

Stärkung der Ressourcen zur Erhaltung und Förderung der Lebensqualität

1. Körperliche Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Beweglichkeit ➤ Kraft ➤ Motorik ➤ Mobilität
2. Kognitive Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kurzzeitgedächtnis (Arbeitsgedächtnis) ➤ Langzeitgedächtnis ➤ Gelerntes Wissen abrufen ➤ Erkennen ➤ Zuordnen ➤ Erinnern ➤ Abstraktes Denken ➤ Logisches Denken ➤ Kreatives Denken, Fantasie ➤ Konzentration und Aufmerksamkeit ➤ Merkfähigkeit ➤ Orientierung: zeitlich, räumlich ➤ Koordination
3. Kommunikative Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sprachgebrauch und Stimmgebrauch ➤ Sprachlicher Ausdruck: Lesen, schreiben
4. Wahrnehmung, Sensorische Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sehen ➤ Hören ➤ Riechen ➤ Schmecken ➤ Spüren / Ertasten
5. Ausdruck, Kreativität	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Schöpferischer Ausdruck (sprachlich, bildlich, tänzerisch, musikalisch....) ➤ Kreatives Handeln
6. Soziale Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Beziehungen leben ➤ Sich als Teil der Gruppe fühlen ➤ In Kontakt mit anderen stehen (Menschen, Tiere)
7. Emotionale, motivationale Fähigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Entscheiden können ➤ Zuwendung und Nähe erleben ➤ Freude erleben
8. Spiritualität und Sinnfindung	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Glauben leben ➤ Sich getragen fühlen ➤ Geborgenheit erleben ➤ Sinnhaftes Tun
9. Selbstpflege, Musse, Ästhetik	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sich schön und gepflegt fühlen ➤ Seine Identität leben ➤ Sich entspannen ➤ Milieupflege/Lebensräume pflegen (z.B. Zimmergestaltung)
10. Selbstverwirklichung, Wissen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Neues Lernen ➤ Erfahren einbringen ➤ Neugierig sein