

altenpflege.de Edition

Kurzlehrbücher für die Pflegeausbildung - Schwerpunkt Altenpflege

Theo Ahrens

Psychologisches Grundlagenwissen für die Altenpflege

presented by

YES
ARCH
ITEC
TURE.

Bibliografische Angaben

Theo Ahrens – Kurzbiografie

Theo Ahrens, geboren 1979 in der Nähe von München, ist Lehrer für Pflegeberufe und engagierter Pflegepädagoge. Nach einem Freiwilligen Sozialen Jahr im Krankenhaus absolvierte er eine Ausbildung zum Gesundheits- und Krankenpfleger und sammelte wertvolle Berufserfahrung auf der Intensivstation. Angetrieben von seinem Wunsch, Wissen weiterzugeben, studierte er Pflegepädagogik und begann 2009 als Lehrer an einer Fachschule in München. Theo ist bekannt für seinen praxisnahen und empathischen Unterricht, mit dem er zukünftige Pflegekräfte auf ihren anspruchsvollen Beruf vorbereitet. Privat lebt er mit seiner Frau und seinen zwei Kindern in Berlin und engagiert sich ehrenamtlich für bessere Bedingungen in der Pflegeausbildung.

Dieses Kurzlehrbuch wurde aus Stoffplänen seines Unterrichts unter Nutzung von K.I. formuliert. Die Übersetzung erfolgte automatisch.

Herausgegeben von altenpflege.de Preis DE/AT: 3,90 € CH: 5 Fr Copyright 2024 altenpflege.de
Hinweise und Verbesserungsvorschläge bitte an team@altenpflege.de

