

Inhalt

Teil A Anforderungen an innovative Therapieverfahren

1	Das biomedizinische Krankheitsmodell hinter sich lassen	3
1.1	Das biomedizinische Krankheitsmodell	4
1.2	Paradigmenwechsel in der Naturwissenschaft	7
2	Der Mensch: Ein lebendes System	9
2.1	Selbstorganisation: Die charakteristische Gemeinsamkeit lebender Systeme .	10
2.2	Das gesunde lebende System	11
2.3	Das biopsychosoziale Krankheitsmodell	13
3	Die Gesundheit in den Mittelpunkt rücken: Salutogenese	17
3.1	Zentrale Kernaussagen des Salutogenese-Modells	18
3.2	Der Kohärenzsinn	20
3.3	Kohärenzsinn und Krankheitsbewältigung	21
3.4	Salutogenese: Praktische Umsetzbarkeit	22
	Literatur	23

Teil B Anforderungen an innovative Therapeuten

4	Das Erleben des Patienten respektieren	31
4.1	Konstruktivistische Erkenntnistheorie	32
4.2	Wirklichkeit als sozialer Konsens .	32

4.3	Individuelle Wirklichkeiten akzeptieren und respektieren	33
-----	---	----

5 Kommunikation als physiotherapeutisches Mittel akzeptieren

5.1	Verbale Kommunikation	36
5.2	Nonverbale Kommunikation	37
5.3	Die Bedeutung von Kommunikation in der Therapie	38
5.4	Eckpfeiler in der therapeutischen Kommunikation	39
5.5	Kommunikation macht Therapie verstehbar	40

6 Ziele der Therapie mit dem Patienten erarbeiten

6.1	Warum ist ein Therapieauftrag so wichtig für salutogene Therapie? ..	42
6.2	Zielsetzung	42

7 Lebensraum und Lebenszeit des Patienten berücksichtigen

7.1	Vorbereitung des Patienten auf den Alltag	48
7.2	Selbstwirksamkeitsüberzeugung ..	49
	Literatur	50

Teil C Mentales Training

8 Erklärungsansätze zur Bewegungsregulation

8.1	Motor Approach	54
8.2	Action Approach	54
8.3	Die Kontroverse	55
8.4	Bewegung systemisch verstehen ..	56

9	Mentales Training im Hochleistungssport	59
9.1	Erarbeitung einer Bewegungsvorstellung	60
9.2	Formen des Mentalen Trainings ...	62
9.3	Voraussetzungen für das Mentale Training	63
9.4	Wirksamkeit des Mentalen Trainings	64
9.5	Erklärungsansätze für die Wirksam- keit des Mentalen Trainings	64

10	Mentales Training in der Rehabilitation	65
10.1	Mentales Training in der Reha- bilitation verletzter Spitzensportler	66
10.2	Mentales Training in der neuro- logischen Rehabilitation	68
10.3	Mentales Training und Salutogenese Literatur	70 72

**Teil D Mentales Gehtraining:
Grundlagen**

11	Wiedererlernen der Gehbewegung in der Rehabilitation	77
11.1	Der menschliche Gang	78
11.2	Gehschule in der Rehabilitation: Herkömmliche Verfahren	81
12	Mentales Gehtraining: Beschreibung des Verfahrens	85
12.1	Bewegungsbeschreibung	87
12.2	Bewegungsanweisung	90
12.3	Mentale Bewegungsrepräsentation	95
12.4	Motorisches Training	95
12.5	Mentales Training	98
12.6	Realisierung und Analyse	100
12.7	Häufige Fragen zur praktischen Durchführung des Mentalen Gehtrainings	101

13	Wirkungsweisen des Therapieverfahrens Mentales Gehtraining	105
13.1	Mentales Gehtraining zur Optimierung der Bewegungsausführung	106
13.2	Mentales Gehtraining zur Umsetzung des Salutogenese-Modells	106
	Literatur	108

**Teil E Mentales Gehtraing:
Praxisbeispiele**

14	Gelenkendoprothetik nach Arthrose	115
14.1	Besonderheiten des Krankheitsbildes	116
14.2	Endoprothese nach Coxarthrose	117
14.3	Endoprothese nach Gonarthrose	120
15	Prothesen ganzer Extremitäten ..	125
15.1	Besonderheiten des Krankheitsbildes	126
15.2	Oberschenkelamputation	126
15.3	Umkehrplastik	130
16	Zentrale Schädigung	133
16.1	Besonderheiten des Krankheitsbildes	134
16.2	Hemiparese nach Schlaganfall	134
16.3	Multiple Sklerose	137
	Literatur	140

Teil F Anhang

Anhang 1: Lebende Systeme und Selbstorganisation	145
Anhang 2: Bewegung und Wahrnehmung als System	151
Anhang 3: Erklärungsansätze für die lern- und leistungssteigernden Effekte des Mentalen Trainings	155
Sachverzeichnis	159