

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
Geleitwort	13
Teil 1 Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung (IAA) – Ausgangssituation und Konzept	17
Einleitung	19
1 Psychosoziale Betreuung – ein Bedarf	20
2 Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung (IAA) – eine Notwendigkeit	21
3 Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung (IAA) – ein Konzept für alle	22
3.1 Die Ausgangslage	23
3.2 Eckpfeiler: Lebenswelt	26
3.3 Eckpfeiler: Milieutherapie	27
3.4 Eckpfeiler: Ressourcen-Defizit-Modell	29
3.4.1 Ressourcen wahrnehmen	30
3.4.2 Defizite kennen	31
3.4.3 Ressourcenverhinderer – Wechselwirkung erkennen	35
3.5 Die Grundprinzipien	37
3.5.1 Individualität – Person steht im Mittelpunkt	37
3.5.2 Ressourcenorientierung – Kenntnisse der Biografie sind wichtig	38
3.5.3 Normalität – eine Forderung	39
3.5.4 Kontinuität – eine Unabdingbarkeit	39
3.5.5 Ritualisieren – eine Kraft	39
3.5.6 Zusammenarbeit und Vernetzung – eine Grundlage	40
3.6 Die Grundhaltungen und Einstellungen	41
3.6.1 Aktivierende Grundhaltung – eine Voraussetzung	41
3.6.2 Positive Beziehungsgestaltung – eine Notwendigkeit	42
3.6.3 Empathie – eine Denkleistung	43
3.6.4 Humor – eine Entlastung	44
3.6.5 Motivation – eine Bedingung	44

3.7	Die Qualitätssicherung	45
3.7.1	Dokumentation	45
3.7.2	Selbstpflege	47
3.7.3	Mitarbeiterpflege	48
3.8	Zusammenfassung	49
3.9	Ziele	50
3.10	Literatur	50

Teil 2 Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung (IAA) – Anwendung und theoretische Bezüge

	Einleitung	55
4	Alltagsaktivität: Sich im Alltag orientieren und entspannen können	56
4.1	Strukturen erarbeiten	57
4.2	Gestaltungsbereich Zeit	58
4.3	Flexibilität ist gefragt	59
4.4	Gestaltungsbereich Inhalt	59
4.5	Unser Bestes tun	60
4.6	Bestmögliche individuelle Tages- und Wochenplanung	60
4.7	Zusammenfassung	63
4.8	Ziele.....	63
5	Alltagsaktivität: Sich in seinem Lebensumfeld sicher und geborgen fühlen können	65
5.1	Lebensumfeld (Milieu)	65
5.2	Ideen für die förderliche Milieugestaltung	66
5.2.1	Räumliches Lebensumfeld	67
5.2.2	Räumliche Orientierung unterstützen	68
5.2.3	Atmosphäre schaffen mit Pflanzen	69
5.2.4	Atmosphäre schaffen mit Musik	70
5.2.5	Atmosphäre schaffen mit Düften	70
5.2.6	Wohlfühl-Oase «Bad» nutzen	71
5.2.7	Snoezelen	72
5.2.8	Menschliches Lebensumfeld	72
5.2.9	Erweitertes Lebensumfeld	74
5.3	Zusammenfassung	76
5.4	Ziele	76
5.5	Literatur	76
6	Alltagsaktivität: Kommunizieren können	78
6.1	Wichtig zu wissen	78
6.1.1	Worte prägen	79
6.1.2	Averbale und paraverbale Faktoren geben die Bedeutung	81
6.1.3	Gesprächsphasen	82