1/1-2412181527

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	4
1.1	Ziele dieses Kurzlehrbuchs	4
1.2	Bedeutung psychologischer Grundlagen in der Altenpflege	4
1.3	Rolle der Pflegekräfte im Umgang mit psychologischen Aspekten der Pflege	5
2	Grundlagen der Psychologie	7
2.1	Bedeutung der Psychologie in der Pflege	7
2.2	Aufgaben und Teilgebiete der Psychologie	7
2.3	Unterschiede zwischen Alltagspsychologie und wissenschaftlicher Psychologie	8
2.4	Relevanz psychologischer Grundlagen für die Pflegepraxis	9
3	Entwicklungspsychologie im Alter	10
3.1	Entwicklungspsychologie und deren Bedeutung in der Altenpflege	10
3.2	Psychologische Entwicklung im höheren Alter	10
3.3	Veränderungen in der Wahrnehmung, Kognition und Gedächtnis im Alter	11
3.4	Entwicklungsaufgaben im Alter	12
4	Psychische Grundbedürfnisse im Alter	14
4.1	Grundlegende Bedürfnisse	14
4.2	Bedeutung der Bedürfnisbefriedigung für die psychische Gesundheit im Alter	14
4.3	Die Rolle der Pflegekräfte bei der Unterstützung der Grundbedürfnisse	15
4.4	Wege zur Förderung von Wohlbefinden und Zufriedenheit bei älteren Menschen	16
5	Emotionen und ihre Bedeutung in der Pflege	18
5.1	Definition von Emotionen	18
5.2	Emotionale Veränderungen im Alter	18
5.3	Einfluss von Emotionen auf die Pflegebeziehung	19
5.4	Umgang mit emotionalen Reaktionen	20
6	Kognition und Gedächtnis im Alter	22
6.1	Arten des Gedächtnisses	22
6.2	Veränderungen der kognitiven Fähigkeiten im Alter	23
6.3	Unterschiede zwischen normalem altersbedingtem Gedächtnisabbau und Demenz	24
6.4	Förderung kognitiver Fähigkeiten bei älteren Menschen	25
7	Psychische Störungen und Erkrankungen im Alter	26
7.1	Depressionen im Alter	26
7.2	Angststörungen im Alter	27
7.3	Demenz	28
7.4	Psychotische Störungen	29
7.5	Burnout und Belastungssyndrome bei Pflegekräften	30
8	Kommunikation mit Menschen mit psychischen Veränderungen	31
8.1	Besonderheiten der Kommunikation mit Menschen mit Demenz	31
8.2	Validierung als Methode zur Kommunikation mit desorientierten Menschen	32
8.3	Einfühlsame Gesprächsführung mit Menschen mit psychischen Störungen	33
8.4	Techniken des aktiven Zuhörens und der empathischen Kommunikation	34
9	Verhaltensweisen und Reaktionen älterer Menschen	36
9.1	Herausforderndes Verhalten	36
9.2	Ursachen und Auslöser von herausforderndem Verhalten	37
9.3	Umgang mit herausforderndem Verhalten	38
9.4	Praxisnahe Interventionen zur Verhaltenssteuerung	39
10	Motivation und Aktivierung in der Altenpflege	41
10.1	Motivation und Aktivierung	41
10.2	Theorien der Motivation	41
10.3	Bedeutung der Motivation für den Pflegealltag	42
10.4	Techniken zur Förderung der Motivation von Bewohnern	43
11	Selbstkonzept und Identität im Alter	44
11.1	Selbstkonzept und Identität	44
11.2	Veränderung der Identität im Alter	44
11.3	Selbstbild und Selbstwertgefühl älterer Menschen	45
11.4	Unterstützung der Identitätsfindung und Selbstbestimmung im Pflegealltag	46
12	Stress und Bewältigungsstrategien in der Pflege	48
12.1	Stress und Stressoren	48
12.2	Stressbewältigungstechniken	48
12.3	Bedeutung der Selbstfürsorge für Pflegekräfte	49
12.4	Förderung der Resilienz bei Bewohnern und Pflegekräften	50
13	Ethische und rechtliche Aspekte der psychologischen Betreuung	52
13.1	Selbstbestimmung und Autonomie der Bewohner	52
13.2	Schutz der psychischen Integrität der Bewohner	53
13.3	Verantwortung der Pflegekräfte im Umgang mit psychologischen Belastungen	54
13.4	Rechtliche Grundlagen zur psychologischen Betreuung	55
14	Psychologische Tests und Verfahren in der Altenpflege	57
14.1	Testverfahren zur Erfassung der kognitiven Fähigkeiten	57
14.2	Tests zur Erfassung der emotionalen Befindlichkeit	57
14.3	Bedeutung der psychologischen Tests für die Pflegepraxis	58
14.4	Anleitung zur Durchführung und Interpretation von Tests	59
15	Selbstreflexion und psychologische Kompetenzen von Pflegekräften	61
15.1	Selbstreflexion als wichtiger Bestandteil der Pflegearbeit	61
15.2	Reflexion von Emotionen und Handlungen im Pflegealltag	62
15.3	Selbstfürsorge und Stressmanagement für Pflegekräfte	63
15.4	Supervision und kollegiale Beratung als Unterstützungsmöglichkeit	64
16	Interdisziplinäre Zusammenarbeit mit Psychologen und Therapeuten	65
16.1	Zusammenarbeit mit Psychologen, Therapeuten und Ärzten	65
16.2	Kommunikation und Berichterstattung im interdisziplinären Team	66
16.3	Rollenverteilung zwischen Pflegekräften und Psychologen/Therapeuten	66
16.4	Beteiligung der Pflegekräfte an der psychologischen Betreuung der Bewohner	67
17	Fallbeispiele und Praxisanwendungen	69
17.1	Fallbeispiel: Umgang mit Depressionen bei Bewohnern	69
17.2	Fallbeispiel: Kommunikation mit Bewohnern mit Demenz	70
17.3	Fallbeispiel: Umgang mit herausforderndem Verhalten	71
17.4	Reflexion von Pflegeentscheidungen zur psychologischen Betreuung	72

1 Einleitung

1.1 Ziele dieses Kurzlehrbuchs

Das Kurzlehrbuch vermittelt umfassende Kenntnisse der psychologischen Grundlagen in der Altenpflege. Es bietet theoretische und praktische Ansätze, um Pflegenden im Umgang mit älteren Menschen zu stärken. Ziel ist es, das Verständnis für psychische Prozesse im Alter zu vertiefen und deren Relevanz für die Pflegepraxis aufzuzeigen. Die Inhalte unterstützen Pflegekräfte dabei, Bedürfnisse und Verhaltensweisen älterer Menschen besser zu verstehen und adäquat zu reagieren. Zudem wird Wert auf die eigene psychische Gesundheit der Pflegekräfte gelegt.

Die Themen umfassen grundlegende psychologische Theorien und ihre Anwendung in der Altenpflege, Entwicklung und Veränderung im höheren Alter, sowie die Bedeutung psychischer Grundbedürfnisse. Das Lehrbuch zielt darauf ab, die Kompetenzen im Umgang mit Emotionen und psychischen Störungen zu erweitern. Praxisorientierte Fallbeispiele fördern die Anwendung des Gelernten im Alltag.

