

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort zur 3. Auflage .....	13
<b>1</b> <b>Pflege und Psychologie, Soziologie und Pädagogik .....</b>	<b>15</b>
1.1    Entwicklungstendenzen und Veränderungen in Pflege und Medizin .....	15
1.1.1    Krankheit heute .....	16
1.1.2    Auswirkungen auf Pflege und Medizin .....	16
1.2    Psychologie .....	17
1.3    Soziologie .....	18
1.4    Pädagogik .....	19
<b>2</b> <b>Gesundheit im neuen Verständnis .....</b>	<b>20</b>
2.1    Was ist Gesundheit? Zum unterschiedlichen Verständnis von Gesundheit und Krankheit .....	20
2.1.1    Verschiedene Gesundheitsdefinitionen .....	20
2.1.2    Heutige Gesundheitsvorstellung .....	21
2.1.3    Medizinisches Verständnis von Gesundheit ..	22
2.1.4    Gesundheit und Krankheit in der Klassischen Schulmedizin .....	23
2.1.5    Soziologisches Verständnis von Gesundheit ..	24
2.1.6    Psychologisches Verständnis von Gesundheit	25
2.2    Das Laienverständnis von Gesundheit – Wann fühlen Menschen sich gesund? .....	25
2.3    Das Bio-Psycho-Soziale Verständnis von Gesund- heit/Krankheit .....	27
2.4    Kohärenz .....	30
2.5    Resilienz .....	31
2.5.1    Pflegefachkräfte: Resilienz oder Burnout? ...	32
2.5.2    Resilienz bei Patienten .....	33
<b>3</b> <b>Der Mensch und seine Gesundheit .....</b>	<b>34</b>
3.1    Gesundheitswissenschaften (international als Health Sciences oder als Public Health bekannt) .....	34
3.2    Gesundheitspsychologie .....	35
3.3    Gesundheitsförderung .....	37
3.4    Gesundheitsprävention .....	38
3.5    Pflege und Gesundheitsprävention .....	40
3.5.1    Prophylaxen .....	40

	3.5.2	Aktivierende Pflege und Empowerment .....	40
<b>4</b>		<b>Krankheit – psychosoziale Aspekte .....</b>	<b>42</b>
	4.1	Gesundheit, Krankheit und Pflege .....	42
	4.2	Der kranke Mensch .....	43
	4.3	Primärer und sekundärer Krankheitsgewinn .....	45
	4.4	Das Konzept der Krankenrolle .....	46
	4.5	Patientenkarriere .....	47
	4.6	Krankheitsverhalten .....	48
<b>5</b>		<b>Der Patient und seine Sichtweise .....</b>	<b>52</b>
	5.1	Einführung in die Welt des Patienten .....	52
		5.1.1 Der Mensch im Krankenhaus .....	53
		5.1.2 Reaktionen auf den Krankenhausalltag .....	53
		5.1.3 Egozentrische Reaktionen des Patienten .....	56
	5.2	Die Krankenhauswelt: Von der Einweisung ins Krankenhaus bis zum Stationsalltag .....	57
	5.3	Krankheitserleben und Krankheitsbewältigung .....	59
		5.3.1 Krankheitserleben .....	59
		5.3.2 Krankheitsbewältigung (Coping) .....	60
	5.4	Die Kooperationsbereitschaft des Patienten (Compliance) .....	63
	5.5	Patientenkompetenz und Patienten-Empowerment	64
	5.6	Historischer Wandel der Patientenrolle .....	66
<b>6</b>		<b>Gesundheit und Krankheit im Alter. Patienten der Zukunft: Alte Menschen .....</b>	<b>68</b>
	6.1	Alter – Altern – Alte Menschen .....	68
	6.2	Das Altersbild .....	69
	6.3	Altersmodelle .....	70
	6.4	Was ist Alter(n)? .....	71
	6.5	Gesundheit und Krankheit im Alter .....	72
	6.6	Soziologische und psychologische Aspekte von Alter(n) und Gesundheit .....	74
		6.6.1 Subjektive Gesundheit: Wie wird Gesundheit im Alter wahrgenommen? .....	74
		6.6.2 Funktionale Pflege (ADL und IADL) .....	75
<b>7</b>		<b>Psychologische Grundlagen menschlichen Verhaltens und Erlebens .....</b>	<b>76</b>
	7.1	Was ist Psychologie? .....	76
		7.1.1 Menschliches Verhalten und Erleben .....	78
		7.1.2 Erklärung des menschlichen Verhaltens und Erlebens .....	78
	7.2	Unterschied zwischen Alltagspsychologie und wissenschaftlicher Psychologie .....	80
	7.3	Ziele und Methoden der Psychologie .....	81

