

# Inhaltsverzeichnis

1	Grundlagen der Alltagsbegleitung .....	11
1.1	Wohnformen .....	12
1.2	Alltagsbegleitung nach dem Normalitätsprinzip .....	14
1.3	Alltagskompetenz und Bedürfnisse .....	15
1.4	Gesundheit, Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit .....	18
1.5	Einschätzen der Alltagskompetenz (ADL, IADL) .....	21
1.6	Wie kann die Einschätzung erfolgen? .....	25
2	Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz begleiten .....	31
2.1	Menschen mit Demenz im Alltag begleiten .....	32
2.1.1	Definition .....	32
2.1.2	Symptome einer Demenz .....	32
2.1.3	Stadien einer Demenz .....	33
2.1.4	Formen der Demenz-Krankheitsbilder .....	34
2.1.5	Einschränkungen in der Alltagskompetenz bei Demenz .....	47
2.1.6	Begleiten, nicht bevormunden .....	53
2.1.7	Selbstständigkeit erhalten und Ressourcen nutzen ..	53
2.1.8	Veränderungen in Wahrnehmung und Sprache bei Demenz .....	54
2.1.9	Validation .....	56
2.1.10	Kommunikationsmöglichkeiten auf nonverbaler Ebene .....	57
2.1.11	Herausforderndes Verhalten .....	58
2.2	Ältere Menschen mit einer Depression im Alltag begleiten .....	64
2.2.1	Krankheitsbild .....	64
2.2.2	Einschränkungen in der Alltagskompetenz .....	65
2.2.3	Motivieren und aktivieren .....	68

2.3	Menschen mit Abhängigkeitserkrankungen im Alltag begleiten . . . . .	71
2.3.1	Alkoholkrankheit . . . . .	71
2.3.2	Medikamentenabhängigkeit . . . . .	74
2.3.3	Einschränkungen in der Alltagskompetenz . . . . .	75
2.3.4	Abhängigkeitserkrankungen thematisieren . . . . .	81
2.4	Menschen, die sich selbst vernachlässigen, begleiten . . . . .	83
2.4.1	Was bedeutet „Selbstvernachlassigung“? . . . . .	83
2.4.2	Merkmale einer Selbstvernachlassigung . . . . .	83
2.4.3	Formen der Selbstvernachlassigung . . . . .	84
2.4.4	Einschränkungen in der Alltagskompetenz . . . . .	86
2.4.5	Wann und wie intervenieren? . . . . .	86
2.5	Menschen mit Trisomie 21 begleiten . . . . .	92
2.5.1	Was bedeutet Trisomie 21? . . . . .	92
2.5.2	Überblick über Ursachen und Symptome . . . . .	92
2.5.3	Einschränkungen in der Alltagskompetenz . . . . .	94
2.5.4	Möglichkeiten der Alltagsbegleitung und Inklusion . . . . .	94
2.6	Menschen mit einem Schlaganfall begleiten . . . . .	99
2.6.1	Krankheitsbild . . . . .	99
2.6.2	Einschränkungen in der Alltagskompetenz . . . . .	101
2.6.3	Ressourcen nutzen und Selbstständigkeit fördern . . . . .	104
2.6.4	Hilfsmittel zielgerichtet einsetzen . . . . .	107
2.6.5	Psychosoziale Begleitung . . . . .	107
2.7	Menschen mit einem Morbus Parkinson begleiten . . . . .	111
2.7.1	Krankheitsbild . . . . .	111
2.7.2	Einschränkungen bei der Alltagskompetenz . . . . .	115
2.7.3	Begleitung im Alltag . . . . .	118
2.7.4	Psychosoziale Begleitung . . . . .	121
2.7.5	Hilfsmittel gezielt einsetzen . . . . .	122
2.8	Menschen mit Multipler Sklerose im Alltag begleiten . . . . .	123
2.8.1	Krankheitsbild . . . . .	123
2.8.2	Einschränkungen in der Alltagskompetenz . . . . .	126