Ein weiterer Fokus liegt auf der Kommunikation mit Menschen, die psychische Veränderungen erfahren. Das Buch bietet Techniken und Methoden, um herausfordernden Verhaltensweisen angemessen zu begegnen. Zudem wird der interdisziplinäre Ansatz in der Zusammenarbeit mit Psychologen und Therapeuten hervorgehoben, um eine ganzheitliche Betreuung der Bewohner zu gewährleisten.

Abschließend sollen die Leser befähigt werden, eine reflektierte und kompetente Pflege zu leisten, die den psychischen und emotionalen Bedürfnissen der älteren Menschen gerecht wird.

1.2 Bedeutung psychologischer Grundlagen in der Altenpflege

In der Altenpflege sind psychologische Grundlagen entscheidend, um angemessen auf die komplexen Bedürfnisse älterer Menschen einzugehen. Diese Grundlagen ermöglichen es Pflegekräften, Verhaltensweisen zu deuten und individuelle Pflegeinterventionen zu planen. Ein tiefes Verständnis der psychischen Prozesse im Alter fördert die effektive Kommunikation und das empathische Handeln. Zudem tragen psychologische Kenntnisse zur besseren Bewältigung von Herausforderungen in der Pflege bei.

Ältere Menschen stehen häufig vor psychischen und emotionalen Herausforderungen, die die Pflege beeinflussen. Dazu gehören Anpassungsprozesse an körperliche Veränderungen, Gefühle des Verlusts und der Einsamkeit sowie der Umgang mit chronischen Erkrankungen. Psychologische Grundlagen helfen, diese Prozesse zu erkennen und darauf abgestimmte Pflegestrategien zu entwickeln.

Ein weiterer Aspekt ist die Stärkung der emotionalen Stabilität von Pflegekräften. Der Pflegealltag ist oft von stressigen und belastenden Situationen geprägt, die psychologische Kompetenzen erfordern, um das eigene Wohlbefinden zu erhalten. Die Fähigkeit zur Selbstreflexion und zum Stressmanagement ist essenziell, um dauerhaft eine hohe Pflegequalität zu gewährleisten.

Auch in der Unterstützung interdisziplinärer Zusammenarbeit sind psychologische Kenntnisse von Bedeutung. Sie ermöglichen effektive Kommunikation mit anderen Fachkräften und fördern die ganzheitliche Betreuung der Bewohner. Der Austausch von Informationen und Beobachtungen kann die Behandlung und Pflege älterer Menschen maßgeblich verbessern.

Insgesamt sind psychologische Grundlagen unverzichtbar für eine praxisnahe und menschenwürdige Altenpflege, die die Lebensqualität der Bewohner in den Mittelpunkt stellt und die Pflegekräfte in ihrer täglichen Arbeit unterstützt.

1.3 Rolle der Pflegekräfte im Umgang mit psychologischen Aspekten der Pflege

Pflegekräfte tragen eine zentrale Verantwortung im Umgang mit den psychologischen Aspekten der Altenpflege. Ihre Rolle erfordert neben fachlichen Kompetenzen auch ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen und Sensibilität gegenüber den psychischen Bedürfnissen älterer Menschen. Pflegekräfte müssen einen sicheren Rahmen schaffen, in dem Bewohner Vertrauen fassen und Ängste oder Sorgen offen äußern können.

Zentrale Aufgabe der Pflegekräfte ist es, individuelle psychologische Bedürfnisse zu erkennen und in die tägliche Pflegepraxis zu integrieren. Dazu gehört die Beobachtung von Verhaltensänderungen und Stimmungsschwankungen, um frühzeitig intervenieren zu können. Diese Beobachtungen sind entscheidend, um passgenaue Pflegepläne zu entwickeln, die den emotionalen und psychischen Zustand der Bewohner berücksichtigen.

Weiterhin müssen Pflegekräfte in der Lage sein, angemessen auf herausfordernde Verhaltensweisen zu reagieren. Dies erfordert Kenntnisse verschiedener Kommunikations- und Interventionsstrategien, die deeskalierend wirken und das Wohlbefinden der Bewohner fördern. Ein weiterer Aspekt betrifft den Respekt und die Förderung der Autonomie älterer Menschen, indem Pflegekräfte deren Selbstbestimmung achten und unterstützen.