7.4	Wie kann menschliches Verhalten und Erleben wissenschaftlich erfasst werden? .....	83
7.5	Grundrichtungen der Psychologie .....	85
7.5.1	Tiefenpsychologie .....	86
7.5.2	Lern- und Verhaltenspsychologie .....	86
7.5.3	Humanistische Psychologie .....	87
7.5.4	Systemische Psychologie .....	87
7.5.5	Positive Psychologie .....	90
7.6	Teilbereiche der speziellen Psychologie .....	90
7.7	Auswahl spezieller Teildisziplinen der Psychologie für die Pflege .....	92
7.7.1	Entwicklungspsychologie .....	92
7.7.2	Persönlichkeitspsychologie (Differenzielle Psychologie) .....	92
7.7.3	Sozialpsychologie .....	93
7.7.4	Klinische Psychologie .....	93
7.7.5	Medizinische Psychologie .....	94
7.7.6	Gesundheitspsychologie .....	94
7.8	Psychologie in Abgrenzung zu anderen verwandten Wissenschaften .....	95
7.8.1	Soziologie .....	95
7.8.2	Pädagogik .....	96
7.8.3	Psychiatrie .....	96
7.8.4	Sozialpsychiatrie .....	97
7.8.5	Psychosomatik .....	97
7.8.6	Psychotherapie .....	97
7.8.7	Psychohygiene .....	98
7.9	Konfliktpsychologie und Mediation .....	99
<b>8</b>	<b>Motive und Bedürfnisse .....</b>	<b>102</b>
8.1	Motivationspsychologie – was Menschen zum Handeln bewegt .....	102
8.1.1	Motiv und Motivation .....	102
8.1.2	Motivkonflikt und Motivverschiebung .....	103
8.1.3	Wie entsteht Motivation? .....	103
8.2	Menschliche Bedürfnisse – die Bedürfnishierarchie .....	104
8.3	Bedürfnisse im Krankenhaus .....	106
8.3.1	Patientenbedürfnisse .....	106
8.3.2	Bedürfnisse des Pflegepersonals .....	108
8.4	Attribution: »Warum«-Fragen des Menschen .....	108
8.4.1	Das menschliche Bedürfnis nach Antworten und Erklärungen .....	108
8.4.2	Ursachenvielfalt, Patientenverhalten und Attribution .....	109
<b>9</b>	<b>Wahrnehmung und Wirklichkeit – psychologische Aspekte .....</b>	<b>112</b>
9.1	Wahrnehmungspsychologie und Wahrnehmung .....	113

9.2	Grundwissen Sinnesorgane .....	116
9.2.1	Organisationsprinzipien der menschlichen Wahrnehmung .....	116
9.2.2	Wahrnehmungsverarbeitung .....	118
9.2.3	Der erste Eindruck – wie Menschen einander wahrnehmen .....	119
9.3	Wahrnehmungsfehler .....	120
9.4	Gestörte Wahrnehmung .....	124
<b>10</b>	<b>Kommunikation – zwischenmenschliche Beziehungen im Spannungsfeld von Pflege und Krankheit .....</b>	<b>126</b>
10.1	Was ist Kommunikation? .....	127
10.2	Verbale und nonverbale Kommunikation .....	127
10.2.1	Verbale Kommunikation .....	127
10.2.2	Nonverbale Kommunikation .....	128
10.3	Wie funktioniert Kommunikation? .....	131
10.3.1	Die vier Seiten einer Nachricht .....	133
10.3.2	Die vier Ohren des Empfängers .....	135
10.3.3	Grundannahmen menschlicher Kommunika- tion: Die Kommunikationsgesetze .....	136
10.4	Kommunikationsstörungen .....	139
10.4.1	Störungen im Senderbereich .....	139
10.4.2	Störungen im Empfängerbereich .....	140
10.4.3	Störungen der Kommunikationsgesetze .....	140
10.4.4	Paradoxe Botschaften (Double Bind) .....	140
10.5	Wie können Kommunikationsstörungen verhindert oder behoben werden? .....	141
10.6	Krankheit und Kommunikation .....	142
10.6.1	Ausdrucksweisen des Körpers bei Krankheit	142
10.6.2	Krankenbeobachtung und Kommunikation in der Pflege .....	142
10.6.3	Nonverbale Ausdrucksweisen/Kommunika- tion des Körpers bei Krankheit .....	143
10.7	Pflege: Beeinträchtigte Kommunikation bei Patienten .....	144
10.8	Körperkontakt und Kommunikation in der Pflege: Nähe und Distanz .....	146
10.9	Kommunikationstipps für Pfegende .....	148
10.9.1	Kommunikationstipps .....	148
10.9.2	Sprechmuster von Pflegenden – was Sie vermeiden sollten .....	148
<b>11</b>	<b>Gesprächsführung – ein zentraler Aspekt in der Pflege ....</b>	<b>150</b>
11.1	Einführung .....	150
11.2	Gesprächsarten .....	151
11.3	Ich-zentrierte und Partner-/Patientenorientierte Gesprächsführung .....	153

