

Burnout aus der Perspektive von Pflegenden in der Psychiatrie

**Jahressymposium des Berner Bündnisses
gegen Depression in Zusammenarbeit mit dem
Psychiatriezentrum Münsingen PZM**

Andrea Deutsch



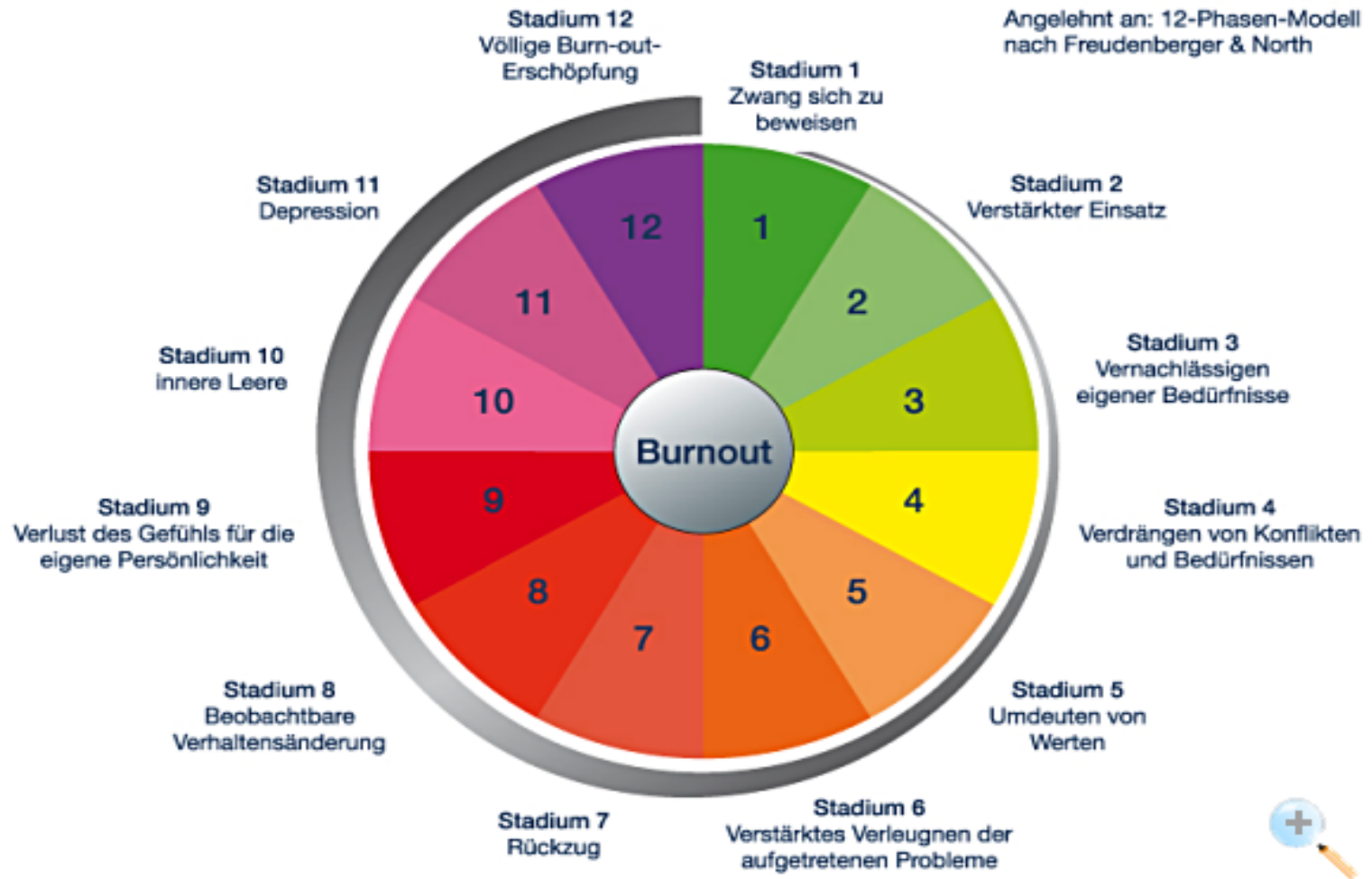
Definition

„Burnout heißt „ausgebrannt sein“ und bezeichnet einen plötzlich einsetzenden oder langsam beginnenden Zustand körperlicher, geistiger oder gefühlsmäßiger Erschöpfung. Wenn Belastungen und Stress im Arbeitsalltag zu einer dauerhaften Gefährdung der seelischen und körperlichen Gesundheit werden, spricht man von einem Burnout-Syndrom“

Austausch

2-3 Minuten Zeit für die Fragen:

- Wann hatte ich das letzte Mal das Gefühl an einem Burnout zu leiden?
- Welche Symptome zeigten sich?



