

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	11
Danksagung	13
1 Was bedeutet «Alltagsbegleitung»?	15
1.1 Wohnformen	15
1.1.1 Leben zu Hause	15
1.1.2 Leben im Heim	16
1.1.3 Beispiele für sonstige Lebens- und Wohnformen	17
1.2 Alltagsbegleitung nach dem Normalitätsprinzip	17
1.3 Alltagskompetenz und Bedürfnisse	19
2 Warum ist Alltagsbegleitung notwendig?	23
2.1 «Alltagskompetenz» und «eingeschränkte Alltagskompetenz»	23
2.2 Gesundheit, Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit	24
2.2.1 Gesundheit und Krankheit	24
2.2.2 Behinderung	25
2.2.3 Pflegebedürftigkeit	25
2.3 Einschätzen der Alltagskompetenz (ATL, IATL)	26
2.3.1 Aktivitäten des täglichen Lebens (ATL)	26
2.3.2 Instrumentelle Aktivitäten des täglichen Lebens (IATL)	28
2.3.3 Wie kann die Einschätzung erfolgen?	28
2.4 Menschen mit Demenz im Alltag begleiten	32
2.4.1 Krankheitsbild	32
2.4.2 Die wesentlichen demenziellen Erkrankungen im Überblick	34
2.4.3 Bedürfnisse von Menschen mit Demenz	39
2.4.4 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	40
2.4.5 Begleiten, nicht bevormunden	49
2.4.6 Selbstständigkeit erhalten und Ressourcen nutzen	50
2.4.7 Veränderungen in Wahrnehmung und Sprache bei Demenz	51
2.4.8 Validation	52
2.4.9 Kommunikationsmöglichkeiten auf nonverbaler Ebene	56
2.4.10 Umgang mit herausforderndem Verhalten	57
2.5 Ältere Menschen mit einer Depression im Alltag begleiten	61
2.5.1 Krankheitsbild	61
2.5.2 Bedürfnisse von älteren Menschen mit einer Depression	63

2.5.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	64
2.5.4 Motivieren und aktivieren	66
2.6 Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen im Alltag begleiten	67
2.6.1 Krankheitsbilder von Alkohol- und Medikamentenmissbrauch	67
2.6.2 Bedürfnisse von Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen	70
2.6.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	71
2.6.4 Abhängigkeitserkrankungen in der Pflege und Begleitung thematisieren	74
2.7 Menschen, die sich selbst vernachlässigen, begleiten	76
2.7.1 Selbstvernachlässigung versus «Verwahrlosung»	76
2.7.2 Bedürfnisse bei Menschen mit Selbstvernachlässigung	79
2.7.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	80
2.7.4 Wann und wie intervenieren	81
2.8 Menschen mit Trisomie 21 begleiten	83
2.8.1 Was bedeutet Trisomie 21?	83
2.8.2 Bedürfnisse von Menschen mit Trisomie 21	84
2.8.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	86
2.8.4 Möglichkeiten der Alltagsbegleitung und Inklusion	88
2.9 Menschen mit einem Schlaganfall begleiten	89
2.9.1 Krankheitsbild	89
2.9.2 Bedürfnisse von Menschen mit einem Apoplex	91
2.9.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	92
2.9.4 Ressourcen nutzen und Selbstständigkeit fördern	94
2.9.5 Hilfsmittel zielgerichtet einsetzen	96
2.9.6 Psychosoziale Begleitung	98
2.10 Menschen mit einem Morbus Parkinson begleiten	99
2.10.1 Krankheitsbild	99
2.10.2 Bedürfnisse von Menschen mit Morbus Parkinson	102
2.10.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	103
2.10.4 Begleitung im Alltag	104
2.11 Menschen mit Multipler Sklerose im Alltag begleiten	107
2.11.1 Krankheitsbild	107
2.11.2 Bedürfnisse von Menschen mit Multipler Sklerose	109
2.11.3 Einschränkung in der Alltagskompetenz	110
2.11.4 Begleitung im Alltag	111
2.12 Hochaltrige, gebrechliche Menschen begleiten	113
2.12.1 Gebrechlichkeit (engl. «frailty») und Sarkopenie verstehen	113
2.12.2 Bedürfnisse hochaltriger, gebrechlicher Menschen	114
2.12.3 Einschränkungen in der Alltagskompetenz	115
2.12.4 Bewegungsförderung	118
2.12.5 Ernährungsförderung	119
2.12.6 Sich kümmern um die Verkümmerten	121
2.13 Sonstige Einschränkungen im Alltag	125
2.13.1 Erkrankungen des Bewegungsapparates	125
2.13.2 Herz-Kreislauferkrankungen	126
2.13.3 Diabetes mellitus	128
2.13.4 Übermedikation im Alter	132

