

# Inhalt

<b>Vorausgeschickt</b> . . . . .	9	2.6	Den Wohnraum und die Umgebung gestalten . . . . .	68
<b>Wissenswertes in Kürze</b> . . . . .	10	2.7	Die Zeit gestalten . . . . .	77
1 „Philosophie“ der Kursreihe . . . . .	10	2.8	Abschlussrunde . . . . .	82
2 Hinweise für Kursleitungen und Veranstalter . . . . .	11	3	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	82
3 Kommentierte Literaturhinweise zur Situation pflegender Angehöriger und zu Pflegekursen . . . . .	14	<b>Anhang auf CD</b> . . . . .		83
<b>Anhang:</b> Pausengestaltung . . . . .	20	A) Folien 1 bis 5		
		B) Arbeitsblatt: Wie war der Angehörige früher, vor Eintritt der Pflegebedürftigkeit/ Erkrankung?		
		C) Gedicht zum Einstieg – Beziehungen gestalten		
		D) Einstieg zur Abschlussrunde: Ich wünsche Dir Zeit		
<b>Modul 1:</b> Einführung, Kennenlernen, rechtliche und finanzielle Aspekte . . . . .	22	<b>Modul 3:</b> Entlastung und Selbstsorge . . . . .		85
<b>Thematischer Überblick</b> . . . . .	22	<b>Thematischer Überblick</b> . . . . .		85
<b>Einführung</b> . . . . .	22	<b>Einführung</b> . . . . .		85
1 Zeitrahmen . . . . .	23	1 Zeitrahmen . . . . .		86
2 Ablauf . . . . .	24	2 Ablauf . . . . .		87
2.1 Einführung und Kennenlernen . . . . .	24	2.1 Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .		87
2.2 Rechtliche und finanzielle Aspekte . . . . .	29	2.2 Einstieg . . . . .		87
2.3 Abschlussrunde . . . . .	44	2.3 Entlastungsmöglichkeiten und Hilfen . . . . .		88
3 Literaturauswahl und Adressen . . . . .	44	2.4 Wenn es zu Hause nicht mehr geht . . . . .		101
<b>Anhang auf CD</b> . . . . .	46	2.5 Selbstsorge . . . . .		108
A) Folien 1 bis 10		2.6 Abschlussrunde . . . . .		118
B) Arbeitsblatt: Wie war die / der Angehörige früher, vor Eintritt der Pflegebedürftigkeit/ Erkrankung?		3 Literaturauswahl und Adressen . . . . .		118
C) Handout: Widerspruch bei der Pflegekasse		<b>Anhang auf CD</b> . . . . .		119
D) Handout: Weiterführende Literatur und Adressen		A) Folien 1 bis 7		
		B) Handout: Mögliche Fragen bei der Auswahl eines Pflegedienstes		
		C) Handout: Darauf sollten Sie beim Pflegevertrag achten		
		D) Arbeitsblatt		
		E) Gedichte		
<b>Modul 2:</b> Das Leben gestalten . . . . .	51	<b>Modul 4:</b> Körperpflege . . . . .		122
<b>Thematischer Überblick</b> . . . . .	51	<b>Thematischer Überblick</b> . . . . .		122
<b>Einführung</b> . . . . .	51	<b>Einführung</b> . . . . .		122
1 Zeitrahmen . . . . .	52	1 Zeitrahmen . . . . .		123
2 Ablauf . . . . .	53			
2.1 Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .	53			
2.2 Einstieg: Das Leben gestalten . . . . .	53			
2.3 Normalität und Lebenswelt . . . . .	54			
2.4 Altersbedingte Veränderungen und Lebensgestaltung . . . . .	58			
2.5 Beziehungen gestalten . . . . .	60			

