

# Inhaltsverzeichnis

Geleitwort zur deutschsprachigen Ausgabe .....	11
Widmung und Danksagung .....	14
Vorwort .....	15
Einleitung .....	19
<b>1. Vorbereitung auf die Praxis: Wie man Resilienz entwickelt .....</b>	<b>25</b>
<i>Margaret McAllister und John B. Lowe</i>	
1.1 Die Geschichte .....	25
1.2 Was können wir aus der Geschichte lernen? .....	27
1.3 Stress und die Bedeutung der Resilienz .....	27
1.3.1 Die Erwartungen der Pflegenden von heute .....	27
1.3.2 Stress und seine Ursachen .....	30
1.3.3 Das Stressdiathese-Modell .....	30
1.3.4 Resilienz – Definition .....	31
1.3.5 Resilienzforschung .....	31
1.4 Zusammenfassung .....	46
1.5 Aufgaben .....	47
<b>2. Herausragende Persönlichkeiten in der Pflege .....</b>	<b>53</b>
<i>Margaret McAllister und John B. Lowe</i>	
2.1 Einführung .....	53
2.2 Stärke und Pflege .....	58
2.3 Zusammenfassung .....	59
2.4 Aufgaben .....	60

<b>3. Moral und Ethik in der Praxis .....</b>	<b>61</b>
<i>Andrew Estefan</i>	
3.1 Einführung .....	61
3.2 Die Geschichte: Jennys Schuhe .....	62
3.3 Ethische Prinzipien für die Praxis .....	63
3.4 Die Rückbesinnung auf Ethik und Moral in die Pflege ..	66
3.5 Die ethische Pflegepraxis als relationaler Ansatz .....	67
3.6 Die Ethik des lösungsorientierten Ansatzes .....	68
3.7 Die Chance, etwas zu verändern .....	70
3.8 Zusammenfassung .....	71
3.9 Aufgaben .....	72
<b>4. Von Rollenmodellen lernen .....</b>	<b>75</b>
<i>Maura MacPhee</i>	
4.1 Einführung .....	75
4.2 Die Geschichte .....	75
4.3 Die Vorzüge des sozialen Lernens .....	76
4.4 Der Realitätsschock .....	77
4.5 Wie Sie eine erfolgreiche Pflegeperson werden .....	79
4.6 Selbstwirksamkeit .....	81
4.7 Erfolgreiche Rollenmodelle .....	82
4.8 Wo Sie Rollenmodelle finden .....	85
4.9 Was Sie sonst noch tun können .....	87
4.10 Zusammenfassung .....	88
4.11 Aufgaben .....	89
<b>5. Rational denken: Stresssituationen realistisch einschätzen und besonnen reagieren .....</b>	<b>93</b>
<i>Mary Katsikitis und Rachael R. Sharman</i>	
5.1 Einführung .....	93
5.2 Die Geschichte .....	94
5.3 Die einzelnen Reaktionsstile und ihre funktionalen Auswirkungen .....	95
5.3.1 Einschätzung und Veränderung des Reaktions- stils .....	98

5.4	Wie Sie Ihren Reaktionsstil verändern können .....	99
5.4.1	Die Auswirkungen physiologischer Erregung .....	99
5.4.2	Einschätzungen und Beurteilungen: Die Möglichkeit, anders zu reagieren .....	103
5.5	Zusammenfassung .....	106
5.6	Aufgaben .....	107
6.	<b>Überzeugen: Wie man Menschen im Dialog für sich gewinnt</b> .....	111
	<i>Natoshia M. Askelson, Mary Lober Aquilino und Shelly Campo</i>	
6.1	Einführung .....	111
6.2	Die Geschichte .....	111
6.3	Effiziente Kommunikation .....	112
6.3.1	Erwartungen und die Interpretation des Verhaltens von Gesprächspartnern .....	112
6.3.2	Effiziente Kommunikation und ihre Bedeutung für Gesundheitsfachleute .....	115
6.3.3	Die Kommunikationsprobleme im Gesund- heitsbereich .....	116
6.3.4	Strategien, die helfen, ein guter Kommunikator zu werden .....	118
6.4	Zusammenfassung .....	125
6.5	Aufgaben .....	126
7.	<b>Die Spiele am Arbeitsplatz: Effizienz und Teamarbeit</b> .....	129
	<i>Tony Warne und Sue McAndrew</i>	
7.1	Einführung .....	129
7.2	Die Geschichte: Die Stationsrunde .....	130
7.3	Teams und ihre Spiele .....	132
7.3.1	Die erste Ebene .....	133
7.3.2	Die zweite Ebene .....	134
7.3.3	Die dritte Ebene: Abspaltung .....	135
7.3.4	Wie man Erkenntnisse über sich und seine Rolle gewinnt .....	137

