



EUROPA-FACHBUCHREIHE
für Berufe im Gesundheitswesen

Fachwissen Pflege

Gerontologie und Gerontopsychiatrie

für Pflegeberufe

8. aktualisierte Auflage

VERLAG EUROPA-LEHRMITTEL · Nourney, Vollmer GmbH & Co. KG
Düsseldorf Straße 23 · 42781 Haan-Gruiten

Europa-Nr.: 65012

Autorin:

Ulrike Marwedel, Dipl.-Päd., Dipl.-Gerontol.

Verlagslektorat:

Claudia Nühs, M.A.

Bildbearbeitung:

Zeichenbüro Verlag Europa-Lehrmittel, Ostfildern

Karikaturen:

Andreas Steinmetz

Fotos, die nicht anderweitig gekennzeichnet sind:

Robert Thiele

Wichtige Hinweise für die Leser/innen:

Wegen des schnellen Zuwachses an neuen Erkenntnissen in Medizin, Therapie und Pflege ist es unerlässlich, dass Pflegende und Anwender/innen die in diesem Buch angegebenen Informationen zu Medikamenten, Diagnosen und diagnostischen Verfahren, Konzepten, Therapien und anderen Interventionen eigenständig auf ihre Verträglichkeit und Aktualität hin überprüfen. Der Verlag und die Autorin übernehmen keine Haftung für jegliche Schäden und/oder Verletzungen an Personen oder Eigentum, im Rahmen von Produkthaftung, Fahrlässigkeit oder anderweitig.

Aus dem Fehlen eines Hinweises auf einen geschützten Warennamen kann nicht geschlossen werden, dass es sich um einen freien Warennamen handelt.

8. aktualisierte Auflage 2021

Druck 5 4 3 2 1

Alle Drucke derselben Auflage sind parallel einsetzbar, da sie bis auf die Korrektur von Druckfehlern identisch sind.

ISBN 978-3-8085-6508-7

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der gesetzlich geregelten Fälle muss vom Verlag schriftlich genehmigt werden.

© 2021 by Verlag Europa-Lehrmittel, Nourney, Vollmer GmbH & Co. KG, 42781 Haan-Gruiten
www.europa-lehrmittel.de

Umschlag: braunwerbeagentur, Fr. Braun, 42477 Radevormwald;

Umschlagfoto (Charlotte Frank, 90 Jahre, und Angelika Milster):

Esther Haase für Pflegestation Jahnke, Berlin

Satz: Punkt für Punkt GmbH · Mediendesign, 40549 Düsseldorf

Druck: Lensing Druck GmbH & Co. KG, 48683 Ahaus

Danksagung

Bei allen Personen, die mich bei der Arbeit an diesem Buch unterstützten, möchte ich mich herzlich bedanken.

Insbesondere gilt mein Dank

Dr. Gabriele Maier für ihre Mitarbeit an den Kapiteln 11, 12 und 16,
Dr. Susanna Re für ihre Mitarbeit am Kapitel 14,
Michaela Grüner für Korrekturen,
Martin Würtz für tatkräftige Unterstützung,
Monika Asmussen für differenzierte Diskussionen,
Ingrid Hendlmeier für zahlreiche Anregungen aus der Praxis,
den Bewohnerinnen, Bewohnern und Pflegekräften des Hauses Adam-Müller-Guttenbrunn vom Caritasverband Stuttgart e.V., insbesondere Frau Werner, für die Erlaubnis, in der Einrichtung zu fotografieren,
den Mitarbeiterinnen und der Geschäftsführung des Verlags Europa-Lehrmittel für das entgegengebrachte Vertrauen und die engagierte Unterstützung.

Vorwort

„Gerontologie und Gerontopsychiatrie“ ist in der 8. Auflage ausgerichtet auf die **neue generalistische Pflegeausbildung** und bietet gerontologisches und gerontopsychiatrisches Fachwissen für die Altenpflege sowie die dazugehörigen psychologischen, soziologischen und psychiatrischen Grundlagen.

Gerontologisches Wissen ist eine unentbehrliche Grundlage für ein ganzheitliches Verständnis von Prozessen des Alterns und damit eine wesentliche Voraussetzung für professionelle Pflege und für die Kooperation im interdisziplinären Team.

Gerontopsychiatrie ist Teil der Krankheitslehre im Berufsbild Altenpflege und gewinnt als medizinische Teildisziplin auch bedingt durch den demografischen Wandel immer mehr an Bedeutung.

Das Buch eignet sich für:

- **Pflegekräfte in der Ausbildung**, insbesondere im Schwerpunkt **Altenpflege** und **Altenpflegehilfe**,
- **Fachkräfte in der Altenpflege**, die ihr gerontologisches und gerontopsychiatrisches Wissen ergänzen, vertiefen oder auffrischen wollen,
- **Quereinsteiger*innen** im Pflegeberuf,
- **Fortbildungen** in altenpflegerischen Themen,
- **pflegende Angehörige**, die eine fachkundigere Begleitung anstreben.

Diese Neuauflage basiert auf den **Rahmenlehrplänen für den theoretischen und praktischen Unterricht nach § 53 des Pflegeberufgesetzes**. Berücksichtigt wurde hier das Konzept der **Curricularen Einheiten (CE)**, die in einer Übersicht (S. 15) den einzelnen Kapiteln und den zentralen Themen zugeordnet wurden.

Didaktische Struktur:

- Eine **Mindmap** und eine kurze **Zusammenfassung** zum Kapitelauftritt führen in das Thema ein.
- **Zahlreiche Beispiele**, individuelle Krankheitsverläufe, Tests/Fragebögen und Vorschläge für fächerübergreifendes Arbeiten führen zu einer interdisziplinären Sichtweise.
- Grundlagen und Fachwissen greifen adäquat ineinander und werden durch **Aufgaben im Text** ergänzt.
- **Zusätzliche Aufgaben und Anregungen** am Kapitelende dienen der Überprüfung der Lernziele.
- Ein **Glossar** und ein umfangreiches **Literaturverzeichnis** ermöglichen die praxisorientierte und selbstständige Bearbeitung von Lernsituationen.

Übergeordnete Ziele, die dem ganzheitlich-didaktischen Ansatz des Buches Rechnung tragen, sind:

- Vermittlung von **Fachwissen** als Grundlage für professionelles Handeln,
- **Stärkung der Persönlichkeit von Pflegenden:** Förderung von Kompetenzen wie Sensibilität, Resilienz und Selbstreflexion einschließlich der Auseinandersetzung mit dem eigenen Altern,
- **Förderung von sozialen Kompetenzen** wie Einfühlungsvermögen, Toleranz, Verlässlichkeit und Fairness,
- **Interdisziplinarität:** Integration von Sozialwissenschaften, Medizin, Pflegewissenschaft und ethischen Fragestellungen.

