

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Tipps zum Lernen für die Ausbildung</b> .....	<b>15</b>
	<b>Lernfeld:</b> Lernen lernen	
<b>2</b>	<b>Altersforschung und Altersdefinitionen</b> .....	<b>20</b>
	<b>Lernfeld:</b> Theoretische Grundlagen in das Altenpflegerische Handeln einbeziehen	
2.1	Was ist Gerontologie? .....	20
2.2	Wann ist man eigentlich alt? .....	22
2.3	Zur Geschichte der Altersforschung .....	24
2.4	Wiederholen und Vertiefen .....	27
<b>3</b>	<b>Wahrnehmung</b> .....	<b>28</b>
	<b>Lernfeld:</b> Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren	
3.1	Der Begriff Wahrnehmung .....	28
3.2	Reizüberflutung und sensorische Deprivation .....	29
3.3	Der Prozess der Wahrnehmung .....	31
3.4	Gestaltpsychologische Wahrnehmungsgesetze .....	35
3.5	Was die Wahrnehmung beeinflusst .....	38
3.6	Wahrnehmungsstörungen .....	38
3.7	Veränderungen der Wahrnehmung im Alter .....	39
3.8	Soziale Wahrnehmung .....	40
3.8.1	Beurteilungsfehler bei der sozialen Wahrnehmung .....	41
3.8.2	Fremdbild und Selbstbild .....	42
3.8.3	Stereotype .....	44
3.8.4	Altersstereotype .....	45
3.9	Wiederholen und Vertiefen .....	47
<b>4</b>	<b>Sozialwissenschaftliche Methoden und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis</b> .....	<b>49</b>
	<b>Lernfeld:</b> Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren	
4.1	Wissenschaft gegenüber Alltagswissen .....	49
4.2	Sozialwissenschaftliche Methoden .....	53
4.2.1	Wissenschaftliche Gütekriterien .....	53
4.2.2	Test .....	54
4.2.3	Beobachtung .....	59
4.2.4	Experiment .....	61
4.2.5	Befragung .....	62
4.2.6	Soziometrie .....	64
4.2.7	Inhaltsanalyse .....	65
4.3	Längsschnittstudien und Querschnittstudien .....	66
4.4	Evaluationsstudien .....	67
4.5	Methodenkenntnisse und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis .....	68
4.6	Wiederholen und Vertiefen .....	70

<b>5</b>	<b>Geriatrisches Assessment</b> .....	<b>72</b>
	<b>Lernfeld:</b> Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren	
5.1	Geriatrisches Assessment: Warum und wozu? .....	72
5.2	Durchführung des geriatrischen Assessments .....	73
5.3	Assessmentinstrumente .....	74
5.3.1	Screening nach Lachs .....	74
5.3.2	Instrumente des Basisassessments .....	76
5.3.3	Barthel-Index und Hamburger Einstufungsmanual .....	76
5.3.4	Timed Up and Go .....	81
5.3.5	Mini Mental Status Test .....	81
5.4	Wiederholen und Vertiefen .....	84
<b>6</b>	<b>Lernen und Gedächtnis</b> .....	<b>86</b>
	<b>Lernfelder:</b> Lernen lernen Alte Menschen bei der Tagesgestaltung und bei selbst organisierten Aktivitäten unterstützen	
6.1	Lernen .....	87
6.2	Lerntheorien .....	88
6.2.1	Klassische Konditionierung .....	88
6.2.2	Instrumentelle Konditionierung .....	90
6.2.3	Lernen am Modell .....	95
6.2.4	Lernen durch Einsicht .....	97
6.3	Gedächtnis im Alltag .....	99
6.4	Das Drei-Speicher-Modell des Gedächtnisses .....	100
6.4.1	Das sensorische Gedächtnis .....	100
6.4.2	Das Kurzzeitgedächtnis .....	101
6.4.3	Das Langzeitgedächtnis .....	101
6.5	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen .....	103
6.6	Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter .....	103
6.6.1	Fluide und kristallisierte Intelligenz .....	104
6.6.2	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter .....	106
6.6.3	Folgerungen für das Lernen mit älteren Teilnehmerinnen und Teilnehmern .....	106
6.7	Wiederholen und Vertiefen .....	107
<b>7</b>	<b>Entwicklungsprozesse und Persönlichkeit im Alter aus psychologischer Sicht</b> .....	<b>108</b>
	<b>Lernfelder:</b> Theoretische Grundlagen in das Altenpflegerische Handeln einbeziehen Lebenswelten und soziale Netzwerke alter Menschen beim Altenpflegerischen Handeln berücksichtigen	
7.1	Die Begriffe Entwicklung und Persönlichkeit .....	109
7.2	Entwicklung .....	110
7.3	Merkmale von Entwicklungsprozessen .....	110
7.4	Anlage oder Umwelt? .....	111
7.5	Entwicklungspsychologie .....	113
7.5.1	Entwicklungspsychologie der Lebensspanne .....	114