2.14 Angehörige pflegebedürftiger Menschen begleiten	133
2.14.1 Die Situation und Rolle der Angehörigen	133
2.14.2 Belastungen pflegender Angehöriger	134
2.14.3 Entlastung pflegender Angehöriger	136
3 Welche Kompetenzen benötigen Alltagsbegleiter?	139
3.1 Was versteht man unter «Kompetenz»?	139
3.1.1 Sozialkompetenz	139
3.1.2 Fachkompetenz	139
3.1.3 Methodenkompetenz	140
3.1.4 Persönliche Kompetenz	145
3.1.5 Personzentrierte Alltagsbegleitung	145
3.2 Biografisch orientierte Alltagsbegleitung	147
3.2.1 Was ist Biografiearbeit?	147
3.2.2 Biografiearbeit in der Alltagsbegleitung	148
3.3 Man kann nicht nicht kommunizieren	150
3.3.1 Wir hören auf «vier Ohren»	151
3.3.2 Kommunikation im Team	152
3.3.3 Kommunikation mit Angehörigen	154
3.4 Beziehungen gestalten, Vertrauen schaffen	156
3.4.1 «Vertrauen» – Balanceakt zwischen Nähe und Distanz	156
3.4.2 «Beziehungspflege» als Basis für Vertrauen	158
3.5 Selbstfürsorgekompetenz in der Alltagsbegleitung	159
3.5.1 Stressphysiologie	160
3.5.2 «Entschleunigung»	163
3.5.3 Selbstfürsorge	164
3.5.4 Stresskompetenz entwickeln	168
3.5.5 Ganzheitliches Stressmanagement	170
3.5.6 Beispiele zur Selbstfürsorge	171
4 Wie können Menschen im Alltag begleitet werden?	175
4.1 Sich selbst versorgen können (ATLs und IATLs)	175
4.1.1 Selbstversorgungsdefizit und Begleitung	176
4.2 Sich verständigen können	176
4.2.1 Kommunikation mit hörgeschädigten Menschen	176
4.2.2 Kommunikation mit seheingeschränkten Menschen	180
4.2.3 Kommunikation mit Menschen mit Spracheinschränkungen	181
4.3 Mobil sein und Bewegung fördern	184
4.3.1 Immobilität und Folgen	185
4.3.2 Mobilisation und Bewegungsförderung	186
4.4 Hauswirtschaft und Ernährung	189
4.4.1 Hauswirtschaftliche Tätigkeiten	189
4.4.2 Lebensmittel einkaufen	191
4.4.3 Nahrung zubereiten	192
4.4.4 «Ich habe keinen Appetit.» – Wenn ältere Menschen das Essen ablehnen	192

4.5 Raum und Zeit gestalten – sich beschäftigen	197
4.5.1 Spielerische Aktivitäten	197
4.5.2 Kreativ sein	199
4.5.3 Musik und Tanz	200
4.5.4 Die Sinne anregen	201
4.5.5 Soziale Kontakte pflegen	205
4.6 Umgebung gestalten – sich sicher fühlen und verhalten	209
4.6.1 Milieutherapie	209
4.6.2 Tiere als Medium in der Milieugestaltung	212
4.6.3 Natur- und pflanzengestützte Begleitung	215
4.6.4 Sicherheit in der Umgebung	217
4.6.5 Wie viel Hygiene ist nötig?	221
4.7 Sinn finden im Werden, Sein und Vergehen	226
4.7.1 Sinn finden	226
4.7.2 Selbstwirksamkeit fördern	227
4.7.3 «Optimismustraining» in der Alltagsbegleitung	228
4.7.4 Umgang mit existenzbedrohenden Erfahrungen im Alltag	230
4.7.5 Glaube und Spiritualität	231
4.7.6 Am Ende des Lebens	231
4.7.7 Trauer in der Alltagsbegleitung	234
4.8 Sexualität leben	237
5 Rechtlicher Überblick	241
5.1 Allgemeine Grundlagen	241
5.1.1 Heimgesetz (HeimG) bzw. Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz	241
5.1.2 Gesetz zur Gleichstellung behinderter Menschen (Behindertengleichstellungsgesetz, BGG)	242
5.1.3 Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz (AGG)	243
5.1.4 Pflegeversicherung (SGB XI)	243
5.1.5 «Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen» – SGB IX	246
5.1.6 Hilfsmittel und Hilfsmittelversorgung	246
5.2 Rechtliche Betreuung	248
5.2.1 Bestellung eines Betreuers	248
5.2.2 Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht	250
5.3 Patientenverfügung	250
5.3.1 Patientenverfügung bei Menschen mit geistiger Behinderung	250
5.3.2 Patientenverfügung bei Menschen mit Demenz	252
5.3.3 Aktuelle rechtliche Situation	254
5.4 Rechtliche Regelungen zur Unterbringung und freiheitsentziehende Maßnahmen	255
5.4.1 Rechtliche Regelungen zur Unterbringung	255
5.4.2 Was sind «freiheitsentziehende Maßnahmen»?	255
5.4.3 Wann sind «freiheitsentziehende Maßnahmen» überhaupt notwendig?	257
5.4.4 Risiken für den Betroffenen	257
5.4.5 Alternativen für «freiheitsentziehende Maßnahmen»	258
5.4.6 Mehr Sicherheit durch «Weglauschutzsysteme» bei Menschen mit Demenz?	259

6 Ethische Grundlagen für die Alltagsbegleitung	261
6.1 Bedeutung einer Berufsethik	261
6.2 Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen	261
6.3 Ethische Kompetenz in der Alltagsbegleitung	263
7 Zur Ausbildung von Alltagsbegleitern	265
7.1 Mindestanforderungen an die Ausbildung	265
7.2 Kritische Anmerkungen zur Ausbildung	266
Literaturverzeichnis	269
Anhang	275
Erstes Pflegestärkungsgesetz Erstes Gesetz zur Stärkung der pflegerischen Versorgung und zur Änderung weiterer Vorschriften	275
Betreuungskräfte-RI Richtlinien nach § 87b Abs. 3 SGB XI zur Qualifikation und zu den Aufgaben von zusätzlichen Betreuungskräften in stationären Pflegeeinrichtungen (Betreuungskräfte-RI) ...	276
Über die Autorin	279
Glossar «Praxishandbuch Alltagsbegleitung»	281
Sachwortverzeichnis	285