7.3.5 Die Entwicklung eines Resilienzfundus .....	138
7.4 Zusammenfassung .....	140
7.5 Aufgaben .....	140
<b>8. Erfolg am Arbeitsplatz: Die Nutzung innovativer Praktiken .....</b>	<b>143</b>
<i>Debra Jackson, Glenda McDonald und Lesley Wilkes</i>	
8.1 Einführung .....	143
8.2 Kylies Geschichte .....	144
8.3 Was sind Arbeitsplatzprobleme? .....	144
8.3.1 Die Arbeit in großen Organisationen .....	145
8.4 Was ist Resilienz? .....	146
8.5 Professionelle Unterstützungsnetzwerke .....	147
8.5.1 Beratung .....	148
8.6 Fazit: Professionelle Unterstützung lohnt sich .....	149
8.7 Zusammenfassung .....	150
8.8 Aufgaben .....	150
<b>9. Was Sie am Ende eines arbeitsreichen Tages tun können .....</b>	<b>153</b>
<i>Jane Brannan, Mary de Chesnay und Patricia L. Hart</i>	
9.1 Einführung .....	153
9.2 Sarahs Geschichte .....	154
9.3 Der Umgang mit Stress in der Pflege .....	155
9.3.1 Aufbau eines Unterstützungsnetzwerks .....	155
9.3.2 Meditation .....	158
9.3.3 Spiritualität .....	159
9.3.4 Tiere und ihre heilende Wirkung .....	160
9.3.5 Ehrenamtliche Tätigkeit .....	161
9.3.6 Musik .....	162
9.3.7 Humor und Lachen .....	163
9.3.8 Energie durch sportliche Aktivitäten .....	164
9.3.9 Weitere Aktivitäten zur Entspannung .....	167
9.4 Zurück zu Sarahs Geschichte .....	167

9.5 Zusammenfassung .....	168
9.6 Aufgaben .....	169
 <b>10. Stresssituationen: Krisen meistern .....</b>	<b>173</b>
<i>Jane Shakespeare-Finch</i>	
10.1 Einführung .....	173
10.2 Was ist ein Trauma? .....	174
10.3 Millies Geschichte .....	175
10.4 Was ein Trauma ist, entscheidet jeder selbst .....	176
10.5 Traumata und ihre Folgen .....	179
10.5.1 Wachstum nach einem traumatischen Erlebnis .....	182
10.6 Aufgaben .....	184
 <b>11. Jetzt bin ich gefordert: Was Vorbilder/Führungs- persönlichkeiten auszeichnet .....</b>	<b>189</b>
<i>Linda Shields</i>	
11.1 Einführung .....	189
11.2 Professor Roger Watson .....	190
11.3 Schwester Mary Dorothea Sheehan, R. S. M. ....	192
11.4 Dame Maud McCarthy .....	194
11.5 Maria Stromberger .....	196
11.6 Jan Pratt .....	198
11.7 Untersuchungen zum Thema Führung in der Pflege ....	200
11.7.1 Mut .....	201
11.7.2 Risikobereitschaft .....	201
11.7.3 Durchsetzungsfähigkeit .....	202
11.7.4 Fehler machen und aus ihnen lernen .....	203
11.7.5 Toleranz und die Wertschätzung der Anders- artigkeit .....	203
11.7.6 Mitgefühl .....	204
11.7.7 Demut .....	204
11.8 Zusammenfassung .....	205
11.9 Aufgaben .....	205

<b>12.   Ausblick .....</b>	<b>209</b>
<i>Margaret Mc Allister und John B. Lowe</i>	
 <b>13.   Resilienz – Pflegeklassifikationen, Pflegeprozess       und Pflegediagnosen .....</b>	 <b>217</b>
<i>Jürgen Georg</i>	
13.1 Einführung und Übersicht .....	217
13.2 Klassifikatorische Zuordnung. ....	219
13.3 Pflegemodelle und Resilienz .....	222
13.3.1 Resilienz und ABEDL .....	222
13.3.2 Resilienz und funktionelle Gesundheits- verhaltensmuster .....	224
13.3.3 Resilienz, Stress und Coping .....	226
13.4 Resilienz im Pflegeprozess .....	226
13.4.1 Resilienz und Pflegeassessment .....	230
13.4.2 Resilienz, Pflegediagnosen und -diagnostik ....	235
13.4.3 Pflegeentscheidungen – Pflegeziele und -ergebnisse .....	242
13.4.4 Pflegeinterventionen zur Resilienzförderung ...	250
13.5 Ausblick .....	263
 Literaturverzeichnis (dt.).....	 271
Autorenverzeichnis .....	279
Sachwortverzeichnis .....	285