

# Inhalt

<b>I</b>	<b>Generalistische Pflegeausbildung .....</b>	<b>11</b>
<b>II</b>	<b>Gerontologie und Gerontopsychiatrie in der Pflegeausbildung .....</b>	<b>12</b>
<b>III</b>	<b>Übersicht: Curriculare Einheiten und Kapitel in diesem Buch .....</b>	<b>13</b>
<b>IV</b>	<b>Wie Sie mit diesem Buch arbeiten können .....</b>	<b>15</b>
<b>1</b>	<b>Tipps zum Lernen für die Ausbildung .....</b>	<b>17</b>
<b>2</b>	<b>Altersforschung und Altersdefinitionen .....</b>	<b>21</b>
2.1	Was ist Gerontologie? .....	22
2.2	Wann ist man eigentlich alt? .....	23
2.3	Zur Geschichte der Altersforschung .....	25
2.4	Wiederholen und Vertiefen .....	28
<b>3</b>	<b>Wahrnehmung .....</b>	<b>29</b>
3.1	Der Begriff Wahrnehmung .....	29
3.2	Reizüberflutung und sensorische Deprivation .....	30
3.3	Der Prozess der Wahrnehmung .....	33
3.4	Gestaltpsychologische Wahrnehmungsgesetze .....	36
3.5	Was die Wahrnehmung beeinflusst .....	39
3.6	Wahrnehmungsstörungen .....	39
3.7	Veränderungen der Wahrnehmung im Alter .....	40
3.8	Soziale Wahrnehmung .....	41
3.8.1	Beurteilungsfehler bei der sozialen Wahrnehmung .....	42
3.8.2	Fremdbild und Selbstbild .....	43
3.8.3	Stereotype .....	45
3.8.4	Altersstereotype .....	46
3.9	Wiederholen und Vertiefen .....	48
<b>4</b>	<b>Wissenschaftliche Methoden und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis</b>	
	50	
4.1	Wissenschaft gegenüber Alltagswissen .....	50
4.2	Wissenschaftliche Methoden .....	54
4.2.1	Wissenschaftliche Gütekriterien .....	55
4.2.2	Test .....	55
4.2.3	Beobachtung .....	60
4.2.4	Experiment .....	62
4.2.5	Befragung .....	63
4.2.6	Soziometrie .....	66
4.2.7	Inhaltsanalyse .....	67
4.3	Längsschnittstudien und Querschnittstudien .....	68
4.4	Evaluationsstudien .....	69
4.5	Methodenkenntnisse und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis .....	70
4.6	Wiederholen und Vertiefen .....	72

<b>5</b>	<b>Geriatrisches Assessment</b>	<b>74</b>
5.1	Geriatrisches Assessment: Warum und wozu?	75
5.2	Durchführung des geriatrischen Assessments	75
5.3	Assessmentinstrumente	76
5.3.1	Screening nach Lachs	77
5.3.2	Instrumente des Basisassessments	78
5.3.3	Barthel-Index und Hamburger Einstufungsmanual	79
5.3.4	Timed Up and Go	83
5.3.5	Mini Mental Status Test	84
5.4	Wiederholen und Vertiefen	87
<b>6</b>	<b>Lernen und Gedächtnis</b>	<b>89</b>
6.1	Lernen	90
6.2	Lerntheorien	91
6.2.1	Klassische Konditionierung	91
6.2.2	Instrumentelle Konditionierung	93
6.2.3	Lernen am Modell	98
6.2.4	Lernen durch Einsicht	100
6.3	Gedächtnis im Alltag	102
6.4	Das Drei-Speicher-Modell des Gedächtnisses	103
6.4.1	Das sensorische Gedächtnis	103
6.4.2	Das Kurzzeitgedächtnis	104
6.4.3	Das Langzeitgedächtnis	104
6.5	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen	106
6.6	Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter	106
6.6.1	Fluide und kristallisierte Intelligenz	107
6.6.2	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter	109
6.6.3	Folgerungen für das Lernen mit älteren Menschen	109
6.7	Wiederholen und Vertiefen	110
<b>7</b>	<b>Entwicklungsprozesse und Persönlichkeit im Alter</b>	
	<b>aus psychologischer Sicht</b>	<b>111</b>
7.1	Die Begriffe Entwicklung und Persönlichkeit	112
7.2	Entwicklung	113
7.3	Merkmale von Entwicklungsprozessen	114
7.4	Anlage oder Umwelt?	114
7.5	Entwicklungspsychologie	117
7.5.1	Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	117
7.6	Konzepte zu Entwicklungsprozessen im Lebenslauf	119
7.6.1	Entwicklungsaufgaben	119
7.6.2	Eriksons Modell der psychosozialen Entwicklungskrisen	120
7.6.3	Kritische Lebensereignisse	122
7.6.4	Das SOK-Modell: Selektive Optimierung mit Kompensation	123
7.7	Persönlichkeit	125
7.8	Persönlichkeitsbeurteilung im Alltag	126
7.9	Wissenschaftliche Persönlichkeitsbeurteilung	127
7.9.1	Ein eigenschaftstheoretisches Konzept: die „big five“	127
7.9.2	Ein psychodynamisches Konzept: Freuds Instanzenmodell	130

