



Sie befinden sich hier: » Märkische Allgemeine » Ratgeber » Beruf » Beruf & Bildung

05.06.2008/

18:18

Pfleger sind häufig von Burnout betroffen

Düsseldorf (dpa/tmn) - Menschen in pflegenden Berufen sind häufig von Überlastung und Burnout betroffen. "Diese Menschen stellen einen immens hohen Anspruch an sich selbst. Eine hohe Selbstaufopferung ist selbstverständlich."

Das sagte Bernhard Juchniewsicz, Präsident der European Coaching Association in Düsseldorf. Diese Menschen müssten lernen, Grenzen zu ziehen. Doch das ist angesichts der Anforderungen schwer: Auf der einen Seite müssen Pfleger einen engen Zeitplan einhalten, andererseits menschliche Unterstützung geben. Beides lasse sich kaum vereinen, so Juchniewsicz: Kümmert sich der Pfleger wirklich so um den Patienten, wie es notwendig ist, gerate der Zeitplan aus dem Takt. Arbeitet er dagegen nach Plan, blieben die Bedürfnisse der Kranken auf der Strecke.

Dieses Problem kennt auch der Berufsverband der Pflegeberufe. Er überreichte 185 000 Protestunterschriften an Gesundheitsministerin Ulla Schmidt, um auf die Belastung der Pfleger aufmerksam zu machen. In vielen Krankenhäusern sei es normal, dass eine Schwester oder eine Pflegeschülerin auf einer 30-Betten-Station die Arbeit alleine erledigen muss.

Konzentrations- und Schlafstörungen, Fehler bei der Arbeit, Gereiztheit und Appetitlosigkeit sind laut Juchniewsicz Anzeichen dafür, dass die Arbeit zu viel wird und ein Burnout droht. Manche Betroffenen fingen an, verstärkt Alkohol zu trinken, andere griffen zu Tabletten, um fit zu bleiben. Stimmungsschwankungen und das Gefühl, ständig überfordert zu sein, deuteten ebenfalls auf einen Burnout hin.

Damit es nicht zu einem Ausbrennen kommt, sollten die Betroffenen frühzeitig versuchen, gegenzuwirken. Wichtig sei zum Beispiel, dass sie sich trauen zu sagen, wenn es ihnen zu viel wird, so Bernhard Juchniewsicz. Die beste Burnout-Prävention sei "ein funktionierendes Privat- und Familienleben".