Zu Hause pflegen - 62/2026 - Psychologische Unterstützung und Entlastung für pflegende Angehörige | Hogrefe

von Gijs Jansen

Dieser Ratgeber zeigt psychologisch fundierte Wege zur emotionalen Entlastung pflegender Angehöriger auf. Behandelt werden Themen wie Selbstfürsorge, Stressbewältigung, Umgang mit Sorgen und Erschöpfung sowie der achtsame Umgang mit eigenen Bedürfnissen. Mit Beispielen, Hinweisen zur Pflege bei Demenz und Links zu weiterführenden Ressourcen – ein praktischer Begleiter für herausfordernde Pflegesituationen im familiären Umfeld.

Dieses Buch richtet sich an:
Personen, die Angehörige pflegen, Ärztliche und Psychologische Psychotherapeut*innen, Pflegeberater*innen, Fachberater*innen, die beruflich mit pflegenden Angehörigen zu tun haben, Mitarbeiter*innen von ambulanten Pflegediensten, Hausärzt*innen.

Klappentext:

In Deutschland erfolgt die häusliche Versorgung von mehr als fünf Millionen pflegebedürftigen Menschen überwiegend durch An- und Zugehörige. Die Übernahme der Pflegeverantwortung für eine nahestehende Person ist eine vielschichtige Aufgabe, die häufig mit erheblichen körperlichen, seelischen und finanziellen Belastungen für die pflegenden Angehörigen verbunden ist.

Dieser Ratgeber möchte pflegende Angehörige bei der Bewältigung von Alltagsanforderungen, Belastungen und Krisen unterstützen. An zahlreichen Praxisbeispielen werden Wege aufgezeigt, die helfen können, mit belastenden Gefühlen und Zuständen der Erschöpfung oder Hoffnungslosigkeit umzugehen. Es werden Hinweise gegeben, wie es pflegenden Angehörigen gelingen kann, sich weniger oft aufgrund von Sorgen schlaflos im Bett zu wälzen und das Miteinander mit der gepflegten Person stressfreier zu gestalten. Hierzu gehört auch der Umgang mit Wut und Ärger auf die zu pflegende Person oder mit ungewollten Reaktionen wie Drohen oder Anschreien. Zudem möchte dieser Ratgeber dazu motivieren, die eigenen Bedürfnisse nicht aus den Augen zu verlieren und Möglichkeiten zu finden, neue Energie im Alltag zu tanken. Hierzu gehören sowohl das Erkennen eigener Belastungsgrenzen als auch der Blick auf die Selbstfürsorge, welche bei der Pflege eines Angehörigen häufig zu kurz kommt.

Inhaltlich werden in diesem Band hauptsächlich Themen aus der Pflege älterer Menschen aufgegriffen, wobei jeweils auf die speziellen Anforderungen bei der Pflege von Menschen mit Demenz eingegangen wird. Praktische Pflegeanleitungen wie zur Körperpflege oder Ernährung sind hingegen nicht Gegenstand dieses Buches. Der Ratgeber verweist in jedem Kapitel auf Internetseiten mit weitergehenden Materialien, Informationen und hilfreichen Adressen.

Produktsicherheitsdetails

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG
Merkelstrasse 3, 37085 Göttingen, Germany
info@hogrefe.de

Ref-ID:303086_M P-ID:303086_M

Artikel Hinzugefügt