Ursachen

Burnout fördernde Faktoren bei Pflegenden
in der Psychiatrie:

- Berufsbedingte Faktoren
- Persönliche Faktoren
- Umgebungsfaktoren

Berufsbedingte Faktoren

- Grosse Anzahl von Fällen bezogen auf die Arbeitszeit
- Arbeit mit traumatisierten Patienten (vicarious traumatization)
- Gewalttätige Patienten
- Bedrohungen
- Erleben von Suiziden

Persönliche Faktoren

- Ungenügend Fähigkeiten die Arbeit auszuführen
- Leistungsfähigkeit
- Hohes Engagement oder Überengagement
- Konfliktfähigkeit
- Lebensphilosophie, Sinnhaftigkeit
- Selbstvertrauen

Ergebnisse

- Überlastung
- Ein negatives Verhältnis zu Vorgesetzten und Kollegen/innen
- geringer Handlungsspielraum und hoher Leistungsdruck
- Persönlichkeitsmerkmale



Hohe Ausfallzeiten, Krankheit,
Fluktuation, Burnout, Zynismus,
Depression

Ergebnisse

- positive Stimmung im Team
- Feedback und Anerkennung durch den Vorgesetzten



Proaktive Befähigung

Zutrauen zu Fähigkeiten, ermutigen
das Potenzial auszuschöpfen

Job Zufriedenheit

Mögliche Massnahmen

- Weiterbildungsangebote
- Fallvorstellungen
- Supervision
- Dienstzeiten
- Kontakt Vorgesetzte
- Resilienz fördern



Kosten

24.8% der Arbeitnehmer sind übermässig gestresst

Kosten pro Jahr: 5,6 Milliarden wegen psychischer Krankheit in der Schweiz

1.5 Milliarden Kosten für die Prävention und Gesundheitsförderung in der Schweiz.



Quellenangaben

- Bilgiç ,H., Müller, E.(2012) Berufliche Gratifikationskrisen bei Pflegefachkräften in der Psychiatrie: Auswirkungen körperlicher und psychischer Tätigkeitsanforderungen auf Arbeitsaufwand und Gesundheit .S. 41-45. Kongress. «*Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz*» Eine Herausforderung für die psychiatrische Pflege in Praxis- Management- Ausbildung- Forschung
- Hemkendreis ,B., Prattke, A. (2012) Gesunde Mitarbeiter/innen für ein gesundes Unternehmen! Präventionsprojekt zur Unterstützung des nachhaltigen Personalmanagements S.143-148. Kongress. «*Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz*» Eine Herausforderung für die psychiatrische Pflege in Praxis- Management- Ausbildung- Forschung
- Madathil, R., Heck, C.N., Schulberg, D. (2014) Burnout in Psychiatric Nursing: Examining the Interplay of Autonomy, Leadership Style, and Depressive Symptoms. Studie. *Archives of Psychiatric Nursing*. 28. S. 160-166

- Muff S., Grieser M. (2012) Burnout Prävention bei psychiatrischen Pflegefachpersonen . Kongress. «Gesundheitsförderung und Gesundheitskompetenz» Eine Herausforderung für die psychiatrische Pflege in Praxis- Management- Ausbildung- Forschung. S.233-238
- Robinson, J.R., Clements, K., Land, C.(2003) Workplace Stress. Among Psychiatric Nurses. Prevalence, Distribution, Correlates,& Predictors. Studie. *Journal of Psychosocial Nursing*, Vol. 41, No.4
- Van Bogaert, P., Carke, S., Willems, R., Mondears, M., Nurse, pralice environment, workload, burnout, job outcomes, and quality of care in psychiatric hospitals: a structural equation model approach . Studie. *Journal Advanced Nursing* (2013) Jul.69(7)
- Vidmar, N.(2011) Burnout – was schützt? Der Einsatz eines Arbeits- und Organisationspsychologen und seine gesundheitlichen und wirtschaftlichen Auswirkungen auf das Pflegepersonal S.17

Online

Wikipedia Transformationale Führung

[http://de.wikipedia.org/wiki/Transformationale Führung.](http://de.wikipedia.org/wiki/Transformationale_Fuehrung)

abgerufen am 22.10.14

Resilienz : buisness-wissen.de

<http://www.business-wissen.de/resilienz-mit-uebungen-die-resilienz-foerdern> abgerufen am 23.10.14

Abschluss Fragen: Publiziert am Juli 3, 2014 durch Petra Owen in Verkauf, abgerufen am 23.10.14

<http://www.guerrilla.de/wie-war-das-gleich-mit-den-w-fragen-teil-3-abschlussfragen/> abgerufen am 23.10.14

Burnout aus Apotheken Umschau, 11/12, abgerufen am 23.10.14

<http://www.evaprinzip.de>