

Palliativpflege – eine besondere berufliche Herausforderung

Pflegezentrum Mattenhof
02. November 2011

Berufe mit unvermeidbaren Belastungssituationen

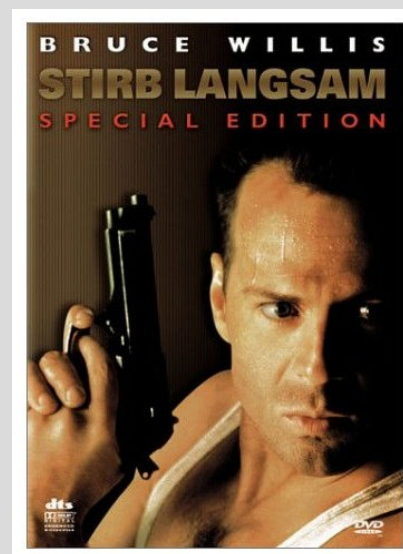
- Abgrenzung zu vermeidbaren Belastungen (durch unprofessionelles Handeln)
- Belastungen sind berufsspezifisch und gehören zum Berufsprofil

Welche Berufe / Branchen?

- Polizei
- Feuerwehr
- Rettungsdienste
- Pflege und Sozialpädagogik
- Ärzte
- Staatsanwaltschaften
- Opferberatung
- Sekretariate mit besonderen Aufgaben

Kommentar:

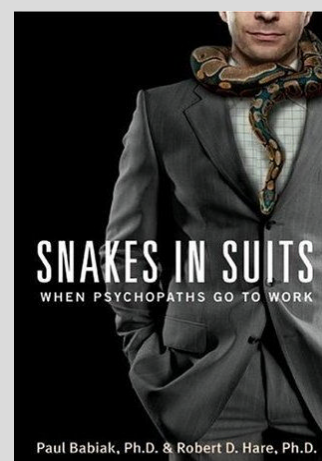
„Man muss
der Typ
für diesen
Beruf sein !!!“



„Der Typ, den nichts belastet“

- abstinent
- unberührbar
- distanziert
- angstfrei
- unempathisch
- selbstzentriert
- gefühllos

Psychopathie als berufl. Ressource



Der emotionale Zugang

- der emotionale Zugang / Kanal funktioniert nicht nur in eine Richtung
- wer Gefühle hat, ist emotional berührbar
- wer verständnisvoll und empathisch ist, ist andersherum auch verletzbar
- natürlich gibt es unterschiedliche Dimensionen von Offenheit / Verletzbarkeit, aber:



Wir können nicht nicht reagieren!

Ziel: wirkungsvolle Strategien im Umgang mit berufl. Belastungen

persönliche Bewältigungsstrategien
teamorientierte kollektive Präventionskonzepte
leitungsspezifische präventive Instrumente
institutionelle Prävention

I. Stressdefinition

- Definition

Den Begriff Stress hat der Forscher Hans Selye geprägt:

Ursprünglich sollte der Begriff nur beschreiben, was im Körper passiert, wenn er belastet wird.

II. Stressdefinition

Stress = ursprüngl. neutraler Ausdruck

Distress = negativer Stress

Eustress = positiver Stress

I. Stressreaktion

Stressreaktion!!!

↓
dient dem Überleben

↓
3 mögl. Reaktionen:

1. Kampf
2. Flucht
3. Erstarrung

II. Stressreaktion

- **Kampf**
 - sinnvoll, wenn Chancen bestehen, den Gegner zu überwinden
- **Flucht**
 - sinnvoll, wenn Chancen bestehen, dem Gegner zu entkommen

III. Stressreaktion

- **Erstarrung**
 - „Totstellreflex“ tritt dann ein, wenn Kampf oder Flucht nicht mehr möglich sind
 - im Tierreich dient diese Reaktion nicht nur der eigenen Lebensrettung: das Tier spürt den Schmerz nicht mehr, wenn es gefressen wird (→ Dissoziation!)

Berufliche Stressphänomene

- Akuter Stress
- Chronischer Stress
- Burnout
- Trauma

Burnout

englisch: burnout
=
„ausbrennen“

I. Burnoutdefinition

- Definition

Burnout ist ein **dauerhafter, negativer, arbeitsbezogener** Seelenzustand 'normaler' Individuen.

II. Burnoutdefinition

- Definition

Burnout ist eine **berufliche Stressreaktion**, ausgelöst durch **multifaktorielle Belastungen**, verbunden mit der **völligen Erschöpfung der Ressourcen**.

Palliativpflege und Burnout

- Studien mit unterschiedlichen Resultaten
- Einerseits: Hohes Risiko für Burnout in spezialisierten Bereichen der Pflege
- Andererseits: Teams in der Palliativpflege verfügen über hohen Grad an «Selbstpflege» (dazu gehören die präventiven Strategien wie beispielsweise Spiritualität und Rituale)

I. Traumadefinition

- Definition

Trauma = Verletzung

welche körperlicher und / oder seelischer Art sein kann.

II. Traumadefinition

Opfer oder Zeuge eines Ereignisses, bei dem das eigene Leben oder das Leben anderer Personen bedroht war oder eine ernste Verletzung zur Folge hatte.