6.1.4	Gesprächshilfen	82
6.1.5	Offene oder geschlossene Fragen	83
6.1.6	Gesprächspausen	84
6.1.7	Gesprächsstörungen	84
6.1.8	Sprachstörungen	85
6.2	Sprachbehinderte Menschen integrieren	86
6.3	Sprachförderung im alltäglichen Umgang	87
6.4	Ideen für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	88
6.4.1	Sprache singend fördern	89
6.5	Gruppenleitungsaspekte	89
6.6	Geeignetes Material	90
6.7	Zusammenfassung	91
6.8	Ziele	91
6.9	Literatur	91
7	Alltagsaktivität: Sich wahrnehmen und bewegen können	92
7.1	Die Angst vor dem Sturz	93
7.2	Selbstvertrauen aufbauen	93
7.3	Umgang mit Selbstüberschätzung	94
7.4	Sich bewegen dürfen	95
7.5	Einzelförderung im alltäglichen Umgang	95
7.5.1	Übungen in der Liegeposition	96
7.5.2	Körperwahrnehmung	96
7.5.3	Bewegungsförderung im Rollstuhl	96
7.5.4	Transfer vom Rollstuhl zum Tischstuhl	97
7.5.5	Gehtraining	97
7.5.6	Hometrainer	97
7.6	Bewegungsförderung in Gruppen	97
7.6.1	Spazieren	98
7.6.2	Turnen	98
7.6.3	Bewegungsspiele	105
7.7	Leitungsaspekte	105
7.8	Gruppenleitungsaspekte	107
7.9	Geeignetes Material	107
7.10	Tanzen	107
7.11	Schwimmen	109
7.12	Zusammenfassung	109
7.13	Ziele	109
7.14	Literatur	110
8	Alltagsaktivität: Atmen und sich entspannen können	111
8.1	Einzelförderung und Ideen für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	111
8.1.1	Redewendungen	112
8.1.2	Atmung und Bewegung	112
8.1.3	Atmung und Humor	114

8.1.4	Atmung und Gesang	114
8.1.5	Musik hören	115
8.2	Leitungsaspekte	116
8.3	Gruppenleitungsaspekte	117
8.4	Geeignetes Material	117
8.5	Zusammenfassung	118
8.6	Ziele	118
8.7	Literatur	118
9	Alltagsaktivität: Essen und trinken können	119
9.1	Wohlbefinden beim Essen	119
9.2	Nahrungsverweigerung	121
9.3	Einzelförderung im alltäglichen Umgang	121
9.3.1	Schluckbeschwerden	122
9.3.2	Sinnesstimulierung durch Kochen und Backen	123
9.4	Leitungsaspekte	124
9.5	Ideen für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	125
9.6	Gemeinsam Kochen und Backen	125
9.7	Das Trinken in Gemeinschaft zelebrieren	128
9.7.1	Kaffeetisch am Nachmittag	128
9.7.2	Teeritual am Abend	129
9.8	Gruppenleitungsaspekte	129
9.9	Geeignetes Material	129
9.10	Zusammenfassung	130
9.11	Ziele	131
9.12	Literatur	131
10	Alltagsaktivität: Ausscheiden können	132
10.1	Umgang mit Inkontinenz	132
10.2	Ideen zur Vorbeugung bei Urininkontinenz	133
10.3	Ideen zur Vorbeugung bei Verstopfung (Obstipation)	134
10.4	Zusammenfassung	135
10.5	Ziele	135
10.6	Literatur	135
11	Alltagsaktivität: Seinen Körper und die Seele pflegen können	136
11.1	Pflegeverständnis	136
11.2	Sprache der Berührung	137
11.3	Körperpflege ist auch Seelenpflege	138
11.4	Das Immunsystem gegen die Minderwertigkeit stärken	138
11.5	Einzelförderung im alltäglichen Umgang	139
11.5.1	Badewonnen	139
11.5.2	Haar- und Bartpflege	140
11.5.3	Gesichtspflege	140
11.5.4	Hand- und Nagelpflege	141
11.5.5	Fußpflege	141