Besonders ausführlich wird das Thema „**Demenzielle Erkrankungen**“ in Bezug auf die Frage behandelt, wie Pflegekräfte Menschen mit Demenz einfühlsam begleiten und diese Herausforderung im Berufsalltag meistern können.

Wir wünschen unseren Leserinnen und Lesern, dass sie aus der Lektüre des Buches über die zu lernenden Fachinformationen hinaus viele Anregungen für ihre Arbeit mit alten Menschen gewinnen können. Hinweise und Ergänzungen, die zur Verbesserung und Weiterentwicklung des Buches beitragen, nehmen wir gerne per E-Mail unter: lektorat@europa-lehrmittel.de entgegen.

Landau, im Sommer 2021

Ulrike Marwedel

Hinweis: Die Verwendung nur eines grammatikalischen Geschlechts bei Berufs- und Gruppenbezeichnungen wurde weitgehend vermieden, aber in Einzelfällen im Hinblick auf den Lesefluss gewählt. Sie stellt keine Meinungsäußerung zu Geschlechterrollen dar.

Inhalt

I	Generalistische Pflegeausbildung	11
II	Gerontologie und Gerontopsychiatrie in der Pflegeausbildung	12
III	Übersicht: Curriculare Einheiten und Kapitel in diesem Buch	13
IV	Wie Sie mit diesem Buch arbeiten können	15
1	Tipps zum Lernen für die Ausbildung	17
2	Altersforschung und Altersdefinitionen	21
2.1	Was ist Gerontologie?	22
2.2	Wann ist man eigentlich alt?	23
2.3	Zur Geschichte der Altersforschung	25
2.4	Wiederholen und Vertiefen	28
3	Wahrnehmung	29
3.1	Der Begriff Wahrnehmung	29
3.2	Reizüberflutung und sensorische Deprivation	30
3.3	Der Prozess der Wahrnehmung	33
3.4	Gestaltpsychologische Wahrnehmungsgesetze	36
3.5	Was die Wahrnehmung beeinflusst	39
3.6	Wahrnehmungsstörungen	39
3.7	Veränderungen der Wahrnehmung im Alter	40
3.8	Soziale Wahrnehmung	41
3.8.1	Beurteilungsfehler bei der sozialen Wahrnehmung	42
3.8.2	Fremdbild und Selbstbild	43
3.8.3	Stereotype	45
3.8.4	Altersstereotype	46
3.9	Wiederholen und Vertiefen	48
4	Wissenschaftliche Methoden und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis 50	
4.1	Wissenschaft gegenüber Alltagswissen	50
4.2	Wissenschaftliche Methoden	54
4.2.1	Wissenschaftliche Gütekriterien	55
4.2.2	Test	55
4.2.3	Beobachtung	60
4.2.4	Experiment	62
4.2.5	Befragung	63
4.2.6	Soziometrie	66
4.2.7	Inhaltsanalyse	67
4.3	Längsschnittstudien und Querschnittstudien	68
4.4	Evaluationsstudien	69
4.5	Methodenkenntnisse und ihre Bedeutung für die Pflegepraxis	70
4.6	Wiederholen und Vertiefen	72

5	Geriatrisches Assessment	74
5.1	Geriatrisches Assessment: Warum und wozu?	75
5.2	Durchführung des geriatrischen Assessments	75
5.3	Assessmentinstrumente	76
5.3.1	Screening nach Lachs	77
5.3.2	Instrumente des Basisassessments	78
5.3.3	Barthel-Index und Hamburger Einstufungsmanual	79
5.3.4	Timed Up and Go	83
5.3.5	Mini Mental Status Test	84
5.4	Wiederholen und Vertiefen	87
6	Lernen und Gedächtnis	89
6.1	Lernen	90
6.2	Lerntheorien	91
6.2.1	Klassische Konditionierung	91
6.2.2	Instrumentelle Konditionierung	93
6.2.3	Lernen am Modell	98
6.2.4	Lernen durch Einsicht	100
6.3	Gedächtnis im Alltag	102
6.4	Das Drei-Speicher-Modell des Gedächtnisses	103
6.4.1	Das sensorische Gedächtnis	103
6.4.2	Das Kurzzeitgedächtnis	104
6.4.3	Das Langzeitgedächtnis	104
6.5	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen	106
6.6	Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter	106
6.6.1	Fluide und kristallisierte Intelligenz	107
6.6.2	Einflüsse auf Lern- und Gedächtnisleistungen im Alter	109
6.6.3	Folgerungen für das Lernen mit älteren Menschen	109
6.7	Wiederholen und Vertiefen	110
7	Entwicklungsprozesse und Persönlichkeit im Alter aus psychologischer Sicht	111
7.1	Die Begriffe Entwicklung und Persönlichkeit	112
7.2	Entwicklung	113
7.3	Merkmale von Entwicklungsprozessen	114
7.4	Anlage oder Umwelt?	114
7.5	Entwicklungspsychologie	117
7.5.1	Entwicklungspsychologie der Lebensspanne	117
7.6	Konzepte zu Entwicklungsprozessen im Lebenslauf	119
7.6.1	Entwicklungsaufgaben	119
7.6.2	Eriksons Modell der psychosozialen Entwicklungskrisen	120
7.6.3	Kritische Lebensereignisse	122
7.6.4	Das SOK-Modell: Selektive Optimierung mit Kompensation	123
7.7	Persönlichkeit	125
7.8	Persönlichkeitsbeurteilung im Alltag	126
7.9	Wissenschaftliche Persönlichkeitsbeurteilung	127
7.9.1	Ein eigenschaftstheoretisches Konzept: die „big five“	127
7.9.2	Ein psychodynamisches Konzept: Freuds Instanzenmodell	130