Die Reaktion des Betroffenen beinhaltet Gefühle von intensiver:

Angst + Hilflosigkeit + Entsetzen

I. Traumakategorien

- „**Man-made-Traumata**“
 - Traumata, die Menschen anderen Menschen zufügen
 - wirken am stärksten (Vertrauensbruch)
 - kommen am häufigsten vor

II. Traumakategorien

- **Naturkatastrophen**

Auch, wenn das Ereignis für uns entsetzlich ist, können wir uns vielleicht innerlich damit „trösten“, dass wir uns nicht persönlich verraten und geschädigt fühlen.

III. Traumakategorien

- **Schwere Schicksalsschläge**
 - Tod eines geliebten Menschen
 - Angriff durch ein Tier
 - Unfälle (Transportmittel, Sport, beinahe Ertrinken, Feuer usw.)

IV. Traumakategorien

- **Schwere Erkrankungen / Medizinisch notwendige Gewalt**
 - medizinische und zahnmed. Eingriffe
 - Krankenhausaufenthalte von Kindern (Gefühl der Verlassenheit)
 - Zwangsmassnahmen: FFE, Fixation, Medikation

V. Traumakategorien

- **Kollektive Traumatisierung**
 - z. B. Kriege
 - möglicher Trost in der Traumaverarbeitung ist das Wissen, dass alle das gleiche Schicksal trifft

VI. Traumakategorien

- **Kombination der Traumata**

Die vorherige Einteilung ist nur grob. Es gibt immer wieder Situationen, welche sich nicht eindeutig einer dieser Kategorien zuordnen lassen oder gar mehrere Kategorien betreffen (z. B. Folteropfer im Krieg).

Sekundäre Traumatisierung

- Der / die Traumatisierte und der / die sekundär Betroffene sind nicht dieselbe Person
- Betroffene werden mit Traumatisierten bzw. deren Traumafolgen konfrontiert
- Bei den Betroffenen entstehen zudem Vorstellungen und konkrete Bilder vom Traumaereignis, welche ebenfalls traumatisieren können (Gehirn kann nicht unterscheiden)

Traumafolgen

Beispiel

Flashbacks

= blitzartige Erinnerungen an das Traumaereignis

(werden durch sog. Trigger ausgelöst: Sinneseindruck / Situation)

Traumaverarbeitung

- **Traumafolgen**
 - gehören zur gelungenen Traumaverarbeitung = Selbstheilungsprozess
- **Traumafolgestörungen**
 - entstehen durch die nicht gelungene Traumaverarbeitung
 - Manifestation von Symptomen
 - behandlungsbedürftige Störungen (Diagnosen)

Palliativpflege und Trauma

- Untersuchungen
- Studien
- Forschung

???

Prävention: Warum?

Neben den individuellen Folgen für Betroffene von Stress, Burnout und Trauma kommt es zu:

betriebswirtschaftlichen Folgen

I. Betriebswirtschaftliche Folgen

- Leistungsabfall bei den Betroffenen
 - krankheitsbedingte Fehlzeiten
 - Frühpensionierungen
 - Neueinstellungen

II. Betriebswirtschaftliche Folgen

- Sinkendes Commitment
- Wissensverlust in der Institution (durch erhöhte Personalfuktuation)
- steigende Kundenunzufriedenheit

Ziel: wirkungsvolle Strategien im Umgang mit berufl. Belastungen

persönliche Bewältigungsstrategien
teamorientierte kollektive Präventionskonzepte
leitungsspezifische präventive Instrumente
institutionelle Prävention

Persönliche Bewältigungsstrategien

- Autosuggestion (Gedanken und Gefühle beeinflussen Handeln und: umgekehrt!)
- Übungen / Verfahren: Stressbewältigung
- Rituale
- Skills zum „Unterbrechen“
- Skills zum „Entladen“

Teamorientierte Präventionskonzepte

Beispiel

Team- und / oder Einzelsupervisionen stehen zur Verfügung und müssen nicht erst langwierig beantragt und erkämpft werden:

- ⇒ konzeptionalisierte Supervision!
- ⇒ gesichertes Notfallcoaching!

Intervisionen und interdisziplinäre Gesprächskreise sind installiert (Working Team / Peergroup)

Leitungsspezifische präventive Instrumente

- Einschätzung der Situation
- Umgang mit Betroffenen
- Professionelle Rolle
- Wissen zu den Stressphänomenen
- Wissen zu präventiven Interventionen
- Verantwortung für die Umsetzung der präventiven Grundsätze und Konzepte

Institutionelle Prävention

Wenn eine Institution sich für präventive Konzepte entscheidet, gilt es folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- Enttabuisierungsmechanismen
 - Wissensdynamik
 - Prävention = Visitenkarte
- Dokumentation: schriftlich, entsprechend der internen QM-Kultur, optimal: Standard

Fazit

- Stressphänomene unterscheiden sich und entsprechend dazu unterscheiden sich die präventiven Strategien!

Burnout

Erklärungsansatz: Person → Strategien

Erklärungsansatz: Organisation → Strategien

Trauma

Traumapräventive Strategien

**Danke für Ihr Interesse
und Ihre geschätzte
Aufmerksamkeit!**

Koordinaten der Referentin

Mirella Chopard

ZEMB GmbH
Feldholzstrasse 22
9242 Oberuzwil

www.zemb.ch

zemb@hispeed.ch

Tel: 078 803 97 22