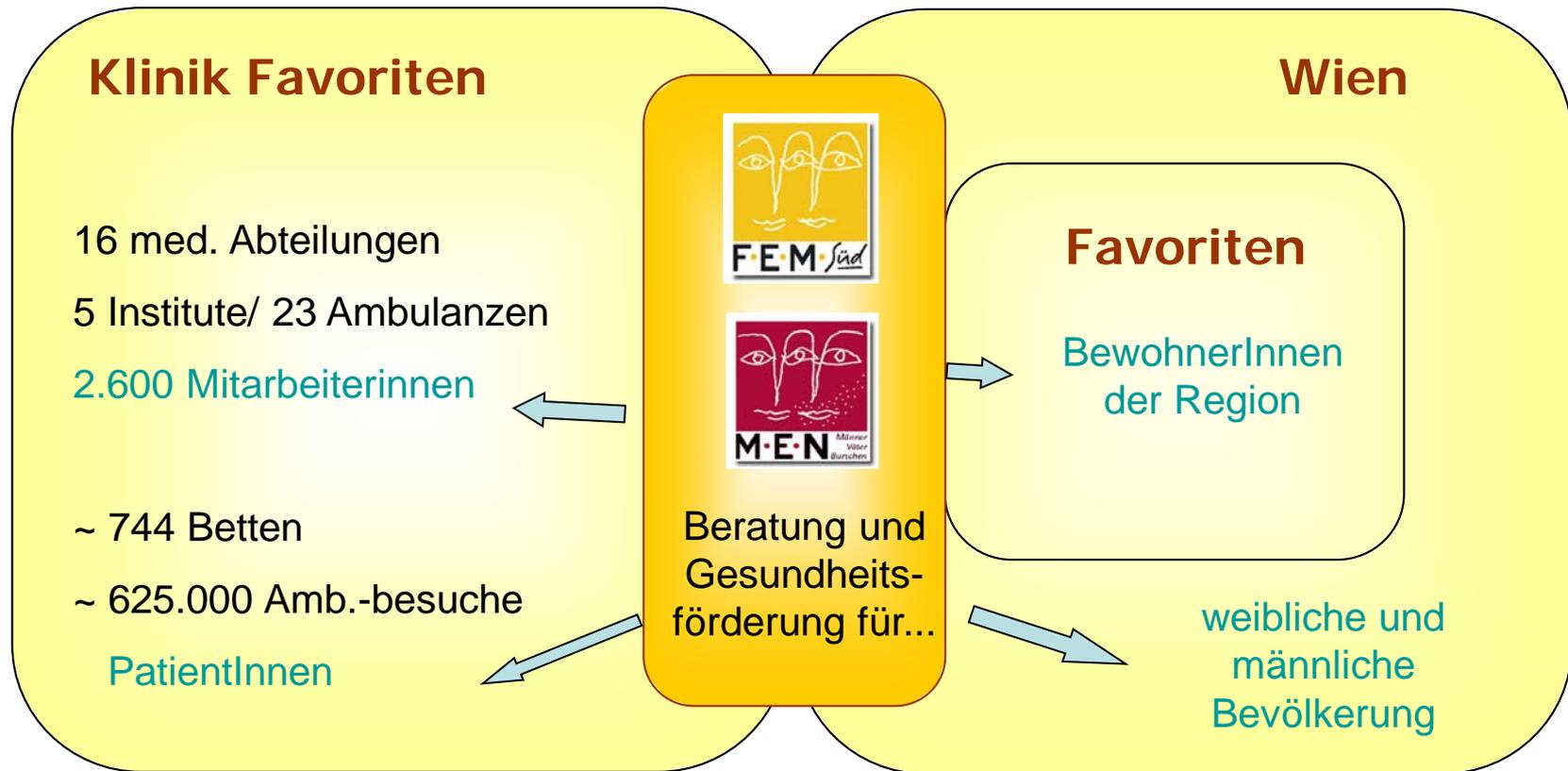


Psychosoziale Gesundheit am Arbeitsplatz: Grundlagen, Herausforderungen, Ressourcen

**Workshop Wiener Allianz für Gesundheitsförderung
21.04. 2021**

**Mag.^a Hilde Wolf, MBA
Frauengesundheitszentrum FEM Süd**

FEM Süd und MEN in der Klinik Favoriten



Quelle: Geschäftsbericht Wiener Gesundheitsverbund 2019

**Ich liebe es,
Menschen zu helfen,
doch mir geht es
selbst nicht mehr gut.**

**Krise da,
Kraft weg!**

www.heiligenfeld.de/coronaburnout



Heiligenfeld
Kliniken

Frauen • Eltern • Mädchen



Burn out und Depressionen bei ÄrztInnen in Deutschland

- Medscape ist eine Online-Plattform für GesundheitsexpertInnen:
- 1.130 ÄrztInnen nahmen an der Umfrage teil mittels Online-Fragebogen
- Befragungszeitraum: Juni bis August 2020
- Etwa je die Hälfte der TeilnehmerInnen arbeitet in Deutschland als Klinikarzt/-ärztin oder in einer Praxis.