7.10	Persönlichkeit im Alter .....	134
7.11	Wiederholen und Vertiefen .....	136
<b>8</b>	<b>Lebensbedingungen und soziale Situation alter Menschen in unserer Gesellschaft</b> .....	<b>138</b>
8.1	Altersstruktur der deutschen Bevölkerung .....	139
8.1.1	Prognosen – wie wird sich die Altersstruktur weiterhin entwickeln? .....	141
8.2	Lebenserwartung .....	142
8.2.1	Durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland .....	143
8.2.2	Langlebigkeit .....	144
8.3	Familienstand alter Menschen .....	147
8.4	Einkommen alter Menschen .....	148
8.5	Der Austritt aus dem Berufsleben .....	150
8.6	Privathaushalte älterer Menschen .....	152
8.7	Pflegebedürftigkeit .....	153
8.8	Alte Menschen und ihre Teilhabe am öffentlichen Leben .....	153
8.9	Kultursensible Pflege .....	156
8.10	Einrichtungen und Angebote für ältere Menschen .....	161
8.11	Modelle und Theorien zur Lebenssituation alter Menschen in unserer Gesellschaft .....	<b>163</b>
8.11.1	Kompetenzmodelle .....	163
8.11.2	Aktivitätstheorie .....	164
8.11.3	Disengagement-Theorie .....	166
8.11.4	Kontinuitätstheorie .....	167
8.11.5	Etikettierungsansatz .....	168
8.11.6	Sozioemotionale Selektivität .....	168
8.11.7	Intergenerationelle Solidarität .....	169
8.11.8	Dependency Support Script .....	170
8.12	Wiederholen und Vertiefen .....	172
<b>9</b>	<b>Wohnen im Alter</b> .....	<b>174</b>
9.1	Wohnen in Privatwohnungen .....	175
9.2	Wohnen in einer stationären Einrichtung .....	175
9.2.1	Der Umzug in eine stationäre Einrichtung – eine schwierige Entscheidung .....	176
9.2.2	Vorstellungen vom Leben in einer stationären Einrichtung .....	177
9.2.3	Vor- und Nachteile des Lebens in einer stationären Einrichtung .....	177
9.2.4	Das Pflegeheim als „totale Institution“? .....	178
9.3	Geeignete Wohnbedingungen für alte Menschen .....	180
9.3.1	Anforderungen an das Wohnen in stationären Einrichtungen .....	181
9.4	Betreutes Wohnen .....	181
9.5	Haus- und Wohngemeinschaften .....	182
9.6	Wiederholen und Vertiefen .....	184
<b>10</b>	<b>Kommunikation und Gesprächsführung</b> .....	<b>185</b>
10.1	Wie wir anderen etwas mitteilen .....	186
10.2	Zwei Axiome zur menschlichen Kommunikation .....	187
10.3	Kommunikationsmodelle .....	188

