

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Einführung	11
Definition Animation	11
Definition Motiv und Motivation	11
Selbstmotivation	12
Fremdmotivation	13
Definition Selbstbestimmung	13
Selbstbestimmung versus Selbstständigkeit	15
Definition Fremdbestimmung	15
Definition Bedürfnisse	16
Bedürfnis- und Motivationsmodelle	17
Allgemeines	17
Die Maslow'sche Bedürfnispyramide	17
Die ERG-Theorie nach Alderfer	18
Die Motivationstheorie nach McClelland	19
16 Lebensmotive nach Steven Reiss	20
FISH!-Philosophie	21
Arbeit mit Materialien und Medien	24
Allgemeines	24
Beachtenswertes im Umgang mit älteren Menschen	24
Zehn Tipps zum kreativen Arbeiten mit älteren Menschen	26
Ideen und Beschreibungen zum kreativen Arbeiten	27
Bilderrahmen selbst gemacht	27
Rasseln basteln	28
Aktivierung der Wahrnehmung	29
Kombination von Wahrnehmungsübungen	32
Die Zehn-Minuten-Aktivierung	33
Zehn-Minuten-Aktivierung: Putzen	34
Zehn-Minuten-Aktivierung: Arbeiten am Feld	35
Zehn-Minuten-Aktivierung: Kochen	37
Zehn-Minuten-Aktivierung: Waschen	38
Hitparade	39
Reise in die Vergangenheit	40

Erzählcafé	41
Sprache – Dialekt und Umgangssprache	41
Übungen mit umgangssprachlichen Ausdrucksweisen	43
Mundart-Gedichte	44
Spiele mit älteren Menschen	45
Allgemeines	45
Brettspiele	45
Gedächtnisspiele	45
Karten-Memory	46
Geräusch-Memory	47
Kartenspiele	47
Schnapsen	48
Bauernschnapsen	50
Herzeln	52
Weitere Kartenspiele	54
Musik und Tanz	55
Musik als universelle Sprache	55
Positive Wirkung von Musik auf die Gesundheit	55
Positive Wirkungen des Tanzens	58
Lieder für jeden Anlass	59
Die helle Sonn' leucht' jetzt herfür	60
Ein Hund kam in die Küche	61
Adam hatte sieben Söhne	63
Spannenlanger Hansel	64
Backe, backe Kuchen	65
Lieder im Jahreskreis	66
Frühling	67
Sommer	69
Herbst	71
Winter	73
Koordinations- und Gleichgewichtsübungen	75
Wissenschaftliche Erkenntnisse – Bewegung gegen Depression	75
Sitztanz	76
Sitztanz mit Koordinations- und Gleichgewichtsübungen	78
Übungen mit Bällen	78
Bewegungsübungen im Sitzen	79
Bewegungsübungen im Stehen	80

Übungen im Gehen	82
Singen und Bewegen	83
Ein kleiner Matrose	83
Mein Hut, der hat drei Ecken	85
Feste und Feiern planen und gestalten	87
Allgemeines	87
Planung und Organisation	87
Feste im Jahreskreis	88
Ostern	89
Pfingsten	89
Sommersonnenwende/Johannisnacht/Peter und Paul	89
Erntedankfest	90
Samhain oder Halloween	90
Allerheiligen und Allerseelen	91
Adventzeit und Weihnachten	91
Wintersonnenwende/Raunächte	91
Weitere Aktivitäten	93
Betreuung von Menschen mit Migrationshintergrund	93
Aktivitäten außerhalb der Einrichtung	95
Aktivitäten innerhalb der Einrichtung	95
Abbildungsverzeichnis	97
Literaturverzeichnis	99