2.8.3	Begleitung im Alltag . . . . .	130
2.9	<b>Hochaltrige, gebrechliche Menschen begleiten . . . . .</b>	133
2.9.1	Gebrechlichkeit (engl. „frailty“) und Sarkopenie . . . . .	133
2.9.2	Einschränkungen in der Alltagskompetenz . . . . .	135
2.9.3	Bewegungsförderung . . . . .	141
2.9.4	Ernährungsförderung . . . . .	142
2.9.5	Sich kümmern um die Verkümmerten . . . . .	145
2.10	<b>Sonstige Einschränkungen im Alltag . . . . .</b>	148
2.10.1	Erkrankungen des Bewegungsapparates . . . . .	148
2.10.2	Herz-Kreislauferkrankungen . . . . .	150
2.10.3	Diabetes mellitus . . . . .	152
2.10.4	Übermedikation im Alter . . . . .	156
2.11	<b>Angehörige pflegebedürftiger Menschen begleiten . . . . .</b>	158
2.11.1	Rolle pflegender Angehöriger . . . . .	158
2.11.2	Belastungen pflegender Angehöriger . . . . .	159
2.11.3	Entlastung pflegender Angehöriger . . . . .	161
3	<b>Welche Kompetenzen benötigen Alltagsbegleiter? . . . . .</b>	163
3.1	<b>Was versteht man unter „Kompetenz“? . . . . .</b>	164
3.1.1	Sozialkompetenz . . . . .	164
3.1.2	Fachkompetenz . . . . .	164
3.1.3	Methodenkompetenz . . . . .	165
3.1.4	Persönliche Kompetenz . . . . .	169
3.1.5	Personenzentrierte Alltagsbegleitung . . . . .	170
3.2	<b>Biografisch orientierte Alltagsbegleitung . . . . .</b>	172
3.2.1	Was ist Biografiearbeit? . . . . .	172
3.2.2	Biografiearbeit in der Alltagsbegleitung . . . . .	173
3.3	<b>Kommunikation . . . . .</b>	176
3.3.1	„Nachrichtenquadrat“ nach Schulz von Thun . . . . .	176
3.3.2	Kommunikation im Team . . . . .	179
3.3.3	Kommunikation mit Angehörigen . . . . .	180
3.4	<b>Beziehungen gestalten, Vertrauen schaffen . . . . .</b>	181
3.4.1	„Beziehungspflege“ als Basis für Vertrauen . . . . .	181
3.5	<b>Selbstfürsorgekompetenz in der Alltagsbegleitung . . . . .</b>	183
3.5.1	Stress und Stressoren . . . . .	183

3.5.2	„Entschleunigung“ in der Alltagsbegleitung . . . . .	187
3.5.3	Selbstfürsorge . . . . .	187
3.5.4	Stresskompetenz entwickeln . . . . .	188
4	Wie können Menschen im Alltag begleitet werden . . . . .	193
4.1	Sich selbst versorgen können . . . . .	194
4.1.1	Selbstversorgungsdefizit und Begleitung . . . . .	194
4.2	Sich verständigen können . . . . .	196
4.2.1	Kommunikation mit hörgeschädigten Menschen . . . . .	196
4.2.2	Kommunikation mit seheingeschränkten Menschen . . . . .	199
4.2.3	Kommunikation mit spracheingeschränkten Menschen . . . . .	202
4.3	Mobil sein und Bewegung fördern . . . . .	207
4.3.1	Mobilität und Immobilität . . . . .	207
4.3.2	Mobilisation und Bewegungsförderung . . . . .	209
4.4	Hauswirtschaft und Ernährung . . . . .	213
4.4.1	Hauswirtschaftliche Tätigkeiten . . . . .	213
4.4.2	Lebensmittel einkaufen . . . . .	215
4.4.3	Nahrungszubereitung . . . . .	217
4.4.4	„Nahrungsverweigerung“ im Alter . . . . .	218
4.5	Beschäftigungsangebote . . . . .	226
4.5.1	Spielerische Aktivitäten . . . . .	227
4.5.2	Kreativ sein . . . . .	230
4.5.3	Musik und Tanz . . . . .	231
4.5.4	Die Sinne anregen . . . . .	232
4.5.5	Soziale Kontakte pflegen . . . . .	237
4.6	Umgebung gestalten . . . . .	241
4.6.1	Milieutherapie . . . . .	241
4.6.2	Tiere als Medium in der Milieugestaltung . . . . .	246
4.6.3	Natur- und pflanzengestützte Begleitung . . . . .	249
4.6.4	Sicherheit in der Umgebung . . . . .	253
4.6.5	Hygiene in der Alltagsbegleitung . . . . .	258
4.7	Umgang mit existenzbedrohenden Erfahrungen im Alltag . . . . .	266