7.10	Persönlichkeit im Alter	134
7.11	Wiederholen und Vertiefen	136
8	Lebensbedingungen und soziale Situation alter Menschen in unserer Gesellschaft	138
8.1	Altersstruktur der deutschen Bevölkerung	139
8.1.1	Prognosen – wie wird sich die Altersstruktur weiterhin entwickeln?	141
8.2	Lebenserwartung	142
8.2.1	Durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland	143
8.2.2	Langlebigkeit	144
8.3	Familienstand alter Menschen	147
8.4	Einkommen alter Menschen	148
8.5	Der Austritt aus dem Berufsleben	150
8.6	Privathaushalte älterer Menschen	152
8.7	Pflegebedürftigkeit	153
8.8	Alte Menschen und ihre Teilhabe am öffentlichen Leben	153
8.9	Kultursensible Pflege	156
8.10	Einrichtungen und Angebote für ältere Menschen	161
8.11	Modelle und Theorien zur Lebenssituation alter Menschen in unserer Gesellschaft	163
8.11.1	Kompetenzmodelle	163
8.11.2	Aktivitätstheorie	164
8.11.3	Disengagement-Theorie	166
8.11.4	Kontinuitätstheorie	167
8.11.5	Etikettierungsansatz	168
8.11.6	Sozioemotionale Selektivität	168
8.11.7	Intergenerationelle Solidarität	169
8.11.8	Dependency Support Script	170
8.12	Wiederholen und Vertiefen	172
9	Wohnen im Alter	174
9.1	Wohnen in Privatwohnungen	175
9.2	Wohnen in einer stationären Einrichtung	175
9.2.1	Der Umzug in eine stationäre Einrichtung – eine schwierige Entscheidung	176
9.2.2	Vorstellungen vom Leben in einer stationären Einrichtung	177
9.2.3	Vor- und Nachteile des Lebens in einer stationären Einrichtung	177
9.2.4	Das Pflegeheim als „totale Institution“?	178
9.3	Geeignete Wohnbedingungen für alte Menschen	180
9.3.1	Anforderungen an das Wohnen in stationären Einrichtungen	181
9.4	Betreutes Wohnen	181
9.5	Haus- und Wohngemeinschaften	182
9.6	Wiederholen und Vertiefen	184
10	Kommunikation und Gesprächsführung	185
10.1	Wie wir anderen etwas mitteilen	186
10.2	Zwei Axiome zur menschlichen Kommunikation	187
10.3	Kommunikationsmodelle	188

10.3.1	Sender-Empfänger-Modell	188
10.3.2	Die vier Seiten einer Nachricht	189
10.3.3	Transaktionsanalyse	190
10.4	Einflüsse auf den Verlauf von Gesprächen	192
10.5	Missverständnisse und Kommunikationsstörungen	193
10.6	Methoden der Gesprächsführung	194
10.6.1	Metakommunikation	194
10.6.2	Ich-Botschaften formulieren	195
10.6.3	Feed-back geben und entgegennehmen	196
10.6.4	Themenzentrierte Interaktion	197
10.6.5	Partnerzentrierte Gesprächsführung	199
10.6.6	Empathie, Akzeptanz, Kongruenz	199
10.6.7	Aktives Zuhören	200
10.6.8	Was häufig falsch gemacht wird	201
10.7	Gesprächssituationen in der Altenpflege	202
10.7.1	Gespräche mit alten Menschen in Krisensituationen	204
10.7.2	Kommunikation mit Menschen, die sich verbal nicht äußern können	206
10.8	Wiederholen und Vertiefen	207
11	Gruppenprozesse verstehen und Gruppenaktivitäten unterstützen	210
11.1	Verhalten und Erleben in Gruppen	211
11.2	Merkmale von Gruppen	212
11.2.1	Gruppenkohäsion	213
11.2.2	Normen	213
11.2.3	Rollen	216
11.3	Gruppenphasen	218
11.3.1	Die Anfangsphase	219
11.3.2	Die Orientierungsphase	220
11.3.3	Die Integrationsphase	221
11.3.4	Die Differenzierungsphase	223
11.3.5	Die Auflösungsphase	224
11.4	Gruppenangebote für ältere Menschen	226
11.5	Die Gruppenleitung orientiert sich an den Teilnehmenden	227
11.6	Ein Beispiel für Gruppenarbeit in der stationären Altenpflege: Das Redaktionsteam der Heimzeitung „Hoppla“	228
11.6.1	Interview mit der Redaktion	230
11.7	Wiederholen und Vertiefen	235
12	Interventionen gezielt und begründet einsetzen	236
12.1	Interventionen	237
12.1.1	Einteilungsmöglichkeiten von Interventionen	238
12.2	Für Wohlbefinden im Alter sorgen: eine lebenslange Aufgabe	239
12.3	Voraussetzungen und Bedingungen für den Einsatz von Interventionen	240
12.4	Interventionsgerontologie	242
12.4.1	Grundlagen der Interventionsgerontologie	242
12.4.2	Ziele und Aufgaben der Interventionsgerontologie	243
12.5	Wiederholen und Vertiefen	244

13	Grundlagen der Psychiatrie	245
13.1	Was ist normal, was ist psychisch krank?	246
13.2	Zum Umgang mit psychisch kranken Menschen	247
13.2.1	Suchhaltung	248
13.3	Grundlegende Begriffe aus der Psychiatrie	250
13.4	Klassifizierung psychischer Erkrankungen	254
13.5	Der psychopathologische Befund	257
13.6	Wiederholen und Vertiefen	261
14	Psychische Erkrankungen im Alter	263
14.1	Besonderheiten psychischer Erkrankungen im Alter	264
14.2	Wichtige psychiatrische Krankheitsbilder im Alter	265
14.3	Demenzen	266
14.3.1	Ursachen von Demenzen	267
14.3.2	Verbreitung und Formen von Demenzen	267
14.3.3	Symptome bei Demenzen	270
14.3.4	Verlauf der Alzheimer-Demenz	273
14.3.5	Zum Umgang mit demenziell erkrankten Menschen	274
14.3.6	Medizinische und nicht medizinische Interventionen für Menschen mit demenziellen Erkrankungen	277
14.4	Akute Verwirrheitszustände	279
14.4.1	Delir	280
14.4.2	Andere akute Verwirrheitszustände	280
14.4.3	Verlauf, Ursachen und Risikofaktoren von organisch bedingten akuten Verwirrheitszuständen	281
14.4.4	Zum Umgang mit akut verwirrten Menschen	282
14.5	Depressionen	283
14.5.1	Klassifikation von Depressionen	285
14.5.2	Symptomatik bei Depressionen	286
14.5.3	Ursachen und Risikofaktoren von Depressionen	287
14.5.4	Psychogene Depressionen bei älteren Menschen: Ursachen und Risikofaktoren	289
14.5.5	Zum Umgang mit depressiv erkrankten Menschen	290
14.5.6	Therapeutische Interventionen für depressiv erkrankte Menschen	293
14.6	Wahnstörungen	294
14.6.1	Wahnhalte	295
14.6.2	Symptomatik und Folgeprobleme bei Wahnstörungen	295
14.6.3	Therapie und Betreuung bei Wahnstörungen	296
14.7	Abhängigkeit	297
14.7.1	Alkoholabhängigkeit	298
14.7.2	Medikamentenabhängigkeit	301
14.8	Wiederholen und Vertiefen	303
15	Psychosoziale Interventionen für demenziell erkrankte Menschen	307
15.1	Realitätsorientierungstraining	308
15.2	Validation	310
15.3	Integrative Validation	313
15.4	Snoezelen	315

