

Inhalt

Vorwort zur Reihe	7
Vorwort der Autorin	9
1 Aufbau	11
2 Einführung	12
2.1 Gesundheitsförderung	13
2.2 Betätigungsfockussierung	14
2.3 Betätigung neutral betrachtet	14
3 Ziel	16
4 Das „Do-Live-Well“ Framework	16
4.1 Aufbau	16
4.2 Entwicklung	19
4.3 Das „Do-Live-Well“ Framework im Kontext seiner Bezugsquellen	19
4.4 Das Besondere am „Do-Live-Well“ Framework	23
5 Das Reflexionsinstrument „Lebe dein Leben gut“	25
5.1 Entwicklung	25
5.2 Methode	28
5.2.1 Photovoice	28
5.2.2 Strukturlegeplan	29
5.3 Zielgruppe	29
5.4 Personenzentrierte Grundhaltung	29
5.5 Einzelreflexion versus Gruppenreflexion	29
5.6 Vorbereitung einer Reflexion durch die moderierende Person	30
5.7 Durchführung einer Reflexion	31
5.7.1 Strukturqualität	31
5.7.2 Prozessqualität	31
5.7.3 Ergebnisqualität	32
6 Anwendungsbeispiele aus der Praxis	33
6.1 Implementierung in eine ergotherapeutische Praxis – ein Erfahrungsbericht (Gaby Kirsch)	33
6.2 Die Implementierung des „Do-Live-Well“ Framework in das Curriculum BSc an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften (Cornelia Kocher Stalder)	36
6.3 Betriebliche Gesundheitsförderung für ein Team einer Gesundheitsfachschule (Gabriele Woick)	39
7 Literatur	42

Handbuch zur Moderation eines Reflexionsprozesses zur Gesundheitsförderung	45
Lesehinweise	47
Einleitung	48
Überblick über Dokumente und deren Funktion	50
Checkliste zur Vorbereitung der Reflexion	(51)
Informationen für Teilnehmende an der Reflexion „Lebe dein Leben gut“	(52)
Worum geht es bei der Reflexion „Lebe dein Leben gut“?	(52)
Wie bereite ich mich auf die Reflexion vor?	(52)
Wie läuft die Reflexion ab?	(52)
Reflexionskarten (Beschreibung)	53
Leitfaden für die Moderation	54
Kurze Einführung in das Konzept	54
Fotobeschreibung	54
Ablaufplan „Lebe dein Leben gut“ für die Durchführung einer Einzelreflexion	(57)
Ablaufplan „Lebe dein Leben gut“ für eine Gruppenreflexion mit 3 Personen	(58)
Ablaufplan „Lebe dein Leben gut“ für eine Gruppenreflexion mit 4 Personen	(59)
Folgetermin(e) zur weiteren Reflexion auf der Metaebene	60
Sozialform Einzelreflexion	60
Sozialform Gruppenreflexion	60
Handlungsanweisungen für die moderierende Person	61
Rahmenbedingungen	61
Zeitplanung	61
Strukturlegeplan	61
Moderation	62
Personenzentrierte Grundhaltung	62
Feedbackbogen	(63)
Literatur	65
Übersicht der Downloadmaterialien	66