Medscape

Report:

Burnout und
Depressionen
bei Ärzten in
Deutschland
2020

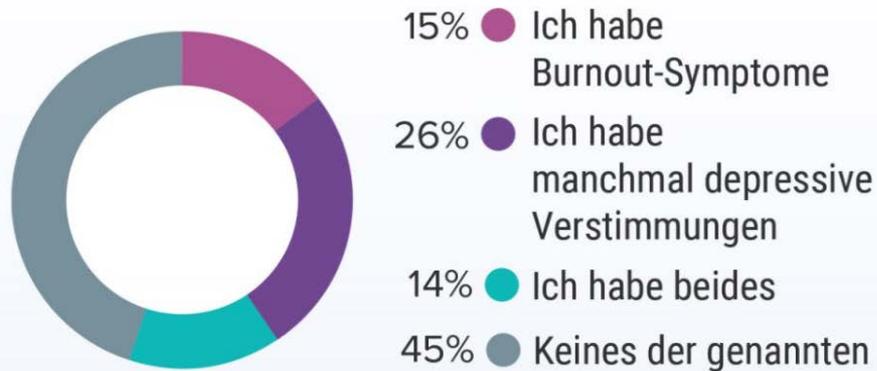


Frauen • Eltern • Mädchen



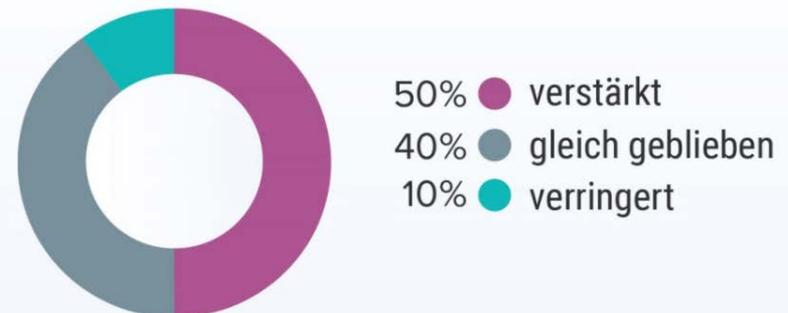
Psychische Belastungen bei ÄrztInnen während der Pandemie

Burnout, Depression oder beides?



© medscape

Wie hat sich Ihr Burnout-Gefühl durch die Corona-Pandemie verändert?



© medscape

Hauptursache für depressive Symptome ist die Arbeitssituation

Belastungen bei Pflegekräften während der Pandemie

An die Substanz

Studie: COVID-19 belastet Psyche von Pflegepersonal stark

Beschäftigte im Gesundheitswesen, die COVID-19-Patienten pflegen und behandeln, sind gestresster und fühlen sich deutlich stärker belastet, als andere Beschäftigte, insbesondere in der Pflege.

Dies ist das Ergebnis der deutschlandweit ersten Studie dazu, die an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie der Universität Augsburg / Bezirkskrankenhaus Augsburg und dem Lehrstuhl für Medizinische Psychologie und Soziologie durchgeführt wurde. Insgesamt zeigen die Beschäftigten im deutschen Gesundheitswesen hohe Zustimmungsraten zu den von Krankenhäusern und Staat ergriffenen Maßnahmen.

Die Studie wurde publiziert in [European Archives of Psychiatry and Clinical Neuroscience](#).

