

<b>Vorwort</b> .....	<b>5</b>
<b>1 Darstellung einer methodischen Vorgehensweise: den Einzelfall verstehen</b> .....	<b>11</b>
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
<b>2 Selbstständigkeit aus der Perspektive der älteren Menschen</b> .....	<b>27</b>
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
<b>3 Selbstständigkeit aus der Perspektive der älteren Menschen</b> .....	<b>36</b>
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
	9

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
<b>4</b>	<b>Die Förderung von Selbstständigkeit durch professionelle Personen .....</b>	<b>50</b>
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
<b>5</b>	<b>Schlusswort und Darstellung des Lernerfolgs .....</b>	<b>70</b>
	<b>Literatur .....</b>	<b>71</b>
	<b>Stichwortverzeichnis .....</b>	<b>73</b>