2	Ablauf . . . . .	124	2.3	Impuls: Kinästhetik . . . . .	181
2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .	124	2.4	Übungsteil I: Kinästhetik . . . . .	189
2.2	Einstieg: Individualität . . . . .	124	2.5	Abschluss . . . . .	191
2.3	Körperpflege: Was ist wichtig? . . . . .	125	3	Beobachtungsschwerpunkt Puls und Blutdruck (fakultativ) . . . . .	192
2.4	Körperpflege – nicht immer problemlos . . . . .	126	3.1	Puls . . . . .	192
2.5	Körperpflege gestalten . . . . .	130	3.2	Blutdruck . . . . .	192
2.6	An- und Auskleiden . . . . .	143	4	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	193
2.7	Ausscheidungen . . . . .	144			
2.8	Abschlussrunde . . . . .	152			
3	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	153			
	Anhang auf CD . . . . .	155			
	A) Folien 1 bis 6				
	<b>Modul 5: Ernährung</b> . . . . .	156			
	Thematischer Überblick . . . . .	156			
	Einführung . . . . .	156			
1	Zeitrahen . . . . .	157			
2	Ablauf . . . . .	157			
2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .	157			
2.2	Einstieg: Bedeutungen der Ernährung . . . . .	157			
2.3	Übung Teil I: Bedeutungen der Ernährung . . . . .	158			
2.4	Impuls: Die Geschmäcker sind verschieden . . . . .	159			
2.5	Übung Teil II: Die Geschmäcker sind verschieden . . . . .	160			
2.6	Impuls: Richtige Ernährung . . . . .	161			
2.7	Übung Teil III – Richtige Ernährung . . . . .	165			
2.8	Lust und Frust beim Essen . . . . .	168			
2.9	Übung Teil IV: Probleme erkennen, Veränderungen schaffen . . . . .	174			
2.10	Abschlussrunde . . . . .	175			
3	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	175			
	Anhang auf CD . . . . .	177			
	A) Folien 1 bis 8				
	B) Zitate und Redewendungen „Bedeutungen der Ernährung“				
	C) Arbeitsblatt zur Übung				
	D) Handout zur Flüssigkeitszufuhr				
	<b>Modul 6: Bewegung I</b> . . . . .	179			
	Thematischer Überblick . . . . .	179			
	Einführung . . . . .	179			
1	Zeitrahen . . . . .	180			
2	Ablauf . . . . .	181			
2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .	181			
2.2	Einstieg: Bewegung . . . . .	181			
2.3	Impuls: Kinästhetik . . . . .	181			
2.4	Übungsteil I: Kinästhetik . . . . .	189			
2.5	Abschluss . . . . .	191			
3	Beobachtungsschwerpunkt Puls und Blutdruck (fakultativ) . . . . .	192			
3.1	Puls . . . . .	192			
3.2	Blutdruck . . . . .	192			
4	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	193			
	Anhang auf CD . . . . .	195			
	A) Folien 1 bis 13				
	<b>Modul 7: Bewegung II – Schmerz</b> . . . . .	197			
	Thematischer Überblick . . . . .	197			
	Einführung . . . . .	197			
1	Zeitrahen . . . . .	198			
2	Ablauf . . . . .	198			
2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .	198			
2.2	Wiederholung Kinästhetik . . . . .	198			
2.3	Übungen Kinästhetik . . . . .	199			
2.4	Einstieg: Jeder Schmerz ist anders – welcher betrifft mich? . . . . .	203			
2.5	Dem Schmerz begegnen . . . . .	204			
2.6	Mit Schmerz umgehen . . . . .	208			
2.7	Abschluss: Und wo bleibt mein Schmerz? . . . . .	212			
3	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	213			
	Anhang auf CD . . . . .	215			
	A) Folien 1 bis 21				
	<b>Modul 8: Vorbeugende Maßnahmen Teil I</b> . . . . .	219			
	Thematischer Überblick . . . . .	219			
	Einführung . . . . .	219			
1	Zeitrahen . . . . .	220			
2	Ablauf . . . . .	220			
2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul . . . . .	220			
2.2	Einstieg: Vorbeugende Maßnahmen im Alltag . . . . .	220			
2.3	Kontraktprophylaxe . . . . .	220			
2.4	Dekubitusprophylaxe . . . . .	225			
2.5	Übung . . . . .	232			
2.6	Bettlägerigkeit . . . . .	232			
2.7	Bewegen im Bett . . . . .	233			
2.8	Impuls: Bewegungsförderung . . . . .	235			
2.9	Abschlussrunde . . . . .	237			
3	Literaturauswahl und Adressen . . . . .	237			
	Anhang auf CD . . . . .	239			
	A) Folien 1 bis 14				