7.6	Konzepte zu Entwicklungsprozessen im Lebenslauf .....	115
7.6.1	Entwicklungsaufgaben .....	116
7.6.2	Eriksons Modell der psychosozialen Entwicklungskrisen .....	117
7.6.3	Kritische Lebensereignisse .....	118
7.6.4	Das SOK-Modell: Selektive Optimierung mit Kompensation .....	120
7.7	Persönlichkeit .....	122
7.8	Persönlichkeitsbeurteilung im Alltag .....	122
7.9	Wissenschaftliche Persönlichkeitsbeurteilung .....	123
7.9.1	Ein eigenschaftstheoretisches Konzept: die „big five“ .....	123
7.9.2	Ein psychodynamisches Konzept: Freuds Instanzenmodell .....	126
7.10	Persönlichkeit im Alter .....	130
7.11	Wiederholen und Vertiefen .....	132
<b>8</b>	<b>Lebensbedingungen und soziale Situation alter Menschen in unserer Gesellschaft .....</b>	<b>134</b>
	<b>Lernfeld:</b> 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? .....	136
8.2	Lebenserwartung .....	137
8.2.1	Durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland .....	139
8.2.2	Langlebigkeit .....	140
8.3	Familienstand alter Menschen .....	142
8.4	Einkommen alter Menschen .....	144
8.5	Der Austritt aus dem Berufsleben .....	145
8.6	Privathaushalte älterer Menschen .....	147
8.7	Pflegebedürftigkeit .....	148
8.8	Alte Menschen und ihre Teilhabe am öffentlichen Leben .....	149
8.9	Kultursensible Pflege .....	152
8.10	Einrichtungen und Angebote für ältere Menschen .....	157
8.11	Modelle und Theorien zur Lebenssituation alter Menschen in unserer Gesellschaft .....	159
8.11.1	Kompetenzmodelle .....	159
8.11.2	Aktivitätstheorie .....	160
8.11.3	Disengagement-Theorie .....	162
8.11.4	Kontinuitätstheorie .....	163
8.11.5	Etikettierungsansatz .....	164
8.11.6	Sozioemotionale Selektivität .....	164
8.11.7	Intergenerationelle Solidarität .....	165
8.11.8	Dependency Support Script .....	166
8.12	Wiederholen und Vertiefen .....	168
<b>9</b>	<b>Wohnen im Alter .....</b>	<b>170</b>
	<b>Lernfeld:</b> Alte Menschen bei der Wohnraum- und Wohnumfeldgestaltung unterstützen	
9.1	Wohnen in Privatwohnungen .....	170
9.2	Wohnen im Heim .....	171

9.2.1	Der Umzug ins Heim – eine schwierige Entscheidung .....	172
9.2.2	Vorstellungen vom Leben im Heim .....	172
9.2.3	Vor- und Nachteile des Lebens im Heim .....	173
9.2.4	Das Pflegeheim als „totale Institution“? .....	174
9.3	Geeignete Wohnbedingungen für alte Menschen .....	175
9.3.1	Anforderungen an das Wohnen im Heim .....	176
9.4	Betreutes Wohnen .....	177
9.5	Haus- und Wohngemeinschaften .....	178
9.6	Wiederholen und Vertiefen .....	179
<b>10</b>	<b>Kommunikation und Gesprächsführung .....</b>	<b>180</b>
	<b>Lernfelder:</b>	
	Anleiten, beraten und Gespräche führen	
	Berufliches Selbstverständnis entwickeln	
	Mit Krisen und schwierigen sozialen Situationen umgehen	
10.1	Wie wir anderen etwas mitteilen .....	180
10.2	Zwei Axiome zur menschlichen Kommunikation .....	181
10.3	Kommunikationsmodelle .....	182
10.3.1	Sender-Empfänger-Modell .....	182
10.3.2	Die vier Seiten einer Nachricht .....	183
10.3.3	Transaktionsanalyse .....	185
10.4	Einflüsse auf den Verlauf von Gesprächen .....	186
10.5	Missverständnisse und Kommunikationsstörungen .....	187
10.6	Methoden der Gesprächsführung .....	188
10.6.1	Metakommunikation .....	188
10.6.2	Ich-Botschaften formulieren .....	189
10.6.3	Feed-back geben und entgegennehmen .....	191
10.6.4	Themenzentrierte Interaktion .....	192
10.6.5	Partnerzentrierte Gesprächsführung .....	193
10.6.6	Empathie, Akzeptanz, Kongruenz .....	194
10.6.7	Aktives Zuhören .....	194
10.6.8	Was häufig falsch gemacht wird .....	195
10.7	Gesprächssituationen in der Altenpflege .....	196
10.7.1	Gespräche mit alten Menschen in Krisensituationen .....	198
10.7.2	Kommunikation mit Menschen, die sich verbal nicht äußern können .....	201
10.8	Wiederholen und Vertiefen .....	201
<b>11</b>	<b>Gruppenprozesse verstehen und Gruppenaktivitäten unterstützen .....</b>	<b>205</b>
	<b>Lernfelder:</b>	
	Alte Menschen bei der Tagesgestaltung und bei selbst organisierten Aktivitäten unterstützen	
	Berufliches Selbstverständnis entwickeln	
11.1	Verhalten und Erleben in Gruppen .....	205
11.2	Merkmale von Gruppen .....	207
11.2.1	Gruppenkohäsion .....	208
11.2.2	Normen .....	208