10.3.1	Sender-Empfänger-Modell .....	188
10.3.2	Die vier Seiten einer Nachricht .....	189
10.3.3	Transaktionsanalyse .....	190
10.4	Einflüsse auf den Verlauf von Gesprächen .....	192
10.5	Missverständnisse und Kommunikationsstörungen .....	193
10.6	Methoden der Gesprächsführung .....	194
10.6.1	Metakommunikation .....	194
10.6.2	Ich-Botschaften formulieren .....	195
10.6.3	Feed-back geben und entgegennehmen .....	196
10.6.4	Themenzentrierte Interaktion .....	197
10.6.5	Partnerzentrierte Gesprächsführung .....	199
10.6.6	Empathie, Akzeptanz, Kongruenz .....	199
10.6.7	Aktives Zuhören .....	200
10.6.8	Was häufig falsch gemacht wird .....	201
10.7	Gesprächssituationen in der Altenpflege .....	202
10.7.1	Gespräche mit alten Menschen in Krisensituationen .....	204
10.7.2	Kommunikation mit Menschen, die sich verbal nicht äußern können .....	206
10.8	Wiederholen und Vertiefen .....	207
<b>11</b>	<b>Gruppenprozesse verstehen und Gruppenaktivitäten unterstützen .....</b>	<b>210</b>
11.1	Verhalten und Erleben in Gruppen .....	211
11.2	Merkmale von Gruppen .....	212
11.2.1	Gruppenkohäsion .....	213
11.2.2	Normen .....	213
11.2.3	Rollen .....	216
11.3	Gruppenphasen .....	218
11.3.1	Die Anfangsphase .....	219
11.3.2	Die Orientierungsphase .....	220
11.3.3	Die Integrationsphase .....	221
11.3.4	Die Differenzierungsphase .....	223
11.3.5	Die Auflösungsphase .....	224
11.4	Gruppenangebote für ältere Menschen .....	226
11.5	Die Gruppenleitung orientiert sich an den Teilnehmenden .....	227
11.6	Ein Beispiel für Gruppenarbeit in der stationären Altenpflege: Das Redaktionsteam der Heimzeitung „Hoppla“ .....	228
11.6.1	Interview mit der Redaktion .....	230
11.7	Wiederholen und Vertiefen .....	235
<b>12</b>	<b>Interventionen gezielt und begründet einsetzen .....</b>	<b>236</b>
12.1	Interventionen .....	237
12.1.1	Einteilungsmöglichkeiten von Interventionen .....	238
12.2	Für Wohlbefinden im Alter sorgen: eine lebenslange Aufgabe .....	239
12.3	Voraussetzungen und Bedingungen für den Einsatz von Interventionen .....	240
12.4	Interventionsgerontologie .....	242
12.4.1	Grundlagen der Interventionsgerontologie .....	242
12.4.2	Ziele und Aufgaben der Interventionsgerontologie .....	243
12.5	Wiederholen und Vertiefen .....	244

