Bio-psycho-soziales Modell* Aktivierend-rehabilitative Altenhilfe

Aktuelle Disposition, z.B.
- Sturzereignis
- Herzinfarkt
- Schlaganfall
- ...

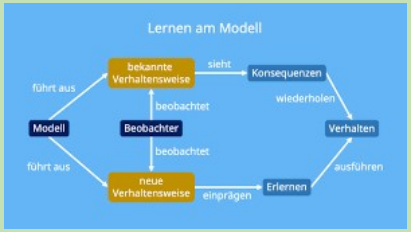
Lebensformen, z.B.
- Genetik
- Lernfähigkeit
- Lebensweise
- Alleinlebend
- ...

Angeborene, erworbene (bestehende) oder altersbedingte Dysfunktionen
- Führen zu Beeinträchtigungen

Reaktionen
- **Verhaltensebene**
  - Rückzug, Schonhaltung
- **Kognitive Ebene**
  - Scham, falsche Einschätzung der Situation, perspektivlos
- **Emotionale Ebene**
  - Angst, Traurigkeit, Wut, Entsetzen
- **Physiologische Ebene**
  - Schmerzen, Verspannung, usw.
- **Spirituelle Ebene**
  - Negative Denkweise von sich selber, fehlende Lebensbejahung

Psychologische Faktoren
- **Verhaltensbezogene Verarbeitung**
  - Mangelnde Bewältigungsfähigkeit
  - ‚inadäquate' Wahrnehmung/ Interpretation körperliche Signale
  - Bewegungsangst, Schonverhalten und Vermeidung bestimmter Aktivitäten
  - Sozialer und körperlicher Rückzug
- **Kognitive Faktoren**
  - Resignation/Hoffnungslosigkeit
  - Bagatellisierung, Durchhaltestrategien
  - Leistungsanspruch
  - Versagensängste
- **Dysfunktionale Bewertungsschemata**
  - falsche, reduzierte, ungenügende, gestört funktionierende Denkmuster, z.B. Erwartungen, Überzeugungen, Hilflosigkeit, Katastrophisieren
- **Emotionale Verarbeitung**
  - Traurige bis niedergeschlagene Stimmung
  - Ärgerliche und/oder gereizte Stimmung
  - Ängstliche Stimmung
- **Gedächtnis und Aufmerksamkeit**
  - Aufmerksamkeit und Gedächtnis sind der Schlüssel zum Lernen neuer Informationen. Aufmerksamkeit ermöglicht die Aufnahme von Informationen. Das Gedächtnis hilft dem Gehirn, sie zu verstehen.

Aufrechterhaltende und anwendbare Prozesse:
- **Klassische Konditionierung**
  - Einer natürlichen Reaktion kann durch Lernen eine neue, bedingte Reaktion erfolgen
- **Operante Konditionierung**
  - Willen und Kraft haben zum Ausüben (Fähigkeiten und Fertigkeiten)
- **Modelllernen (sozialkognitives Lernen)**
  - soziales Lernen



  - Beobachtungslernen, Imitationslernen, Nachahmungslernen, Lernen von Pflegende/Therapeuten
- **Kognitives Lernen**
  - Stützt sich auf Wahrnehmungs-mechanismen (Sehen, Hören, Riechen, Schmecken, Tasten, Erleben und Interaktion) des menschlichen Gehirns und fördert eine aktive ganzheitliche Ausein-andersetzung mit Informationen zum Aneignen von rehabilitativen Wissen und/oder Anwendungen

*In Anlehnung an „Biopsychosoziale Modell von Gesundheit und Krankheit", 1977 George L. Engel