11.2.3	Rollen .....	210
11.3	Gruppenphasen .....	213
11.3.1	Die Anfangsphase .....	213
11.3.2	Die Orientierungsphase .....	215
11.3.3	Die Integrationsphase .....	216
11.3.4	Die Differenzierungsphase .....	218
11.3.5	Die Auflösungsphase .....	219
11.4	Gruppenangebote für ältere Menschen .....	221
11.5	Teilnehmerorientierte Gruppenleitung .....	222
11.6	Ein Beispiel für Gruppenarbeit in der stationären Altenpflege: Das Redaktionsteam der Heimzeitung „Hoppla“ .....	223
11.6.1	Interview mit der Redaktion .....	225
11.7	Wiederholen und Vertiefen .....	230
<b>12</b>	<b>Interventionen gezielt und begründet einsetzen .....</b>	<b>231</b>
	<b>Lernfelder:</b> Theoretische Grundlagen in das Altenpflegerische Handeln einbeziehen Pflege alter Menschen planen, durchführen, dokumentieren und evaluieren	
12.1	Interventionen .....	231
12.1.1	Einteilungsmöglichkeiten von Interventionen .....	233
12.2	Für Wohlbefinden im Alter sorgen: eine lebenslange Aufgabe .....	234
12.3	Voraussetzungen und Bedingungen für den Einsatz von Interventionen .....	235
12.4	Interventionsgerontologie .....	237
12.4.1	Grundlagen der Interventionsgerontologie .....	237
12.4.2	Ziele und Aufgaben der Interventionsgerontologie .....	238
12.5	Wiederholen und Vertiefen .....	239
<b>13</b>	<b>Grundlagen der Gerontopsychiatrie .....</b>	<b>240</b>
	<b>Lernfeld:</b> Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen	
13.1	Was ist normal, was ist psychisch krank? .....	240
13.2	Zum Umgang mit psychisch kranken Menschen .....	242
13.2.1	Suchhaltung .....	243
13.3	Grundlegende Begriffe aus der Psychiatrie .....	245
13.4	Klassifizierung psychischer Erkrankungen .....	249
13.5	Der psychopathologische Befund .....	250
13.6	Wiederholen und Vertiefen .....	255
<b>14</b>	<b>Psychische Erkrankungen im Alter .....</b>	<b>257</b>
	<b>Lernfeld:</b> Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen	
14.1	Besonderheiten psychischer Erkrankungen im Alter .....	257
14.2	Wichtige psychiatrische Krankheitsbilder im Alter .....	258
14.3	Demenzen .....	259
14.3.1	Ursachen von Demenzen .....	260