11.5.6	Nacken und Rücken	142
11.6	Ideen für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	142
11.7	Leitungsaspekte	144
11.8	Gruppenleitungsaspekte	145
11.9	Geeignetes Material	145
11.10	Zusammenfassung	145
11.11	Ziele	146
11.12	Literatur	146
12	Alltagsaktivität: Sich kleiden und seine Identität erhalten können	147
12.1	Kleidung stiftet Identität	147
12.2	Kleidung zeigt Befindlichkeit	148
12.3	Kleidung hat symbolische Bedeutung	149
12.4	Verkleidung ermöglicht Freiheitserfahrung	149
12.5	Einzelförderung im alltäglichen Umgang	150
12.6	Leitungsaspekte	152
12.7	Ideen für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	152
12.8	Gruppenleitungsaspekte	153
12.9	Geeignetes Material	153
12.10	Zusammenfassung	154
12.11	Ziele	154
12.12	Literatur	154
13	Alltagsaktivität: Sich als Frau/Mann fühlen und handeln können	155
13.1	Sexuelle Bedürfnisse	155
13.2	Emotionale Wärme	157
13.3	Einzelförderung im alltäglichen Umgang	158
13.3.1	Männerförderung	158
13.4	Ideen für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	159
13.5	Leitungsaspekte	161
13.6	Gruppenleitungsaspekte	161
13.7	Geeignetes Material	161
13.8	Zusammenfassung	162
13.9	Ziele	162
13.10	Literatur	162
14	Alltagsaktivität: Sich sinnvoll und sinnstiftend betätigen können	163
14.1	Einzelförderung im alltäglichen Umgang	163
14.2	Spiel	164
14.3	Spiele für die Kurzzeitaktivierung in Gruppen	166
14.3.1	Ratespiele	166
14.3.2	Zahlenspiele	167
14.3.3	Spiele ohne Worte	167
14.3.4	Spiel zur Gedächtnisanregung	168
14.3.5	Spiele zur Sinnesförderung	168
14.4	Leitungsaspekte	170

14.5	Gruppenleitungsaspekte	170
14.6	Malen	171
	14.6.1 Malideen für die Einzel- und Gruppenaktivierung	172
14.7	Leitungsaspekte	173
14.8	Geeignetes Material	174
14.9	Natur erleben	174
	14.9.1 Ideen für die Einzel- und Gruppenaktivierung	175
	14.9.2 Geeignetes Material	178
14.10	Zusammenfassung	178
14.11	Ziele	179
14.12	Literatur	179
15	Alltagsaktivität: Soziale Kontakte sichern und Gemeinschaft pflegen können	180
15.1	Soziale Kontakte sichern können	180
15.2	Zusammenarbeit mit externen Bezugspersonen	181
15.3	In der Gemeinschaft Stärke schöpfen	182
15.4	Anlässe und Feste feiern	183
15.5	Gruppenaktivierung als Mittel der Gemeinschaftspflege	183
15.6	Erinnerungen austauschen können	184
15.7	Leitungsaspekte	185
15.8	Kontakte zwischen Alt und Jung fördern	186
15.9	Zusammenfassung	188
15.10	Ziele	188
15.11	Literatur	188
16	Alltagsaktivität: Mit Lebenserfahrungen umgehen können	189
16.1	Existenzgefährdende Lebenserfahrungen	189
16.2	Bewältigungsstrategien erkennen	190
16.3	Empathisch begleiten	191
16.4	Sich Zeit nehmen	192
16.5	Weggefährte sein	192
16.6	Religiosität praktizieren und Spiritualität leben können	193
	16.6.1 Rosenkranzgebet als Lebenshilfe	194
16.7	Rituale als existenzfördernde Maßnahmen	195
	16.7.1 Symbolhafte Handlungen schaffen Raum	196
	16.7.2 Unterscheidung: Ritual – ritualisieren	196
16.8	Zusammenfassung	198
16.9	Ziele	198
16.10	Literatur	199
Die Autorin	200	
Dank	201	
Verzeichnis der Fotos	202	
Sachwortverzeichnis	203	