichkeiten von Interventionen	231	
12.2	Für Wohlbefinden im Alter sorgen: eine lebenslange Aufgabe	232	
12.3	Voraussetzungen und Bedingungen für den Einsatz von Interventionen	234	
12.4	Interventionsgerontologie	236	
12.4.1	Grundlagen der Interventionsgerontologie	236	
12.4.2	Ziele und Aufgaben der Interventionsgerontologie	237	
12.5	Wiederholen und Vertiefen	238	
13	Grundlagen der Gerontopsychiatrie	239	
Lernfeld:			
Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen			
13.1	Was ist normal, was ist psychisch krank?	239	
13.2	Zum Umgang mit psychisch kranken Menschen	241	
13.2.1	Suchhaltung	242	
13.3	Grundlegende Begriffe aus der Psychiatrie	243	
13.4	Klassifizierung psychischer Erkrankungen	247	
13.5	Der psychopathologische Befund	249	
12.6	Wiederholen und Vertiefen	254	
14	Psychische Erkrankungen im Alter	256	
Lernfeld:			
Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen			
14.1	Besonderheiten psychischer Erkrankungen im Alter	256	
14.2	Wichtige psychiatrische Krankheitsbilder im Alter	257	
14.3	Demenzen	258	
14.3.1	Ursachen von Demenzen	258	
14.3.2	Verbreitung und Formen von Demenzen	259	

Inhalt	14.3.3 Symptome bei Demenzen	261
	14.3.4 Verlauf der Alzheimer-Demenz	264
	14.3.5 Zum Umgang mit demenziell erkrankten Menschen	265
	14.3.6 Therapeutische Interventionen und Betreuungskonzepte für Menschen mit demenziellen Erkrankungen	269
14.4	Akute Verwirrtheitszustände	271
14.4.1	Delir	271
14.4.2	Andere akute Verwirrtheitszustände	271
14.4.3	Verlauf, Ursachen und Risikofaktoren von organisch bedingten akuten Verwirrtheitszuständen	272
14.4.4	Zum Umgang mit akut verwirrten Menschen	273
14.5	Depressionen	274
14.5.1	Klassifikation von Depressionen	275
14.5.2	Symptomatik bei Depressionen	276
14.5.3	Ursachen und Risikofaktoren von Depressionen	277
14.5.4	Psychogene Depressionen bei älteren Menschen: Ursachen und Risikofaktoren	279
14.5.5	Zum Umgang mit depressiv erkrankten Menschen	280
14.5.6	Therapeutische Interventionen für depressiv erkrankte Menschen	281
14.6	Wahnstörungen	284
14.6.1	Wahninhalte	285
14.6.2	Symptomatik und Folgeprobleme bei Wahnstörungen	285
14.6.3	Therapie und Betreuung bei Wahnstörungen	286
14.7	Abhängigkeit	287
14.7.1	Alkoholabhängigkeit	288
14.7.2	Medikamentenabhängigkeit	291
14.8	Wiederholen und Vertiefen	293
15	Psychosoziale Interventionen für demenziell erkrankte Menschen	297
	Lernfeld: <i>Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen</i>	
15.1	Realitätsorientierungstraining	297
15.2	Validation	299
15.3	Integrative Validation	303
15.4	Snoezelen	304
15.5	Milieutherapie	307
15.6	Ein milieutherapeutisches Projekt	309
15.6.1	Biographiearbeit und Milieutherapie	310
15.6.2	Milieutherapeutische Prinzipien als Leitlinien für die Planung	311
15.6.3	Aufgaben und Arbeitsschritte	311
15.6.4	Projektverlauf	313
15.6.5	Die Gestaltungsvorschläge	314
15.6.6	Rückblick und Ausblick	315
15.7	Wiederholen und Vertiefen	316

16	Mit berufstypischen psychischen Belastungen in der Altenpflege umgehen	Inhalt
		318
Lernfelder:		
Die eigene Gesundheit erhalten und fördern		
Mit Krisen und schwierigen sozialen Situationen umgehen		
16.1	Belastungen in Pflegeberufen	318
16.1.1	Der Pflegeberuf im Spannungsfeld zwischen Wirtschaftlichkeit und „privater“ Arbeit	319
16.1.2	Arbeitsbedingungen in der Altenpflege	320
16.2	Das Helfersyndrom	322
16.3	Burnout als Reaktion auf Belastungen	324
16.4	Unterstützungsmöglichkeiten im Umgang mit Belastungen	327
16.4.1	Selbstkontrollprogramm	328
16.4.2	Entspannungsverfahren	332
16.4.3	Supervision	334
16.5	Wiederholen und Vertiefen	337
17	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod	338
Lernfelder:		
Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen		
Mit Krisen und schwierigen sozialen Situationen umgehen		
Berufliches Selbstverständnis entwickeln		
17.1	Sterben und Tod – ein Tabuthema?	338
17.2	Angst vor dem Sterben, Angst vor dem Tod	340
17.3	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod in der Altenpflege	342
17.4	Verarbeitungsprozesse	343
17.4.1	Das Phasenmodell von Elisabeth Kübler-Ross	344
17.5	Bedürfnisse sterbender Menschen	346
17.5.1	Auf die Bedürfnisse Sterbender eingehen	347
17.6	Die Diskussion um die Sterbehilfe	348
17.6.1	Aktive und passive Sterbehilfe	349
17.6.2	Ärztliche Sterbebegleitung	350
17.6.3	Die Patientenverfügung	350
17.7	Suizidalität	351
17.7.1	Suizidalität im Alter	352
17.7.2	Suizidprävention bei alten Menschen	353
17.8	Wiederholen und Vertiefen	355
Wie passen die Kapitel zu den Lernfeldern?		
		12
Nützliche Internetadressen		
		13
Glossar		
		357
Stichwortverzeichnis		
		368
Literatur		
		372