Ein wesentlicher Bestandteil der Rolle von Pflegekräften ist auch die kontinuierliche Weiterbildung im Bereich der psychologischen Betreuung. Der regelmäßige Austausch mit Psychologen und anderen Fachkräften ist dabei von großer Bedeutung. Diese Interaktion ermöglicht die Entwicklung gemeinsamer Strategien für die psychologische Unterstützung und trägt zur Verbesserung der Lebensqualität der Bewohner bei.

Zusammenfassend erfordert die Rolle der Pflegekräfte ein tiefes Verständnis für psychologische Prozesse im Alterskontext, verbunden mit der Fähigkeit, individuelle und situationsangepasste Lösungen zu finden. Dies trägt maßgeblich dazu bei, eine hohe Pflegequalität zu gewährleisten und das Vertrauen der Bewohner zu gewinnen.

preview

2 Grundlagen der Psychologie

2.1 Bedeutung der Psychologie in der Pflege

Psychologie ist die wissenschaftliche Untersuchung des Verhaltens und der mentalen Prozesse. In der Pflege bezieht sich Psychologie auf das Verstehen und Berücksichtigen psychischer und emotionaler Aspekte der zu pflegenden Personen. Sie umfasst die Wahrnehmung, das Denken, das Fühlen und das Verhalten eines Menschen.

Psychologisches Wissen in der Pflege ermöglicht es Pflegekräften, die Bedürfnisse und Reaktionen der Bewohner besser zu verstehen. Die Anwendung dieses Wissens unterstützt die Förderung des Wohlbefindens, den Aufbau einer effektiven Kommunikation und den Umgang mit herausforderndem Verhalten. Psychologie hilft auch, die Auswirkungen von Krankheiten auf die psychische Verfassung der älteren Menschen zu interpretieren und geeignete Unterstützung zu bieten.

Zudem ist die Psychologie in der Pflege von Bedeutung für das Verständnis der eigenen Reaktionen und Emotionen als Pflegekraft. Ein fundiertes psychologisches Wissen unterstützt die Entwicklung eines empathischen Umgangs mit den Bewohnern und trägt zur Vermeidung von Missverständnissen und Konflikten bei.

Die Integration psychologischer Grundlagen in die Pflegepraxis fördert das Bewusstsein für die Bedeutung von Lebensqualität und psychischer Gesundheit. Dies ist besonders relevant bei der Begleitung von Menschen im Alter, deren emotionale und kognitive Bedürfnisse stark variieren können. Die Pflegekraft ist somit nicht nur für die körperliche, sondern auch für die psychische Begleitung und Betreuung der Bewohner verantwortlich.

2.2 Aufgaben und Teilgebiete der Psychologie

Die Psychologie umfasst viele Aufgaben und Teilgebiete, die für die Altenpflege von Bedeutung sind. Ein zentrales Aufgabengebiet ist die klinische Psychologie. Sie befasst sich mit der Diagnose, Behandlung und Prävention von psychischen Störungen. In der Altenpflege betrifft dies vor allem Depressionen, Angststörungen und Demenz. Pflegekräfte profitieren von diesem Wissen, indem sie psychische Veränderungen bei Bewohnern frühzeitig erkennen und in Zusammenarbeit mit Fachkräften gezielt intervenieren können.

Die Entwicklungspsychologie beschäftigt sich mit den Veränderungsprozessen im Laufe des Lebens. Sie ist unerlässlich in der Altenpflege, da sie das Verständnis für die psychologische Entwicklung älterer Menschen ermöglicht. Die Veränderungen in Wahrnehmung, Kognition und Emotion im Alter sind dabei zentral. Pflegekräfte nutzen dieses Wissen, um angemessen auf die individuellen Entwicklungsaufgaben ihrer Bewohner einzugehen.

Ein weiteres bedeutsames Gebiet ist die Gesundheitspsychologie. Diese untersucht, wie biologische, psychologische und soziale Faktoren die Gesundheit beeinflussen. Sie trägt dazu bei, Gesundheitsverhalten zu fördern und Krankheitsbewältigung zu unterstützen. In der Pflege kann dies die Anleitung zu gesunder Lebensführung und die Unterstützung bei der Anpassung an chronische Krankheiten umfassen.

Die Sozialpsychologie befasst sich mit zwischenmenschlichen Prozessen und deren Einfluss auf das Individuum. In der Altenpflege ist dies wichtig beim Aufbau von Beziehungen zu den Bewohnern und der Gestaltung sozialer Interaktionen. Kenntnisse in Sozialpsychologie helfen Pflegekräften, Gruppenprozesse zu verstehen und eine unterstützende Gemeinschaftsstruktur zu fördern.