15.5	Milieutherapie	318
15.6	Ein milieutherapeutisches Projekt	320
15.6.1	Biographiearbeit und Milieutherapie	321
15.6.2	Milieutherapeutische Prinzipien als Leitlinien für die Planung	322
15.6.3	Aufgaben und Arbeitsschritte	323
15.6.4	Projektverlauf	324
15.6.5	Die Gestaltungsvorschläge	325
15.6.6	Rückblick und Ausblick	326
15.7	Wiederholen, Vertiefen, fächerübergreifendes Arbeiten	327
16	Mit berufstypischen psychischen Belastungen in der Pflege umgehen	329
16.1	Belastungen in Pflegeberufen	330
16.1.1	Der Widerspruch zwischen Idealen und der beruflichen Realität	330
16.1.2	Belastende Arbeitsbedingungen	331
16.2	Das Helfersyndrom	334
16.3	Burnout als Reaktion auf Belastungen	337
16.4	Unterstützungsmöglichkeiten im Umgang mit Belastungen	340
16.4.1	Selbstkontrollprogramm	341
16.4.2	Entspannungsverfahren	344
16.4.3	Supervision	347
16.5	Wiederholen und Vertiefen	349
17	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod	351
17.1	Sterben und Tod – ein Tabuthema?	352
17.2	Angst vor dem Sterben, Angst vor dem Tod	354
17.3	Auseinandersetzung mit Sterben und Tod in der Pflege	355
17.4	Verarbeitungsprozesse	357
17.4.1	Das Phasenmodell von Elisabeth Kübler-Ross	358
17.5	Bedürfnisse sterbender Menschen	359
17.5.1	Auf die Bedürfnisse Sterbender eingehen	361
17.6	Die Diskussion um die Sterbehilfe	361
17.6.1	Aktive und passive Sterbehilfe	363
17.6.2	Ärztliche Sterbebegleitung	364
17.6.3	Die Patientenverfügung	364
17.7	Suizidalität	365
17.7.1	Suizidalität im Alter	365
17.7.2	Suizidprävention bei alten Menschen	367
17.8	Wiederholen und Vertiefen	369
V	Nützliche Internetadressen	371
VI	Glossar	372
VII	Stichwortverzeichnis	384
VIII	Literatur	388

I Generalistische Pflegeausbildung

Nach welcher Logik sind die curricularen Einheiten der Rahmenlehrpläne für den theoretischen und praktischen Unterricht¹ aufgebaut?

Die Rahmenlehrpläne für den theoretischen und praktischen Unterricht in der generalistischen Pflegeausbildung bestehen aus elf curricularen Einheiten (Curriculum = Lehrplan, Theorie des Lern- und Lehrablaufes). Sie bilden die Grundlage für konkretere Lehrpläne, die in den Pflege-schulen und nach Vorgaben der einzelnen Bundesländer umgesetzt werden. In den curricularen Einheiten der Rahmenlehrpläne sind die Kompetenzen und Fachkenntnisse zusammengestellt, die während der dreijährigen Pflegeausbildung zu erwerben sind. Nach § 5, Absatz 2 des Pflegeberufgesetzes umfasst Pflege **präventive, kurative, rehabilitative, palliative** und **sozialpflegerische** Maßnahmen. Entsprechend diesen Bereichen des pflegerischen Handelns sind die curricularen Einheiten aufgebaut. Gleichzeitig berücksichtigen die curricularen Einheiten auch den **Ausbildungsverlauf** und somit die Situation, in der sich die Auszubildenden gerade befinden.²

Curriculare Einheit (CE)		Ausbildungsabschnitt	Schwerpunkte/Pflegebereiche
CE 1	Ausbildungsstart – Pflegefachfrau/Pflegefachmann werden	Orientierungseinsatz Ausbildungsbeginn	Vorbereitung, Reflexion, Rechte, Pflichten und Anforderungen in der Einrichtung und der Schule kennenlernen
CE 2	Zu pflegende Menschen in der Bewegung und Selbstversorgung unterstützen	Orientierungseinsatz Ausbildungsbeginn	Vorbereitung, Reflexion, Handeln in typischen und eher unkomplizierten Situationen der Basispflege
CE 3	Erste Pflegeerfahrungen reflektieren – verständigungsorientiert kommunizieren	Orientierungseinsatz Ausbildungsbeginn	Reflexion, Kommunikation, Erhalt der eigenen psychischen und physischen Gesundheit
CE 4	Gesundheit fördern und präventiv handeln		Prävention
CE 5	Menschen in kurativen Prozessen pflegerisch unterstützen und Patientensicherheit stärken		Kuration
CE 6	In Akutsituationen sicher handeln		Kuration/Notfallversorgung
CE 7	Rehabilitatives Pflegehandeln im interprofessionellen Team		Rehabilitation
CE 8	Menschen in kritischen Lebenssituationen und in der letzten Lebensphase begleiten		Palliativpflege
CE 9	Menschen in der Lebensgestaltung lebensweltorientiert unterstützen		Sozialpflege
CE 10	Entwicklung und Gesundheit in Kindheit und Jugend in Pflegesituationen fördern	Pflichteinsatz	Pädiatrie
CE 11	Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen und kognitiven Beeinträchtigungen personenzentriert und lebensweltbezogen unterstützen	Pflichteinsatz	Psychiatrie

1 Rahmenpläne der Fachkommission nach § 53 PflBG: Rahmenlehrpläne für den theoretischen und praktischen Unterricht. 1. August 2019 (hier die generalistische Variante).

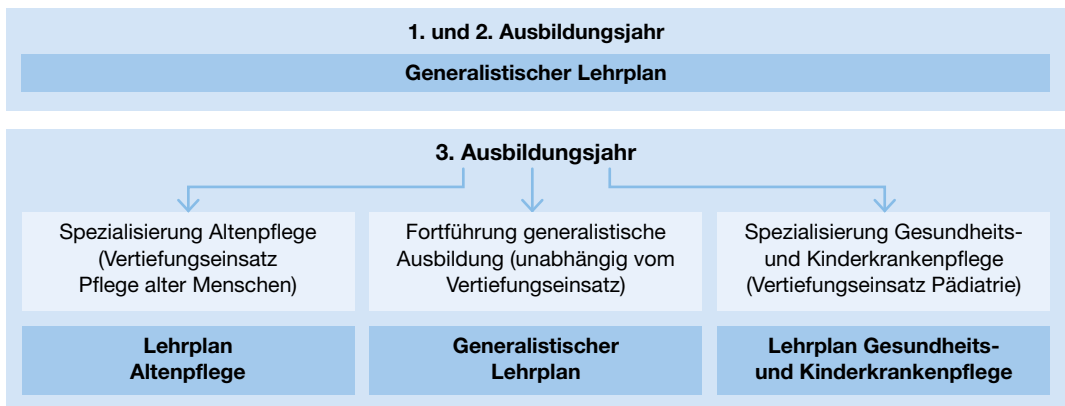
2 ebenda, S. 12 f.

