

Inhalt

Vorwort	5
1 Darstellung einer methodischen Vorgehensweise: den Einzelfall verstehen	11
1.1 Das hermeneutische Verstehen des Einzelfalls	14
1.1.1 Die pflegerische Fallarbeit: die Fallbespre- chung	16
1.2 Das ressourcenorientierte Verstehen am Einzelfall	20
1.2.1 Die pflegerische Fallarbeit: die ressourcen- orientierte Fallbesprechung	21
1.3 Der Prozess der pflegerischen Befundung am Einzelfall	21
1.4 Das Ausbalancieren von Selbstständigkeit und das Risiko von Stürzen	23
1.5 Fazit	24
1.6 Meine Lerngeschichte	25
2 Selbstständigkeit aus der Perspektive der älteren Menschen	27
2.1 Die körperliche Bewegung	28
2.2 Die kognitive Bewegung	31
2.3 Die psychische Bewegung	31
2.4 Die emotionale Bewegung	32
2.5 Die soziale Bewegung	33
2.6 Fazit	34
2.7 Meine Lerngeschichte	35
3 Selbstständigkeit aus der Perspektive der älteren Menschen	36
3.1 Möglichkeiten und Grenzen der Selbstständigkeit im Alter	36
3.2 Die Vorstellung von Selbstständigkeit bei älteren Menschen im privaten Wohnraum und in der Öffentlichkeit	39
3.3 Die Bedeutung von erlebter Sicherheit und Selbstständigkeit	40
3.3.1 Kraft, Geschwindigkeit und Genauigkeit in der motorischen Leistungsfähigkeit	42

3.3.2	Koordination in der motorischen Leistungsfähigkeit	43
3.3.3	Ausdauer und Beweglichkeit in der motorischen Leistungsfähigkeit	44
3.4	Lernen und Training von Mobilität zur Erhaltung der Selbstständigkeit	46
3.5	Fazit	48
3.6	Meine Lerngeschichte	48
4	Die Förderung von Selbstständigkeit durch professionelle Personen	50
4.1	Die Reflexion der Selbstständigkeit und der Einschränkungen im Alltag	50
4.2	Die Darstellung einer Auswahl von Fördermöglichkeiten	52
4.2.1	Therapieangebote zum kognitiven Training ..	53
4.2.2	Sozio- und psychotherapeutische Verfahren für Menschen mit kognitiven Einschränkungen	53
4.2.3	Mobilitätstraining und Sturzprävention	56
4.2.4	Rehabilitativ-aktivierend-therapeutische Ansätze	57
4.2.5	Barrierefreiheit für ältere Menschen	64
4.2.6	Selbstständigkeit außerhalb der Wohnung ...	66
4.3	Sicherung der Nachhaltigkeit	67
4.4	Fazit	67
4.5	Meine Lerngeschichte	68
5	Schlusswort und Darstellung des Lernerfolgs	70
	Literatur	71
	Stichwortverzeichnis	73