

# Inhalt

---

## **Teil A Anforderungen an innovative Therapieverfahren**

---

<b>1</b>	<b>Das biomedizinische Krankheitsmodell hinter sich lassen . . . . .</b>	<b>3</b>
1.1	Das biomedizinische Krankheitsmodell . . . . .	4
1.2	Paradigmenwechsel in der Naturwissenschaft . . . . .	7
<b>2</b>	<b>Der Mensch: Ein lebendes System</b>	<b>9</b>
2.1	Selbstorganisation: Die charakteristische Gemeinsamkeit lebender Systeme .	10
2.2	Das gesunde lebende System . . . . .	11
2.3	Das biopsychosoziale Krankheitsmodell . . . . .	13
<b>3</b>	<b>Die Gesundheit in den Mittelpunkt rücken: Salutogenese . . . . .</b>	<b>17</b>
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**

---

<b>4</b>	<b>Das Erleben des Patienten respektieren . . . . .</b>	<b>31</b>
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 .....	35
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 ....	41
6.1	Warum ist ein Therapieauftrag so wichtig für salutogene Therapie? ..	42
6.2	Zielsetzung .....	42
7	Lebensraum und Lebenszeit des Patienten berücksichtigen .....	47
7.1	Vorbereitung des Patienten auf den Alltag .....	48
7.2	Selbstwirksamkeitsüberzeugung ..	49
	Literatur .....	50

---

## **Teil C   Mentales Training**

---

8	Erklärungsansätze zur Bewegungsregulation .....	53
8.1	Motor Approach .....	54
8.2	Action Approach .....	54
8.3	Die Kontroverse .....	55
8.4	Bewegung systemisch verstehen ..	56

<b>9</b>	<b>Mentales Training im Hochleistungssport .....</b>	<b>59</b>
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
<b>10</b>	<b>Mentales Training in der Rehabilitation .....</b>	<b>65</b>
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**

---

<b>11</b>	<b>Wiedererlernen der Gehbewegung in der Rehabilitation .....</b>	<b>77</b>
11.1	Der menschliche Gang .....	78
11.2	Gehschule in der Rehabilitation: Herkömmliche Verfahren .....	81
<b>12</b>	<b>Mentales Gehtraining: Beschreibung des Verfahrens ....</b>	<b>85</b>
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

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

## **Teil E   Mentales Gehtraing: Praxisbeispiele**

---

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

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