<b>13</b>	<b>Grundlagen der Psychiatrie</b>	245
13.1	Was ist normal, was ist psychisch krank?	246
13.2	Zum Umgang mit psychisch kranken Menschen	247
13.2.1	Suchhaltung	248
13.3	Grundlegende Begriffe aus der Psychiatrie	250
13.4	Klassifizierung psychischer Erkrankungen	254
13.5	Der psychopathologische Befund	257
13.6	Wiederholen und Vertiefen	261
<b>14</b>	<b>Psychische Erkrankungen im Alter</b>	263
14.1	Besonderheiten psychischer Erkrankungen im Alter	264
14.2	Wichtige psychiatrische Krankheitsbilder im Alter	265
14.3	Demenzen	266
14.3.1	Ursachen von Demenzen	267
14.3.2	Verbreitung und Formen von Demenzen	267
14.3.3	Symptome bei Demenzen	270
14.3.4	Verlauf der Alzheimer-Demenz	273
14.3.5	Zum Umgang mit demenziell erkrankten Menschen	274
14.3.6	Medizinische und nicht medizinische Interventionen für Menschen mit demenziellen Erkrankungen	277
14.4	Akute Verwirrheitszustände	279
14.4.1	Delir	280
14.4.2	Andere akute Verwirrheitszustände	280
14.4.3	Verlauf, Ursachen und Risikofaktoren von organisch bedingten akuten Verwirrheitszuständen	281
14.4.4	Zum Umgang mit akut verwirrten Menschen	282
14.5	Depressionen	283
14.5.1	Klassifikation von Depressionen	285
14.5.2	Symptomatik bei Depressionen	286
14.5.3	Ursachen und Risikofaktoren von Depressionen	287
14.5.4	Psychogene Depressionen bei älteren Menschen: Ursachen und Risikofaktoren	289
14.5.5	Zum Umgang mit depressiv erkrankten Menschen	290
14.5.6	Therapeutische Interventionen für depressiv erkrankte Menschen	293
14.6	Wahnstörungen	294
14.6.1	Wahnhalte	295
14.6.2	Symptomatik und Folgeprobleme bei Wahnstörungen	295
14.6.3	Therapie und Betreuung bei Wahnstörungen	296
14.7	Abhängigkeit	297
14.7.1	Alkoholabhängigkeit	298
14.7.2	Medikamentenabhängigkeit	301
14.8	Wiederholen und Vertiefen	303
<b>15</b>	<b>Psychosoziale Interventionen für demenziell erkrankte Menschen</b>	307
15.1	Realitätsorientierungstraining	308
15.2	Validation	310
15.3	Integrative Validation	313
15.4	Snoezelen	315

15.5	Milieuthherapie .....	318
15.6	Ein milieutherapeutisches Projekt .....	320
15.6.1	Biographiearbeit und Milieuthherapie .....	321
15.6.2	Milieutherapeutische Prinzipien als Leitlinien für die Planung .....	322
15.6.3	Aufgaben und Arbeitsschritte .....	323
15.6.4	Projektverlauf .....	324
15.6.5	Die Gestaltungsvorschläge .....	325
15.6.6	Rückblick und Ausblick .....	326
15.7	Wiederholen, Vertiefen, fächerübergreifendes Arbeiten .....	327
<b>16</b>	<b>Mit berufstypischen psychischen Belastungen in der Pflege umgehen</b> .....	<b>329</b>
16.1	Belastungen in Pflegeberufen .....	330
16.1.1	Der Widerspruch zwischen Idealen und der beruflichen Realität .....	330
16.1.2	Belastende Arbeitsbedingungen .....	331
16.2	Das Helfersyndrom .....	334
16.3	Burnout als Reaktion auf Belastungen .....	337
16.4	Unterstützungsmöglichkeiten im Umgang mit Belastungen .....	340
16.4.1	Selbstkontrollprogramm .....	341
16.4.2	Entspannungsverfahren .....	344
16.4.3	Supervision .....	347
16.5	Wiederholen und Vertiefen .....	349
<b>17</b>	<b>Auseinandersetzung mit Sterben und Tod</b> .....	<b>351</b>
17.1	Sterben und Tod – ein Tabuthema? .....	352
17.2	Angst vor dem Sterben, Angst vor dem Tod .....	354
17.3	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod in der Pflege .....	355
17.4	Verarbeitungsprozesse .....	357
17.4.1	Das Phasenmodell von Elisabeth Kübler-Ross .....	358
17.5	Bedürfnisse sterbender Menschen .....	359
17.5.1	Auf die Bedürfnisse Sterbender eingehen .....	361
17.6	Die Diskussion um die Sterbehilfe .....	361
17.6.1	Aktive und passive Sterbehilfe .....	363
17.6.2	Ärztliche Sterbebegleitung .....	364
17.6.3	Die Patientenverfügung .....	364
17.7	Suizidalität .....	365
17.7.1	Suizidalität im Alter .....	365
17.7.2	Suizidprävention bei alten Menschen .....	367
17.8	Wiederholen und Vertiefen .....	369
<b>V</b>	<b>Nützliche Internetadressen</b> .....	<b>371</b>
<b>VI</b>	<b>Glossar</b> .....	<b>372</b>
<b>VII</b>	<b>Stichwortverzeichnis</b> .....	<b>384</b>
<b>VIII</b>	<b>Literatur</b> .....	<b>388</b>