



給照顧者

照顧者的人權

照顧者的人權

照顧者有以下的人權：

- ◆ 照顧自己。這並不是自私，我能夠因此給我親人更好的照顧。
- ◆ 向他人尋求協助，即使有些親友會反對。我必須承認自己能力和耐力的限制。
- ◆ 維持我個人的生活空間，就像我的親人還未罹病時一樣。我知道我會儘可能照顧我的親人，但是我有權利做些自己的事。
- ◆ 能夠有時候發發脾氣、覺得鬱卒，或是表達我的情緒。





給照顧者

照顧者的人權

- ◆ 能夠拒絕有些親友有意或無意間試圖利用罪惡感來操縱我。
- ◆ 接受我的親人因為我的照顧而給予我的體貼、情感、寬恕和接納。我也會給予相同的回報。
- ◆ 為我給予親人的照顧感到光榮，也為我能夠替親人所做的事而喝彩。
- ◆ 保護我自己在親人已不需我全時照顧後，我個人的生活權益。
- ◆ 期望我們的國家和社會在提供患者生理和心理上的協助時，也能提供對照顧者的協助。

本文譯自：

“Care Giving: Helping an Aging Loved One”, Jo Horne, 1985