II Gerontologie und Gerontopsychiatrie in der Pflegeausbildung

Die neue Pflegeausbildung ermöglicht drei verschiedene Ausbildungsabschlüsse mit den folgenden Berufsbezeichnungen:

1. Pflegefachfrau/Pflegefachmann (generalistische Ausbildung, betrifft die Pflege von Menschen aller Altersstufen)
2. Altenpfleger/in (Spezialisierung auf die Pflege alter Menschen)
3. Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger/in (Spezialisierung auf die Pflege von Kindern und Jugendlichen)

In den ersten beiden Ausbildungsjahren wird generalistisch nach einem einheitlichen Lehrplan ausgebildet. Für das letzte Ausbildungsjahr treffen die Auszubildenden eine Entscheidung: Sie können entweder die generalistische Ausbildung fortführen oder sich spezialisieren. Es gibt zwei Möglichkeiten, sich zu spezialisieren, entweder auf Altenpflege oder auf die Pflege von Kindern und Jugendlichen. Die Spezialisierung muss dabei mit dem im Ausbildungsvertrag vereinbarten Vertiefungseinsatz übereinstimmen. So kann man man mit einem Vertiefungseinsatz im Bereich pädiatrische Versorgung Gesundheits- und Kinderkrankenpfleger/-in werden, mit einem Vertiefungseinsatz im Bereich Pflege alter Menschen Altenpfleger/-in. Dementsprechend werden die Ausbildungsinhalte im dritten Ausbildungsjahr variiert.



Das Buch „Gerontologie und Gerontopsychiatrie“ ist ein gerontologisches Fachbuch und passt am besten zur Altenpflegeausbildung. Neben dem gerontologischen und gerontopsychiatrischen Fachwissen enthält es aber auch allgemeine soziologische, psychologische und psychiatrische Grundlagen, die sich auf Menschen aller Altersstufen beziehen (z. B. Lerntheorien, Wahrnehmung, wissenschaftliche Methoden, Rollen und Normen, Kommunikationsmodelle oder Fachbegriffe der Psychiatrie). So kann das Buch je nach Thema auch in den ersten beiden Ausbildungsjahren eingesetzt werden.

Die folgende Übersicht hilft, Themen und Inhalte im Buch den curricularen Einheiten der Rahmenlehrpläne für die generalistische Ausbildung und für die Altenpflegeausbildung zuzuordnen. Die **Grundlagenthemen** eignen sich für die ersten beiden Ausbildungsjahre, die **gerontologischen und gerontopsychiatrischen Spezialthemen** für die Auszubildenden in der Altenpflege im dritten Ausbildungsjahr. Die Themen **Kommunikation und Gesprächsführung** und **Umgang mit Belastungen** spielen in allen curricularen Einheiten eine wichtige Rolle, können aber in den CE 2 und 3 sinnvoll vertieft werden.

III Übersicht

Curriculare Einheiten und Kapitel in diesem Buch

Curriculare Einheiten (CE Generalistik und Altenpflege)		Kapitel	Themen, Stichwörter	
CE 1	Ausbildungsstart – Pflegefachfrau/Pflegefachmann werden	1	Tipps zum Lernen	
		3	Wahrnehmung, Selbstbild, Fremdbild, erster Eindruck	
		11	Gruppendynamik, Rollen	
CE 2	Zu pflegende Menschen in der Bewegung und Selbstversorgung unterstützen	4	Wissenschaftliche Methoden, Beobachtung,	
		5	Assessment und Screening, Erhebung des Pflege- und Unterstützungsbedarfs	
		16	Umgang mit Belastungen im Pflegeberuf	
CE 3	Erste Pflegeerfahrungen reflektieren – verständigungsorientiert kommunizieren	3	Selbst- und Fremdwahrnehmung, Wahrnehmungsfehler	
		10	Kommunikation, Gesprächsformen, Empathie, Akzeptanz, Kongruenz	
		16	Umgang mit Belastungen	
CE 4	Gesundheit fördern und präventiv handeln	7	Entwicklung und Persönlichkeit	
		8	Soziodemographische Einflüsse, Migrationshintergründe, Schwellenproblematik,	
		12	Prävention als lebenslange Aufgabe	
Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:				
CE 5	Gesundheit alter Menschen fördern und präventiv handeln	2	Geschichte der Gerontologie	
		5	Geriatrisches Assessment	
		7	Entwicklung und Persönlichkeit im Alter	
		8	Ältere Migrantinnen und Migranten, Schwellenproblematik, Institutionen und präventive Angebote für alte Menschen, soziale Teilhabe alter Menschen	
		11	Gruppenangebote, Teilnehmerorientierung	
CE 5	Menschen in kurativen Prozessen pflegerisch unterstützen und Patientensicherheit stärken	8	Kultursensible Pflege, Migrationshintergründe	
Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:				
CE 6	Alte Menschen in kurative Prozessen pflegerisch unterstützen und Patientensicherheit stärken	5	Geriatrisches Assessment, Erhebung des Pflege- und Unterstützungsbedarfs, interprofessionelles Team, Multimorbidität	
		8	Soziodemographische Einflüsse, ältere Migrantinnen und Migranten, kultursensible Pflege	
CE 6	In Akutsituationen sicher handeln	17	Suizidalität, Krisenintervention	
Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:				
CE 7	Alte Menschen und ihre Bezugspersonen in Akutsituationen sicher begleiten	14	Delir als Notfall	
		17	Patientenverfügung, Suizidalität im Alter, Suizidprävention bei alten Menschen	
CE 7	Rehabilitatives Pflegehandeln im interprofessionellen Team	12	Interventionen im interprofessionellen Team planen und koordinieren	
		Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:		
		5	Geriatrisches Assessment, interprofessionelles Arbeiten	
		8	Soziodemographische Einflüsse, soziale Netzwerke und Teilhabe älterer Menschen	
	Rehabilitatives Pflegehandeln bei alten Menschen im interprofessionellen Team	9	Wohnen im Privathaushalt und in Einrichtungen der stationären Pflege	
		12	Interventionen für ältere Menschen im interprofessionellen Team planen und koordinieren	

