

INHALTSVERZEICHNIS

Einleitung	4
I. Theorie und Konzept	7
1. _ Wohnen als Bildungsaufgabe	7
2. _ Theoretische Grundlagen einer Erwachsenenbildung bei Menschen mit komplexem Unterstützungsbedarf	10
3. _ Zur Konzeption der Wohnvorbereitung als Angebot der Erwachsenenbildung	14
II. Wohnvorbereitung	27
1. _ Einführung und Orientierung	29
2. _ Wohnen	37
3. _ Umgang mit sich selbst	47
4. _ Beziehung und Beziehungsgestaltung	57
5. _ Planung und Organisation von Unterstützung	67
6. _ Alltags- und Freizeitgestaltung	75
7. _ Gesunde Ernährung, Einkaufen und Kochen	85
8. _ Haushaltsführung	97
9. _ Umgang mit Geld, Behörden und Verträgen	107
10. _ Gesundheit	113
11. _ Sicherheit	123
III. Elternbegleitung	133
Zu guter Letzt – Tipps zum selbst aktiv werden	141
Impressum	142