Abschließend sei die neuropsychologische Forschung erwähnt. Sie analysiert den Zusammenhang zwischen Gehirnfunktionen und Verhalten. Pflegende, die sich mit neuropsychologischen Erkenntnissen auskennen, können kognitive Beeinträchtigungen gezielt ansprechen und die Bedeutung von Rehabilitation erkennen.

Diese Teilgebiete der Psychologie bieten ein umfassendes Spektrum an Anwendungen für die Altenpflege und unterstützen Pflegekräfte dabei, die psychischen und emotionalen Bedürfnisse der Bewohner qualifiziert zu betreuen.

2.3 Unterschiede zwischen Alltagspsychologie und wissenschaftlicher Psychologie

Alltagspsychologie und wissenschaftliche Psychologie unterscheiden sich grundlegend in ihrer Herangehensweise und Methodik. Alltagspsychologie basiert auf persönlichen Erfahrungen, Intuition und subjektiven Beobachtungen. Sie wird oft intuitiv angewendet und stützt sich auf soziale und kulturelle Normen sowie individuelle Erlebnisse. Beispiele sind Annahmen über menschliches Verhalten, die aus zwischenmenschlichen Erfahrungen resultieren, wie etwa die allgemeine Erwartung, dass Menschen freundlich auf Freundlichkeit reagieren.

Im Gegensatz dazu ist wissenschaftliche Psychologie eine empirische Disziplin, die systematische Forschungsmethoden nutzt. Sie basiert auf objektiver Datensammlung, Hypothesenbildung und der Nutzung kontrollierter Experimente zur Überprüfung ihrer Annahmen. Wissenschaftliche Psychologie strebt nach generalisierbaren Aussagen, die durch konkrete Belege und wiederholte Studien gestützt werden. Sie verfolgt das Ziel, zuverlässige und valide Erkenntnisse über menschliches Verhalten und Erleben zu gewinnen.

Ein weiterer wesentlicher Unterschied liegt in der Methodologie. Alltagspsychologie verwendet oft retrospektive Erklärungen, die nicht überprüfbar sind. Wissenschaftliche Psychologie hingegen bedient sich quantitativer und qualitativer Methoden, um Hypothesen zu testen. Dies umfasst Techniken wie Experimente, Befragungen, Beobachtungen und statistische Analysen.

Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Psychologie sind wiederholbar und können durch Peer-Review-Prozesse abgesichert werden. Alltagspsychologische Vorstellungen sind dagegen oft variabel und nicht-universell, was ihre Übertragbarkeit einschränkt. In der Altenpflege ist der Einsatz wissenschaftlicher Psychologie entscheidend, um den individuellen Bedürfnissen der Bewohner gerecht zu werden, ihre psychische Gesundheit zu fördern und das Wohlbefinden fundiert zu unterstützen.

2.4 Relevanz psychologischer Grundlagen für die Pflegepraxis

Psychologische Grundlagen sind essenziell für eine effektive Pflegepraxis. Sie ermöglichen ein tiefes Verständnis der individuellen Bedürfnisse und Verhaltensweisen der Bewohner. Pflegekräfte müssen nicht nur körperliche, sondern auch psychische Aspekte berücksichtigen, um eine ganzheitliche Betreuung zu gewährleisten.

Ein fundiertes psychologisches Wissen befähigt Pflegekräfte, emotionale Zustände der Bewohner besser zu erkennen und entsprechend zu reagieren. Dies ist entscheidend für den Aufbau einer vertrauensvollen Beziehung und trägt zur Verbesserung der Lebensqualität bei. Psychologische Kenntnisse helfen, Stressfaktoren und psychische Belastungen zu identifizieren, die die Gesundheit und das Wohlbefinden der Bewohner beeinträchtigen können.

Die Anwendung psychologischer Prinzipien ermöglicht Pflegekräften, individuelle Pflegepläne zu entwickeln, die auf die spezifischen Bedürfnisse der Bewohner abgestimmt sind. Sie lernen, mit herausfordernden Verhaltensweisen umzugehen und angemessene Interventionen einzuleiten, um konfliktreiche Situationen zu entschärfen.