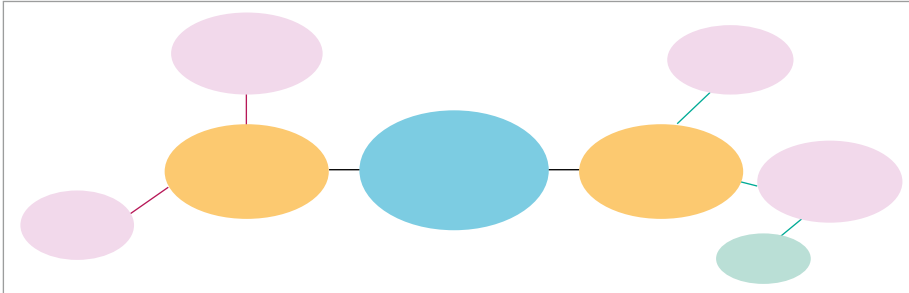
III Übersicht

Curriculare Einheiten und Kapitel in diesem Buch

Curriculare Einheiten (CE Generalistik und Altenpflege)		Kapitel	Themen, Stichwörter
CE 8	Menschen in kritischen Lebenssituationen und in der letzten Lebensphase begleiten	7 17	Kritische Lebensereignisse Umgang mit Sterben und Tod, Sterbephasen, Bedürfnisse in der letzten Lebensphase, Sterbehilfe und Sterbebegleitung, Suizidalität
	<i>Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:</i>		
	Alte Menschen in kritischen Lebenssituationen und in der letzten Lebensphase begleiten	14 17	Psychische Erkrankungen im Alter Auseinandersetzung mit Sterben und Tod in der Altenpflege, Patientenverfügung, Suizidalität im Alter
CE 9	Menschen in der Lebensgestaltung lebensweltorientiert unterstützen	7	Entwicklung und Persönlichkeit, Entwicklungsaufgaben, psychosoziale Entwicklungskrisen nach Erikson
	<i>Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:</i>		
	Alte Menschen in der Lebensgestaltung lebensweltorientiert unterstützen	8 9 12	Lebensbedingungen und soziale Lage alter Menschen, Migrationshintergründe, Zugangsbarrieren, Teilhabe, soziale Netzwerke, Einrichtungen und Angebote für ältere Menschen, Wohnbedingungen und -möglichkeiten Interventionen für ältere Menschen im interprofessionellen Team planen und koordinieren
CE 10	Entwicklung und Gesundheit in Kindheit und Jugend in Pflegesituationen fördern	6	Lerntheorien
		7	Entwicklungspsychologie, Anlage und Umwelt, Entwicklungsaufgaben
CE 11	Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen und kognitiven Beeinträchtigungen personenzentriert und lebensweltbezogen unterstützen	3	Wahrnehmung und Wahrnehmungsstörungen
		6 7 13	Lernen, Gedächtnis, Intelligenz Persönlichkeitsmodelle, Persönlichkeitsbeurteilung Grundlagen der Psychiatrie, Psychopathologie
<i>Altenpflegeausbildung 3. Ausbildungsjahr:</i>			
	Alte Menschen mit psychischen Gesundheitsproblemen und kognitiven Beeinträchtigungen personenzentriert und lebensweltbezogen unterstützen	5 6 14 15	Geriatrisches Assessment, Screening Lernen und Gedächtnis im Alter Psychische Erkrankungen im Alter: Demenz, Delir, Depression, Wahnstörungen, Abhängigkeit Interventionen für Menschen mit Demenz
CE 1 bis CE 11		10 16	Kommunikation und Gesprächsführung Umgang mit Belastungen im Pflegeberuf <i>Diese Themen spielen in allen CE eine Rolle und können nach Bedarf zur Sprache kommen. Zur Vertiefung werden sie am besten in den CE 2 und 3 behandelt.</i>

IV Wie Sie mit diesem Buch arbeiten können

- Anhand der graphischen Gestaltung können Sie verschiedene Textelemente unterscheiden:



Liebe Leserin / Lieber Leser,

eine Mindmap und eine Einleitung am Anfang jeden Kapitels geben Ihnen einen kurzen Überblick über Aufbau, Inhalte und Lernziele des Kapitels.

Hier wird's konkret: **Lernsituationen, Beschreibungen individueller Krankheitsverläufe** und viele weitere **Beispiele** dienen dazu, einen Lerninhalt zu veranschaulichen und Bezug zur Praxis herzustellen. Gelerntes kann an Beispielen praxisbezogen und fächerübergreifend geübt werden. Versuchen Sie auch, eigene Beispiele zu finden. Verknüpfungen mit eigenen Erfahrungen erleichtern das Behalten.

Beispiel

Aufgaben im Text sichern einzelne Lernschritte.

Aufgabe

AUFGABEN

Aufgaben zum Schluss des Kapitels dienen der Wiederholung und Vertiefung wichtiger Lerninhalte.

ANREGUNGEN

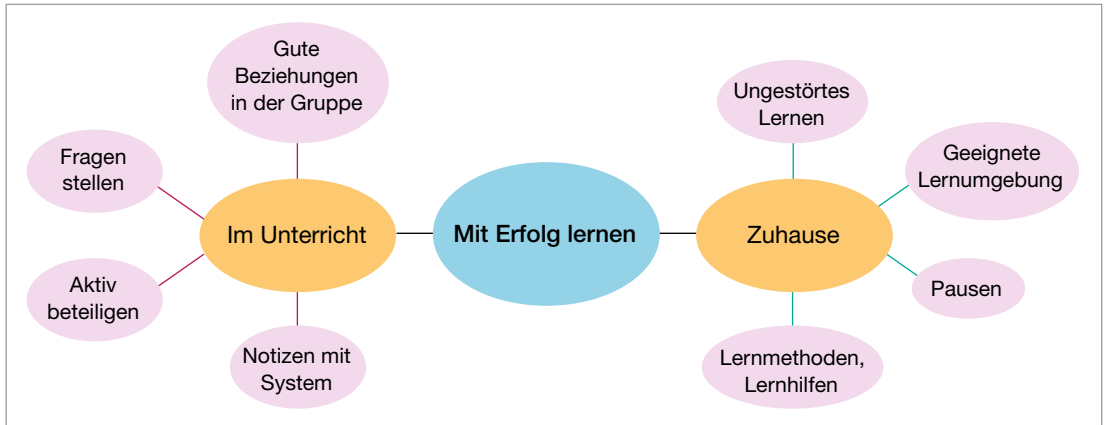
Unter **Anregungen** finden sich zusätzliche Aufgabenstellungen, bei denen verschiedene Themen oder Wissensgebiete miteinander verknüpft werden.

Definitionen sind stark „verdichtete“ Aussagen. Jedes Wort hat seine Bedeutung, die man versuchen sollte, zu verstehen und nachzuvollziehen. In diesem Fall ist ausnahmsweise Auswendiglernen sinnvoll, allerdings nur unter der Voraussetzung, dass der Sinn verstanden wurde. Versuchen Sie eigene Formulierungen für Definitionen zu finden.