11.4	Humanistische Grundhaltungen der Gesprächs-	
	führung .....	154
11.5	Gesprächsführung lernen .....	155
	11.5.1 Welche Faktoren beeinflussen ein Gespräch?	156
	11.5.2 Fragetechniken .....	157
	11.5.3 Ausgewählte Gesprächsbausteine für	
	Pflegende.....	158
	11.5.4 Tipps zur Gesprächsführung .....	161
<b>12</b>	<b>Soziale Einstellungen – wie Menschen sich begegnen .....</b>	<b>162</b>
12.1	Typologie .....	162
	12.1.1 Einstellungen .....	162
	12.1.2 Vorurteile .....	163
	12.1.3 Stereotype .....	164
	12.1.4 Stigmata .....	164
12.2	Funktionen sozialer Einstellungen .....	165
	12.2.1 Orientierungshilfe und Vermeiden von	
	Unsicherheit.....	165
	12.2.2 Bewertungsfunktion .....	166
	12.2.3 Handlungsfunktion .....	166
<b>13</b>	<b>Menschliche Rollen – soziologische und psychologische</b>	
	<b>Aspekte .....</b>	<b>167</b>
13.1	Die Bedeutung von Rollen und Normen .....	167
13.2	Rollenerwartungen, Rollenattribute und -stereotype	168
13.3	Typische Rollenkonflikte .....	170
13.4	Welche Lösungsmöglichkeiten gibt es, wenn	
	Rollenkonflikte bestehen? .....	171
13.5	Die Rolle des Auszubildenden in der Pflege .....	173
<b>14</b>	<b>Die Gruppe – Funktion und Bedeutung .....</b>	<b>175</b>
14.1	Was heißt eigentlich »Gruppe«? .....	175
14.2	Gruppenarten .....	178
14.3	Gruppenfunktionen und ihre Bedeutung .....	181
14.4	Entwicklungsprozesse von Gruppen –	
	Gruppenphasen .....	184
<b>15</b>	<b>Führen und Leiten in der Pflege – gruppensdynamische</b>	
	<b>Aspekte .....</b>	<b>189</b>
15.1	Gruppenleitung/Teamleitung – Aufgaben und	
	Probleme der Führung.....	189
15.2	Führungspersönlichkeit und Macht .....	191
15.3	Führungsstile .....	192
	15.3.1 Der autoritäre Führungsstil .....	192
	15.3.2 Team ohne Leitung .....	194
	15.3.3 Der demokratische Führungsstil .....	195

16	<b>Erziehung – pädagogisches Handwerkszeug für die Pflege</b>	197
16.1	Das Grundverständnis von Erziehung .....	198
16.2	Erziehungsbedürftigkeit und Erziehungsfähigkeit des Menschen .....	199
16.3	Erziehungsstile .....	200
16.4	Das wissenschaftliche Verständnis von Erziehung in der Pädagogik .....	202
16.5	Erziehungsziele .....	203
16.6	Pädagogik – Erziehen in der Pflege .....	204
	16.6.1 Wo und wann erziehen Pflegende? (Patienten-Eduktion) .....	205
	16.6.2 Erziehungsbedürftigkeit und Erziehungs- fähigkeit des Patienten .....	207
	16.6.3 Jeder erzieht jeden .....	209
17	<b>Professionell Pflegende – Belastungen im Pflegeberuf</b> .....	212
17.1	Einführung .....	212
17.2	Historische Betrachtung .....	212
17.3	Berufsrolle »Pflegefachkraft/Pflegefachfrau/ Pflegefachmann« .....	213
	17.3.1 Das Helfersyndrom .....	213
	17.3.2 Die Pflegepersönlichkeit .....	214
17.4	Besondere Anforderungen im Pflegeberuf .....	215
	17.4.1 Pflege – professioneller Umgang mit menschlichen Grenzsituationen .....	215
	17.4.2 Gefühls- und Beziehungsarbeit .....	216
17.5	Risiko- und Belastungsfaktoren – die Krankmacher in der Pflege .....	218
18	<b>Burnout – Mobbing – Stress</b> .....	219
18.1	Das Burnout-Syndrom .....	219
	18.1.1 Burnout-Phasen .....	219
	18.1.2 Wege aus dem Burnout – Schutz entwickeln	221
	18.1.3 Was kann ich selbst tun, damit es mir mit meiner Arbeit besser geht? .....	221
18.2	Extremfall: Mobbing .....	223
	18.2.1 Der Mobbingprozess .....	224
	18.2.2 Ursachen von Mobbing .....	226
18.3	Stress und Stressbewältigung .....	226
	18.3.1 Was ist Stress? .....	227
	18.3.2 Wann entsteht Stress? .....	228
	18.3.3 Stresskrankheiten .....	228
	18.3.4 Zwischen Eustress und Distress – die richtige Stressdosis .....	229
	18.3.5 Stressoren – die Auslöser für Stress .....	230
	18.3.6 Typische Stress-Symptomatik .....	232
	18.3.7 Die vier Ebenen der Stress-Reaktion .....	233

18.4	Stressbewältigung .....	237
18.5	Strategien zur Stressbewältigung .....	238
	<b>Literaturverzeichnis .....</b>	<b>243</b>
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>247</b>