Darüber hinaus unterstützt psychologisches Wissen Pflegekräfte bei der Einschätzung kognitiver und emotionaler Veränderungen im Alter. Sie können frühzeitig Anzeichen von Demenz oder Depressionen erkennen und entsprechende Maßnahmen ergreifen. Dies fördert eine proaktive Pflege und trägt zur Verbesserung der psychischen Gesundheit der Bewohner bei.

Die Relevanz psychologischer Grundlagen zeigt sich auch in der Selbstreflexion der Pflegekräfte. Ein besseres Verständnis eigener emotionaler Reaktionen verbessert nicht nur das Arbeitsklima, sondern auch die Effektivität in der Betreuung. Psychologisches Wissen fördert Resilienz und Stressbewältigung, was zur Burnout-Prävention beiträgt.

Insgesamt sind psychologische Grundlagen unverzichtbar für eine qualitativ hochwertige Altenpflege. Sie bieten Werkzeuge, um Bewohner ganzheitlich zu betreuen, fördern deren Wohlbefinden und stärken die professionelle Praxis der Pflegekräfte.

3 Entwicklungspsychologie im Alter

3.1 Entwicklungspsychologie und deren Bedeutung in der Altenpflege

Die Entwicklungspsychologie untersucht die Veränderungen und Stabilitäten im menschlichen Verhalten über die gesamte Lebensspanne. Sie analysiert, wie sich Personen in verschiedenen Lebensphasen entwickeln und welche Faktoren diesen Prozess beeinflussen. Im Kontext der Altenpflege bedeutet dies, sich mit den spezifischen psychologischen Herausforderungen und Potenzialen älterer Menschen auseinanderzusetzen.

Ältere Menschen erleben nicht nur physische, sondern auch psychologische Entwicklungen. Die altersbedingten Veränderungen der Wahrnehmung, Kognition und emotionalen Verarbeitung spielen eine entscheidende Rolle im Betreuungsalltag. Ein Verständnis der entwicklungspsychologischen Prozesse ermöglicht es Pflegekräften, individuelle Bedürfnisse und Herausforderungen besser zu erkennen und gezielt auf die Emotionen und Reaktionen der Bewohner einzugehen.

Die Entwicklungspsychologie bietet Werkzeuge, um zu verstehen, wie ältere Menschen Lebensereignisse verarbeiten und welche Entwicklungsmöglichkeiten bestehen. Sie beleuchtet die Bedeutung der sozialen Interaktion und die Aufrechterhaltung von Identität und Autonomie. Das Wissen um diese Prozesse unterstützt Pflegekräfte darin, förderliche Umgebungen zu schaffen, die Entwicklungsmöglichkeiten bieten und die Lebensqualität in der Pflege verbessern. Es unterstreicht die Wichtigkeit, Pflege als dynamischen Prozess zu begreifen, der nicht nur Abbau, sondern auch Wachstum und Anpassungsfähigkeit im Alter fördert.

3.2 Psychologische Entwicklung im höheren Alter

Ältere Erwachsene stehen vor spezifischen psychologischen Entwicklungsprozessen, die durch körperliche, kognitive und emotionale Veränderungen geprägt sind. Während des Alterns bleibt das Bedürfnis nach Sinnfindung, sozialer Integration und emotionalem Ausgleich zentral. Diese Aspekte beeinflussen das psychische Wohlbefinden maßgeblich.

Ein wichtiger Bestandteil der psychologischen Entwicklung im höheren Alter ist die Anpassung an den körperlichen Abbau. Diese Anpassung erfordert die Auseinandersetzung mit veränderten Fähigkeiten und gesundheitlichen Einschränkungen. Erfolgreiche Bewältigung fördert Resilienz und kann zur Entwicklung neuer Interessen oder der Anpassung von Lebensgewohnheiten führen.

7 Das ist nur ein Preview

Das vollständige Buch gibt es auf <https://www.altenpflege.de> für angemeldete Benutzer. Die Anmeldung und auch die Nutzung ist kostenlos. Wer sich nicht anmelden will, kann den auf Seite 2 genannten Betrag per Paypal an buchhaltung@factsoft.de überweisen und dabei sowohl den Buchtitel als auch die E-Mail-Adresse angeben. Dann erhält er das PDF per E-Mail zugesandt.

Neben dem kostenlosen Zugriff auf die Kurzlehrbücher ermöglicht eine Registrierung auf [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de), sich direkt auf Jobs zu bewerben. Und auch, selbst eine kostenlose Job-Anzeige aufzugeben. Werdet auch Ihr Teil der [altenpflege.de](https://www.altenpflege.de)-Community.