14.3.2	Verbreitung und Formen von Demenzen .....	260
14.3.3	Symptome bei Demenzen .....	263
14.3.4	Verlauf der Alzheimer-Demenz .....	266
14.3.5	Zum Umgang mit demenziell erkrankten Menschen .....	267
14.3.6	Therapeutische Interventionen und Betreuungskonzepte für Menschen mit demenziellen Erkrankungen .....	270
14.4	Akute Verwirrheitszustände .....	272
14.4.1	Delir .....	273
14.4.2	Andere akute Verwirrheitszustände .....	273
14.4.3	Verlauf, Ursachen und Risikofaktoren von organisch bedingten akuten Verwirrheitszuständen .....	274
14.4.4	Zum Umgang mit akut verwirrten Menschen .....	275
14.5	Depressionen .....	276
14.5.1	Klassifikation von Depressionen .....	278
14.5.2	Symptomatik bei Depressionen .....	279
14.5.3	Ursachen und Risikofaktoren von Depressionen .....	280
14.5.4	Psychogene Depressionen bei älteren Menschen: Ursachen und Risikofaktoren .....	282
14.5.5	Zum Umgang mit depressiv erkrankten Menschen .....	283
14.5.6	Therapeutische Interventionen für depressiv erkrankte Menschen .....	286
14.6	Wahnstörungen .....	287
14.6.1	Wahnhalte .....	288
14.6.2	Symptomatik und Folgeprobleme bei Wahnstörungen .....	288
14.6.3	Therapie und Betreuung bei Wahnstörungen .....	289
14.7	Abhängigkeit .....	290
14.7.1	Alkoholabhängigkeit .....	291
14.7.2	Medikamentenabhängigkeit .....	294
14.8	Wiederholen und Vertiefen .....	296
<b>15</b>	<b>Psychosoziale Interventionen für demenziell erkrankte Menschen .....</b>	<b>300</b>
	<b>Lernfeld:</b> Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen	
15.1	Realitätsorientierungstraining .....	300
15.2	Validation .....	303
15.3	Integrative Validation .....	306
15.4	Snoezelen .....	308
15.5	Milieutherapie .....	311
15.6	Ein milieutherapeutisches Projekt .....	313
15.6.1	Biographiearbeit und Milieutherapie .....	314
15.6.2	Milieutherapeutische Prinzipien als Leitlinien für die Planung .....	315
15.6.3	Aufgaben und Arbeitsschritte .....	316
15.6.4	Projektverlauf .....	317
15.6.5	Die Gestaltungsvorschläge .....	318
15.6.6	Rückblick und Ausblick .....	319
15.7	Wiederholen, Vertiefen, fächerübergreifendes Arbeiten .....	320

<b>16</b>	<b>Mit berufstypischen psychischen Belastungen in der Altenpflege umgehen</b>	<b>322</b>
	<b>Lernfelder:</b>	
	Die eigene Gesundheit erhalten und fördern	
	Mit Krisen und schwierigen sozialen Situationen umgehen	
16.1	Belastungen in Pflegeberufen	322
16.1.1	Der Pflegeberuf im Spannungsfeld zwischen Wirtschaftlichkeit und „privater“ Arbeit	323
16.1.2	Arbeitsbedingungen in der Altenpflege	324
16.2	Das Helfersyndrom	326
16.3	Burnout als Reaktion auf Belastungen	328
16.4	Unterstützungsmöglichkeiten im Umgang mit Belastungen	331
16.4.1	Selbstkontrollprogramm	332
16.4.2	Entspannungsverfahren	336
16.4.3	Supervision	338
16.5	Wiederholen und Vertiefen	341
<b>17</b>	<b>Auseinandersetzung mit Sterben und Tod</b>	<b>342</b>
	<b>Lernfelder:</b>	
	Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen	
	Mit Krisen und schwierigen sozialen Situationen umgehen	
	Berufliches Selbstverständnis entwickeln	
17.1	Sterben und Tod – ein Tabuthema?	342
17.2	Angst vor dem Sterben, Angst vor dem Tod	344
17.3	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod in der Altenpflege	346
17.4	Verarbeitungsprozesse	347
17.4.1	Das Phasenmodell von Elisabeth Kübler-Ross	348
17.5	Bedürfnisse sterbender Menschen	350
17.5.1	Auf die Bedürfnisse Sterbender eingehen	351
17.6	Die Diskussion um die Sterbehilfe	352
17.6.1	Aktive und passive Sterbehilfe	353
17.6.2	Ärztliche Sterbebegleitung	354
17.6.3	Die Patientenverfügung	354
17.7	Suizidalität	355
17.7.1	Suizidalität im Alter	356
17.7.2	Suizidprävention bei alten Menschen	357
17.8	Wiederholen und Vertiefen	359
	<b>Wie passen die Kapitel zu den Lernfeldern?</b>	<b>12</b>
	<b>Nützliche Internetadressen</b>	<b>13</b>
	<b>Glossar</b>	<b>361</b>
	<b>Sachwortverzeichnis</b>	<b>372</b>
	<b>Literatur</b>	<b>376</b>