Definition

- Nutzen Sie das **Glossar** ab Seite 372 zum Nachschlagen von Fachbegriffen und zusätzlich ein Fremdwörterbuch oder ein Wörterbuch der Psychologie.
- In den Fußnoten finden Sie **Literaturhinweise**, die vollständig in einer Literaturliste am Ende des Buches aufgeführt sind. Sie sind nützlich, wenn man ein Referat erstellen will oder seine Kenntnisse vertiefen will. Eine Auswahl wichtiger Internetadressen steht auf Seite 371.

1 Tipps zum Lernen für die Ausbildung



Liebe Leserinnen und Leser,

dieses Lehrbuch umfasst gerontologisches und gerontopsychiatrisches Fachwissen für Pflegekräfte und die entsprechenden psychologischen und soziologischen Grundlagen – Wissen, das zu einem differenzierten, professionellen Verständnis von Alternsprozessen verhilft.

Aber wie eignet man sich solches Wissen am besten an? Lesen Sie die folgenden Tipps, um zu erfahren, wie Sie sich gute Lernbedingungen für Ausbildung und Prüfungen schaffen können.

Viel Erfolg!

1. Ganz wesentlich für effektives Lernen ist eine **angenehme Unterrichtsatmosphäre**. Dazu können die Lehrkräfte und die Auszubildenden eine Menge beitragen. Der Unterricht in der Pflegeausbildung ist eine Situation der Erwachsenenbildung und als Erwachsene mit unterschiedlichem Wissenshintergrund sollte man sich auch begegnen. Nicht nur die Lehrkraft oder einige Mitschülerinnen oder -schüler können das Unterrichtsgeschehen gestalten, sondern auch Sie selbst mit Ihrem Wissen, Ihren Erfahrungen und Überlegungen.
2. Eine gute Unterrichtsatmosphäre zeichnet sich u. a. dadurch aus, dass Sie von niemandem schräg angeschaut werden, wenn Sie nachfragen, weil Ihnen etwas noch unklar ist. Haben Sie keine Angst, **Verständnisfragen** zu stellen (selbst dann, wenn Sie das Gefühl haben, alle anderen haben es längst kapiert). Es gibt prinzipiell keine dummen Fragen! Falls ein schlechtes Unterrichtsklima Sie daran hindert, sich zu äußern, überlegen Sie, ob man darüber mit einigen oder allen Beteiligten sprechen kann.



1 Tipps zum Lernen für die Ausbildung

3. Wenn Sie sich im Unterricht **Notizen** machen, versuchen Sie, dies mit System und übersichtlich zu tun. Lassen Sie auf jedem Blatt Papier einen breiten Rand, den Sie mit Datum, Literaturhinweisen, Anmerkungen oder nachträglichen Ergänzungen versehen können. Verwenden Sie immer die gleichen Abkürzungen oder Zeichen (z. B. für Definition, Zusammenfassung, wichtig etc.). Benutzen Sie Einrahmungen, Unterstreichungen oder farbige Markierungen, wenn Sie bestimmte Textpassagen besonders hervorheben wollen.
4. Versuchen Sie einmal, sich Lerninhalte mit einer **Mindmap** zu veranschaulichen. Das englische mind bedeutet Geist, Sinn. Map, ebenfalls englisch, ist die Landkarte oder der Stadtplan. Eine Mindmap ist eine Skizze Ihrer Gedanken zu einem Thema, man könnte auch sagen, einen Plan Ihrer „geistigen Landschaft“. Man geht dabei folgendermaßen vor:
 - Nehmen Sie ein großes Blatt Papier im Querformat.
 - Schreiben Sie das Thema in die Mitte des Blattes. Verwenden Sie nach Belieben Farben, Verzierungen, Umrahmungen oder malen Sie ein Bild dazu.
 - Sammeln Sie die wichtigsten Schlüsselbegriffe oder Gliederungspunkte zum Thema. Vom Thema in der Mitte ausgehend, zeichnen Sie nun Äste und schreiben die Begriffe darauf.
 - Je nachdem wie umfangreich und vertieft das Thema behandelt wurde, zeichnen Sie von den Ästen ausgehend Verzweigungen, die Sie mit weiteren Gliederungspunkten oder Beispielen beschriften. Dabei sind Ihrer Kreativität keine Grenzen gesetzt. Wichtig ist nur, dass die Zusammenhänge zwischen den Begriffen und der Bezug zum zentralen Thema richtig und klar erkennbar dargestellt werden.Vielleicht entdecken Sie, dass Sie die in einer Mindmap erfassten Inhalte besser behalten können als Listen oder Aufzählungen mit Erläuterungen, die nur aus Text bestehen. Dann ist es für Sie wahrscheinlich sehr effektiv, sich mit Mindmaps auf Prüfungsthemen vorzubereiten. Mindmaps können auch gut verwendet werden, wenn man sich bei einem Vortrag oder im Unterricht Notizen machen will.
5. Wenn Ihr Lehrbuch Ihnen selbst gehört und Sie es nach abgeschlossener Ausbildung nicht weiter verkaufen wollen, kann man ihm ruhig ansehen, dass Sie damit arbeiten. Das heißt, scheuen Sie sich nicht, Anmerkungen, Ergänzungen, Kritik oder Fragen in das Buch zu schreiben und wichtige Stellen zu markieren.
6. Beteiligen Sie sich an moderneren Lernformen und -methoden, auch wenn Sie diese nicht gewohnt sind. Sie werden erstaunt sein, wie gut man etwas behalten kann, das z. B. in einem **Rollenspiel** dargestellt wurde. Denn dieses Wissen haben Sie sich nicht nur mit den Augen (lesend) oder mit den Ohren (zuhörend) angeeignet, sondern handelnd, über verschiedene Sinnesorgane und mit gesteigerter Aufmerksamkeit. Weil Sie den Lerninhalt mit einer ganz bestimmten Situation verbinden, werden Sie sich besser an ihn erinnern können.
7. Wenn Sie bei einer schriftlichen oder mündlichen **Überprüfung** schlecht abgeschnitten haben, lassen Sie sich erklären, was Sie falsch gemacht haben und wie Sie es besser machen können. Fehler, die man erkennt und korrigieren kann, macht man so schnell nicht ein zweites Mal.
8. Schaffen Sie sich **zu Hause** möglichst gute Lernbedingungen. Dazu gehört ein Platz, an dem Sie ungestört lernen können, und ein eigener Schreibtisch, von dem

sie nicht ständig Ihre Utensilien wieder abräumen müssen. Sorgen Sie für ausreichende Beleuchtung und gönnen Sie sich einen guten Bürostuhl.