<b>Modul 9:</b>	Vorbeugende Maßnahmen Teil II	241	2.4	Hilfsangebote	304
	Thematischer Überblick	241	2.5	Abschluss	305
	Einführung	241	3	Erweiterung der Schulung	306
	1	Zeitrahmen	4	Literaturauswahl und Adressen	306
	2	Ablauf		Anhang auf CD	308
	2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul		A) Folien 1 bis 4	
	2.2	Einstieg: Erfahrungen		<b>Zusatzmodul 2:</b> Pflege an Krebs erkrankter	
	2.3	Sturzprophylaxe		Menschen	309
	2.4	Thromboseprophylaxe		Einführung	309
	2.5	Pneumonieprophylaxe		1	Zeitrahmen
	2.6	Aspirationsprophylaxe		2	Ablauf
	2.7	Zusammenfassende Übung		2.1	Einstieg
	2.8	Abschlussrunde		2.2	Erfahrungsaustausch
	3	Literaturauswahl und Adressen		2.3	Themengebiete
	Anhang auf CD	273		2.4	Weitere Hilfsmöglichkeiten
	A) Folien 1 bis 9			2.5	Abschluss
	B) Arbeitsblatt: Vorbeugende Maßnahmen zur Vermeidung von Stürzen			3	Erweiterung der Schulung
	C) Arbeitsblatt: Vorbeugende Maßnahmen			4	Literatur (Auswahl)
	<b>Modul 10:</b> Begleitung am Lebensende	275		Anhang auf CD	317
	Thematischer Überblick	275		A) Folien 1 bis 3	
	Einführung	275		<b>Zusatzmodul 3:</b> Pflege an Parkinson erkrankter	
	1	Zeitrahmen		Menschen	318
	2	Ablauf		Einführung	318
	2.1	Fragen zum vorhergehenden Modul		1	Zeitrahmen
	2.2	Einstieg: Über das Sterben sprechen		2	Ablauf
	2.3	Pflege am Ende des Lebens		2.1	Einstieg
	2.4	Die Auseinandersetzung mit dem eigenen Tod		2.2	Erfahrungsaustausch
		283		2.3	Themengebiete
	2.5	Das Lebensende begleiten		2.4	Weitere Hilfsmöglichkeiten
	2.6	Wenn der Tod eingetreten ist		2.5	Abschluss
	2.7	Abschied nehmen und trauern		3	Erweiterung der Schulung
	2.8	Abschlussrunde		4	Literaturauswahl und Adressen
	3	Literaturauswahl und Adressen		Anhang auf CD	326
	Anhang auf CD	297		A) Folien 1 bis 4	
	A) Folien 1 bis 6			<b>Zusatzmodul 4:</b> Pflege an Rheuma erkrankter	
	<b>Zusatzmodul 1:</b> Pflege an Demenz erkrankter			Menschen	327
	Menschen	298		Einführung	327
	Einführung	298		1	Zeitrahmen
	1	Zeitrahmen		2	Ablauf
	2	Ablauf		2.1	Einstieg
	2.1	Einstieg		2.2	Erfahrungsaustausch
	2.2	Wissensvermittlung Krankheitsbild		2.3	Themengebiete
	2.3	Krankheitserleben der Betroffenen und Umgang mit Demenzkranken		2.4	Weitere Hilfsmöglichkeiten
		300			

2.5	Abschluss .....	331	<b>Anhang</b> .....	346
3	Erweiterung der Schulung .....	332	Evaluation: Dokumentationsbogen für Kursleiter und Kursleiterinnen .....	346
4	Literatur .....	332	Evaluation: Befragung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer zum Kurs für pflegende Angehörige .....	347
Anhang auf CD .....		334	Die Autorinnen .....	350
A) Folien 1 bis 3			Inhalt der CD-ROM .....	351
<b>Zusatzmodul 5: Pflege von Menschen nach einem Schlaganfall.</b> .....				
Einführung .....		335		
1	Zeitrahmen .....	335		
2	Ablauf .....	336		
2.1	Einstieg .....	336		
2.2	Erfahrungsaustausch .....	336		
2.3	Themengebiete .....	336		
2.4	Weitere Hilfsmöglichkeiten .....	341		
2.5	Abschluss .....	342		
3	Erweiterung der Schulung .....	342		
4	Literaturauswahl und Adressen .....	342		
Anhang auf CD .....		345		
A) Folien 1 bis 4				