

Lindner, Nicole

Gute Pflege braucht Kraft

Selbsthilfe für pflegende Angehörige

Mabuse 2023

180 S.

ISBN 9783863216382

Preis: 23,00 €



Die Autorin Nicole Lindner arbeitet als Sozialpädagogin und Pflegeberaterin und ist seit 2010 in unterschiedlichen Bereichen der Pflege tätig. Seit 2017 ist sie selbst pflegende Angehörige. Zudem unterhält sie eine Website zu Persönlichkeitsentwicklung und hat bereits mehrere Bücher veröffentlicht.

Was dieses Buch neben all den praktischen Tipps so wertvoll macht, ist der Fokus auf die Ressourcenstärkung für die pflegenden Personen. Das Buch gliedert sich in fünf Kapitel: Die geistige Haltung stärken, das körperliche Wohlbefinden stärken, das seelische Wohlbefinden stärken, Finanzierung der Pflege, Betreuungsmöglichkeiten und Hilfen für pflegende Angehörige sowie Entlastung finden - aber wie? Methoden zur konkreten Umsetzung.

In erster Linie wendet sich Lindner an Menschen, die durch einen plötzlich zum Pflegefall gewordenen nahestehenden Menschen an einem Scheideweg stehen. Das alte Leben gibt es so nicht mehr, und wie es nun weitergehen wird, ist noch offen. Hier bietet die Autorin gute Frage- und Hilfestellungen aus der Biografie-Arbeit an. Ihre eigenen Erfahrungen bereichern den Text, so dass er lebendig zu lesen ist. Auch die Schattenseiten werden von ihr liebevoll und bestimmt beleuchtet. Mit einem Fragenkatalog dazu, ob die Übernahme der Pflege wirklich der richtige Weg ist, oder ein "Abgeben" an eine Einrichtung der bessere sein kann, hält sie den Finger in so manch schmerzenden Entscheidungsprozess. Dabei liefert sie Klarheit, konstruktive Impulse, wichtige Anregungen und kein Salz.

Ein informatives Buch für Menschen, die akut vor der Entscheidung stehen, ob sie die Pflege eines nahen Menschen übernehmen wollen, und auch für Menschen, die sich einfach schon mal informieren wollen oder die in diesem Bereich informiert sein sollten, um Klientel oder Patient*innen gut beraten zu können.