9. Wenn Sie längere Zeit am Stück lernen wollen, denken Sie auch an **Pausen**. Bei vielen Menschen lässt die Konzentration nach etwa zwei Stunden nach und sie brauchen eine Abwechslung. Dann können Bewegung und frische Luft – vielleicht ein kurzer Spaziergang – gut tun. Überlegen Sie, wie viel Zeit Sie für eine Pause aufbringen wollen und erfinden Sie Ihr persönliches Rezept, wie Sie sich in dieser Zeit am besten entspannen können.
10. Benutzen Sie, wenn möglich, **Eselsbrücken** oder andere Merkhilfen. Wenn man Lerninhalte mit persönlichen Erlebnissen oder Beispielen aus dem eigenen Alltag verbindet, kann man sich besser an sie erinnern. Das Gleiche gilt für die Verknüpfung von Lerninhalten mit bildhaften Vorstellungen.
11. Bewährt hat sich die Methode, mit **Karteikarten** zu lernen. Man schreibt eine Aufgabe auf die Vorder- und die Lösung auf die Rückseite. Die Karteikarten können Sie in zwei Stapel ordnen: Diejenigen Aufgaben, die Sie gut beherrschen, kommen auf einen Stapel, der etwas warten kann, bis er noch einmal überprüft wird. Diejenigen Aufgaben, bei denen Ihnen Fehler unterlaufen, bilden mit den noch nicht gelernten Fragen den zweiten Stapel und werden wiederholt.
12. Erprobt ist auch die Textlernmethode **SQ3R**, die man anwenden kann, wenn man den Inhalt eines längeren Textes gut behalten will. Die Methode besteht aus den fünf Schritten survey, questions, read, reread, review.
Survey (Überblick): Man verschafft sich einen Überblick, indem man den Text zunächst nur überfliegt.
Questions (Fragen): Man formuliert nach dem ersten Eindruck Fragen zu verschiedenen Textabschnitten.
Read (Lesen): Der Text wird nun gründlich gelesen, um die Antworten auf die Fragen zu finden.
Reread (noch einmal lesen). Der Text wird ein zweites Mal abschnittsweise gelesen und die wichtigsten Gedanken oder Informationen werden schriftlich oder mündlich zusammengefasst.
Review (Überprüfen): Man prüft, ob man die anfangs gestellten Fragen beantworten und den Textinhalt wiedergeben kann.
Wenn Sie nicht genügend Zeit haben, können Sie die SQ3R-Methode natürlich auch verkürzen, z. B. nur die Schritte Überfliegen, Lesen, Zusammenfassen und Überprüfen vollziehen. Hilfreich ist auch, wenn Sie bei einem längeren Text für jeden Abschnitt eine passende Überschrift formulieren.
13. Sie lernen Fachbegriffe und haben irgendwann das Gefühl, Sie bekommen einfach nichts mehr in den Kopf? Probieren Sie einmal die **Poster-Methode**. Schreiben Sie die Begriffe mit ihren Bedeutungen gut lesbar auf ein großes Blatt Papier. Verwenden Sie dabei Farben oder gestalten Sie das Poster mit anderen Mitteln nach Ihrem Geschmack, so dass es auffällt. Nun hängen Sie das Poster an eine Stelle in Ihrer Wohnung, die Sie oft im Blick haben, z. B. den Kühlschrank, eine Tür oder einen Spiegel. Sie können auch mehrere Poster in der Wohnung verteilen. Auf diese Weise haben Sie den Lernstoff vor Augen und beschäftigen sich mit ihm, auch wenn Sie z. B. Haushaltsarbeiten erledigen. Das ist aber nicht

unbedingt jedermanns Sache, manche Leute können einen Stoff besser behalten, wenn sie zwischendurch mal abschalten und etwas ganz anderes machen, z. B. Sport oder Musik hören.

14. Eine sehr intensive, kontinuierliche Auseinandersetzung mit den Lerninhalten über einen festgelegten Zeitraum hinweg erzielen Sie, wenn Sie ein **Lerntagebuch** führen. Ein **Lerntagebuch** dokumentiert nicht nur, was auf dem Unterrichtsplan steht, sondern auch den persönlichen Bezug der Lernenden zum Lerninhalt und die Bewertung des Unterrichtsgeschehens. Dies ist nicht nur für die Lernenden selbst interessant, sondern bedeutet auch eine nützliche Rückmeldung für die Lehrenden. Je nachdem, wie es zum Unterrichtsthema und -verlauf passt, können Sie Notizen zu einigen oder allen der folgenden Stichpunkte ins Lerntagebuch schreiben:
 - Datum und Thema der Unterrichtsstunde,
 - Zeitlicher Ablauf des Unterrichts: Was wurde wann gemacht?
 - Inhalte, Diskussionen, wichtige Aussagen und Ergebnisse
 - Stimmungen und Eindrücke während des Unterrichts
 - Wie habe ich mich am Unterricht beteiligt?
 - Was hat mich besonders interessiert, berührt, angesprochen?
 - Hat sich meine Einstellung zum Thema verändert? Wodurch?
 - Wie kann ich das Gelernte für meinen Beruf verwenden?
 - Was hilft mir beim Lernen?
 - Zufriedenheit mit dem Unterricht und mit mir selbst
 - Änderungsvorschläge
 - Was möchte ich in den folgenden Unterrichtsstunden (anders) machen?
15. Nutzen Sie das **Internet kritisch**. Sie werden zu vielen Stichwörtern eine Fülle von Informationen finden, die aber nicht immer exakt und auf aktuellem Stand sind. Wenn Sie auf mehrere Quellen stoßen, vergleichen Sie deren Angaben miteinander, um eventuelle Widersprüche herauszufinden. Fragen Sie Ihre Lehrkräfte nach Adressen, die verlässliche Informationen bieten.
16. Verlieren Sie nicht den Mut. Dies gilt besonders für diejenigen, die sich schon lange nicht mehr in Lern- und Unterrichtssituationen befunden haben und vielleicht manchmal den Bezug zur Praxis und ihren eigenen Erfahrungen vermissen. Oft dauert es eine Zeit lang, bis man sich in der neuen Rolle zurechtfindet. Eine typische Hürde zu Beginn einer Ausbildung ist die **Fachsprache**. Manche Begriffe haben in der Fachsprache eine andere Bedeutung als in der Alltagssprache. Fachleuten sind diese Unterschiede manchmal gar nicht mehr bewusst. Versäumen Sie daher nicht, Unklarheiten anzusprechen, damit Sie möglichst bald mit dem Fachvokabular vertraut werden.