4.7.1	Sinn finden . . . . .	266
4.7.2	Selbstwirksamkeit . . . . .	267
4.7.3	„Optimismustraining“ . . . . .	269
4.7.4	Umgang mit existenzbedrohenden Erfahrungen im Alltag . . . . .	271
4.8	Sexualität in der Alltagsbegleitung . . . . .	277
4.8.1	Umgang mit Sexualität bei Menschen mit Demenz .	277
4.8.2	Sexualität bei Menschen mit geistiger Behinderung .	279
5	Rechtlicher Überblick . . . . .	281
5.1	Allgemeine Grundlagen . . . . .	282
5.1.1	Heimgesetz (HeimG) . . . . .	282
5.1.2	Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz (WBVG) . .	283
5.1.3	Gesetz zur Gleichstellung behinderter Menschen (Behindertengleichstellungsgesetz, BGG) . . . . .	284
5.1.4	Allgemeines Gleichbehandlungsgesetz (AGG) . .	285
5.1.5	Sozialgesetzbuch XI (SGB XI) – Soziale Pflegeversicherung . . . . .	285
5.1.6	„Rehabilitation und Teilhabe behinderter Menschen“ – SGB IX . . . . .	287
5.1.7	Hilfsmittel und Hilfsmittelversorgung . . . . .	288
5.2	Betreuungsrecht . . . . .	292
5.2.1	Was bedeutet „rechtliche Betreuung“? . . . . .	292
5.2.2	Bestellung eines Betreuers . . . . .	292
5.2.3	Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht . . . . .	296
5.3	Patientenverfügung . . . . .	298
5.3.1	Patientenverfügung bei Menschen mit geistiger Behinderung . . . . .	298
5.3.2	Patientenverfügung bei Menschen mit Demenz . .	299
5.3.3	Aktuelle rechtliche Situation . . . . .	301
5.4	Regelungen zu freiheitsentziehende Maßnahmen und zur Unterbringung . . . . .	304
5.4.1	Was sind „freiheitsentziehende Maßnahmen“? . .	304
5.4.2	Wann sind „freiheitsentziehende Maßnahmen“ überhaupt notwendig? . . . . .	307

5.4.3 Rechtliche Regelungen zur Unterbringung . . . . .	309
6 Ethische Grundlagen . . . . .	311
6.1 Wichtige Begriffe der Ethik . . . . .	312
6.1.1 Ethik . . . . .	312
6.1.2 Werte und Normen . . . . .	312
6.1.3 Moral . . . . .	312
6.1.4 Gewissen . . . . .	313
6.2 Berufsethik . . . . .	314
6.2.1 Ethische Kompetenz in der Alltagsbegleitung . . . . .	315
6.2.2 Charta der Rechte hilfe- und pflegebedürftiger Menschen . . . . .	316
7 Ausbildung von Alltagsbegleitern . . . . .	319
 Anhang . . . . .	323
Checkliste – Ausflug planen und durchführen . . . . .	324
Checkliste – Feste planen und durchführen . . . . .	327
Checkliste – Gruppenstunden planen und durchführen . . . . .	329
 Literaturverzeichnis . . . . .	333
Autorenverzeichnis . . . . .	339
Sachwortverzeichnis . . . . .	341