

Inhalt

1	Tipps zum Lernen für die Ausbildung	15
	Lernfeld:	
	Lernen lernen	
2	Altersforschung und Altersdefinitionen	20
	Lernfeld:	
	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
3	Wahrnehmung	28
	Lernfeld:	
	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
4	Sozialwissenschaftliche Methoden und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis	49
	Lernfeld:	
	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

Inhaltsverzeichnis

5	Geriatrisches Assessment	72
	Lernfeld:	
	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
6	Lernen und Gedächtnis	86
	Lernfelder:	
	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	106
	Teilnehmerinnen und Teilnehmern	106
6.7	Wiederholen und Vertiefen	107
7	Entwicklungsprozesse und Persönlichkeit im Alter aus	
	psychologischer Sicht	108
	Lernfelder:	
	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
8	Lebensbedingungen und soziale Situation alter Menschen in unserer Gesellschaft	134
	Lernfeld:	
	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
9	Wohnen im Alter	170
	Lernfeld:	
	Alte Menschen bei der Wohnraum- und Wohnumfeldgestaltung unterstützen	
9.1	Wohnen in Privatwohnungen	170
9.2	Wohnen im Heim	171

Inhaltsverzeichnis

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
10	Kommunikation und Gesprächsführung	180
Lernfelder:		
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
11	Gruppenprozesse verstehen und Gruppenaktivitäten unterstützen	205
Lernfelder:		
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
12	Interventionen gezielt und begründet einsetzen	231
Lernfelder:		
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
13	Grundlagen der Gerontopsychiatrie	240
Lernfeld:		
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
14	Psychische Erkrankungen im Alter	257
Lernfeld:		
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

Inhaltsverzeichnis

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 Verwirrtheitszustände	272
14.4.1	Delir	273
14.4.2	Andere akute Verwirrtheitszustände	273
14.4.3	Verlauf, Ursachen und Risikofaktoren von organisch bedingten akuten Verwirrtheitszuständen	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	Wahninhalte	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
15	Psychosoziale Interventionen für demenziell erkrankte Menschen	300
	Lernfeld:	
	Alte Menschen personen- und situationsbezogen pflegen	
15.1	Realitätsorientierungstraining	300
15.2	Validation	303
15.3	Integrative Validation	306
15.4	Shoezelen	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

16	Mit berufstypischen psychischen Belastungen in der Altenpflege umgehen	322
Lernfelder:		
	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
17	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod	342
Lernfelder:		
	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 Sterbegleitung	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
Wie passen die Kapitel zu den Lernfeldern?		12
Nützliche Internetadressen		13
Glossar		361
Sachwortverzeichnis		372
Literatur		376