# Gesprächsbogen vom Blog

## Thema: „Pflegeaufgaben teilen und Vertretung vorbereiten“

Link zum vollständigen Artikel: https://familyvalued.org/pflege-angehoerige-plan-ueberforderung-vermeiden

**Für Angehörige, die Unterstützung verbindlich organisieren und den Ausfall einer Pflegeperson einbeziehen möchten.**

**Für wen?**
Für pflegende Angehörige im Gespräch mit erwachsenen Familienmitgliedern, einer vertrauten Person oder einer Beratungsfachkraft.

**Wofür?**
Sie machen unsichtbare Verantwortung sichtbar und vereinbaren eine konkrete Entlastung. Zugleich klären Sie, welche verlässliche Vertretung noch vorbereitet werden muss.

**Kurzanleitung**

- Nehmen Sie sich 20 bis 30 Minuten ohne Ablenkung.
- Bearbeiten Sie Abschnitt 1 zunächst einzeln.
- Hören Sie einander zu, bevor Sie Aufgaben verteilen.
- Beziehen Sie den pflegebedürftigen Menschen möglichst direkt ein und beginnen Sie mit einem überschaubaren Bereich.

**1. Die eigene Belastung sichtbar machen**

Benennen Sie eine konkrete Belastung, einschließlich des Vorausdenkens und der nächtlichen Verantwortung.

**Welche Aufgabe oder Verantwortung kostet mich derzeit besonders viel Kraft?**

---

---

**Wissen oder organisieren bisher nur ich beziehungsweise eine einzige Person?**

---

---

**Gesprächssatz:**
„Mich belastet nicht nur das Erledigen, sondern auch, ständig an alles denken zu müssen.“

**2. Bedarf und Wünsche gemeinsam klären**

Beginnen Sie mit den Fähigkeiten und Wünschen Ihres Angehörigen, nicht allein mit den Aufgaben der Helfenden.

**Was möchte unser Angehöriger selbst übernehmen, und wobei wünscht oder benötigt er Unterstützung?**

Das möchte und kann er selbst tun:

---

Dabei braucht er Unterstützung:

---

**Welche Entlastung würde im Alltag am meisten helfen, ohne seine Wünsche zu übergehen?**

Unsere ausgewählte Entlastung:

---

Das müssen wir mit ihm oder einer Fachkraft noch klären:

---

**3. Eine vollständige Zuständigkeit vereinbaren**

Übertragen Sie eine Aufgabe einschließlich Planung und Nachverfolgung, statt Hilfe nur auf Zuruf zu organisieren.

**Wer kann die ausgewählte Aufgabe verbindlich übernehmen, und was gehört vollständig dazu?**

Die Aufgabe:

---

Verantwortlich ab: _____

Dazu gehören auch Planung, Vorbereitung und Rückmeldung:

---

Die Grenzen dieser Übernahme:

---

**Gesprächssatz:**
„Lass uns festhalten, was du übernehmen kannst und wo wir weitere Unterstützung brauchen."

**4. Die Vertretung auf Alltagstauglichkeit prüfen**

Eine Vertretung ist erst vorbereitet, wenn Zusagen, Informationen und notwendige Einweisungen geklärt sind.

**Wer übernimmt bei einem Ausfall zuerst, und welche zweite Lösung ist ausdrücklich vereinbart?**

Erste Ansprechperson und Telefonnummer:

---

Zweite Ansprechperson oder bestätigtes Unterstützungsangebot:

---

**Unser Vertretungscheck – markieren Sie, was bereits geklärt ist:**

- ☐ Die vorgesehenen Personen haben sich den konkreten Aufgaben zugesagt.
- ☐ Eignung und notwendige Einweisung sind gewährleistet.
- ☐ Zeitkritische Versorgung ist gemäß den fachlich abgestimmten Vorgaben festgehalten.
- ☐ Aktuelle Kontakte, Medikationsplan und Hinweise zur Verständigung sind für Berechtigte auffindbar.
- ☐ Zugang zur Wohnung sowie erforderliche Einwilligungen oder Vollmachten sind geklärt.
- ☐ Ein vereinbarter Ablauf wird erprobt, solange die bisherige Pflegeperson erreichbar bleibt.

**Die wichtigste offene Lücke:**

---

**Unser nächster Schritt**

**Das klären oder organisieren wir zuerst:**

---

**Darum kümmert sich:** _____

# Gesprächsbogen vom Blog

**Bis zum: _____**

**Unsere Probeübergabe findet statt am: _____**

**Diese Erholungszeit wird dadurch abgesichert:**

---

**Am _____ prüfen wir, ob die Vereinbarung tatsächlich entlastet.**

Liebes Paar, wenn Ihnen der Gesprächsbogen oder der Artikel gefallen hat, steht einem **kostenlosen Abo für den Newsletter** nichts mehr im Wege.

Link zum Newsletter