

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	11
Geleitwort .....	13
<b>Teil 1 Integrative Aktivierende Alltagsgestaltung (IAA) – Ausgangssituation und Konzept .....</b>	<b>17</b>
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: Milieuthherapie .....	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 ..... 53**

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	<b>Alltagsaktivität: Sich wahrnehmen und bewegen können .....</b>	<b>92</b>
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	Leistungsaspekte .....	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	<b>Alltagsaktivität: Atmen und sich entspannen können.....</b>	<b>111</b>
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	<b>Alltagsaktivität: Essen und trinken können</b> .....	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	<b>Alltagsaktivität: Ausscheiden können</b> .....	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	<b>Alltagsaktivität: Seinen Körper und die Seele pflegen können</b> .....	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	<b>Alltagsaktivität: Sich kleiden und seine Identität erhalten können ....</b>	<b>147</b>
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	<b>Alltagsaktivität: Sich als Frau/Mann fühlen und handeln können ....</b>	<b>155</b>
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	<b>Alltagsaktivität: Sich sinnvoll und sinnstiftend betätigen können ....</b>	<b>163</b>
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	<b>Alltagsaktivität: Soziale Kontakte sichern und Gemeinschaft pflegen können</b> .....	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	<b>Alltagsaktivität: Mit Lebenserfahrungen umgehen können</b> .....	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