Belastungen bei Pflegekräften während der Pandemie

- Online-Befragung anonym, in ganz Deutschland
- 3.669 Beschäftigte im Gesundheitswesen, darunter Angehörige der ÄrztInnenschaft, der Pflege und des sonstigen Krankenhauspersonals
- Befragungszeitraum: 15. April bis 1. Mai 2020
- Gegenstand der Untersuchung: subjektive Belastung und Stress während der Pandemie

“ Insbesondere für Pflegende und für Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in COVID-19-Risikobereichen sollte es niederschwellige Angebote zum Erkennen von beginnenden stress-assoziierten Erkrankungen und dem Erhalt der psychischen Gesundheit geben ”

Alkomiet Hasan

Ursachen der aktuellen Belastungen

Die Beschäftigten müssen mit psychischen Herausforderungen umgehen, wie:

- der **emotionalen Inanspruchnahme** durch die besonderen Bedürfnisse vieler Menschen in diesem Ausnahmezustand
- den **erhöhten Anforderungen an die Arbeitsorganisation**, aufgrund neuer Prioritäten und veränderter Arbeitsabläufe sowie möglicher Engpässe in der Versorgung
- den **veränderten sozialen Beziehungen** durch die Schaffung von sozialer Distanz
- der **ständigen eigenen Infektionsgefahr** in der Arbeitsumgebung (Angst vor Infektion)

Quelle: DGUV, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung, 2020

Auswirkungen der aktuellen Belastungen

Mögliche Reaktionen auf die Belastungen – auf verschiedenen Ebenen

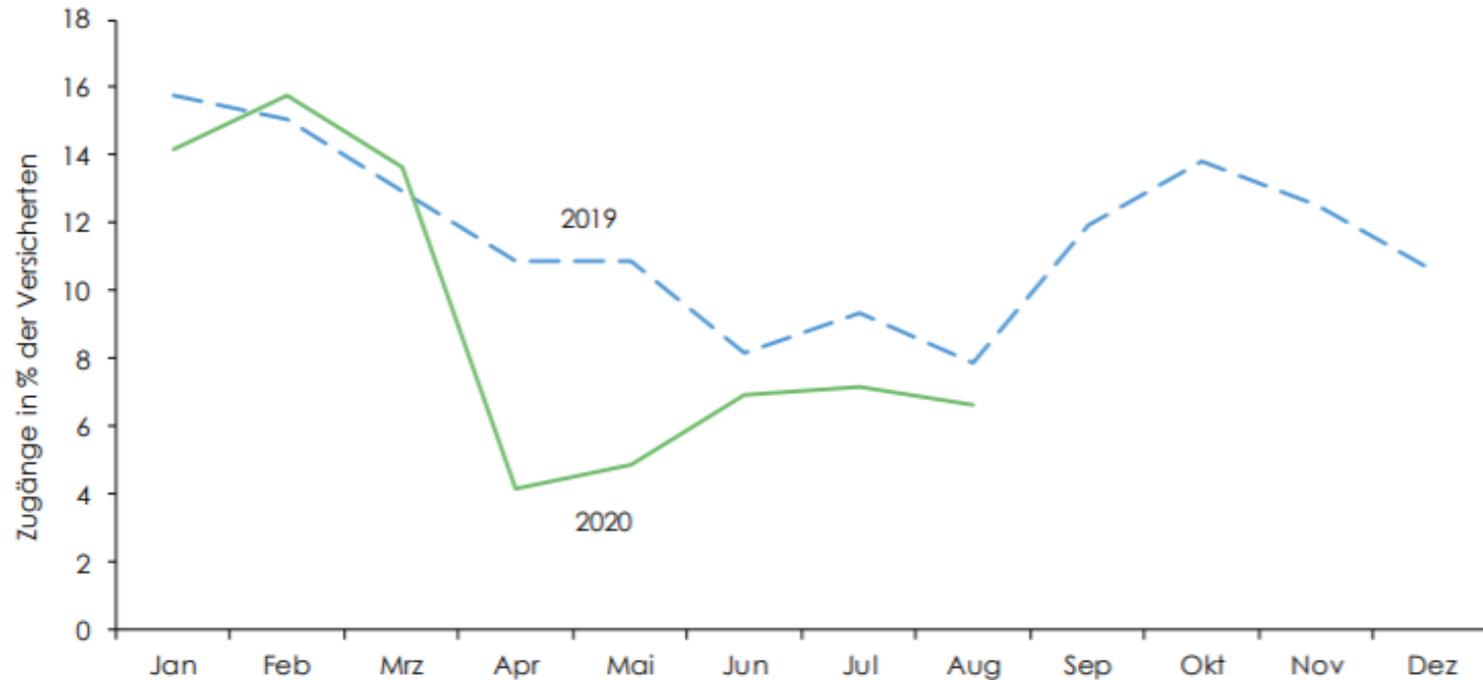
- **körperlich:** Magen-Darm-Probleme, Kopfschmerzen, Atembeschwerden, hoher Blutdruck, Müdigkeit, Herzrasen,...
- **kognitiv:** Nicht abschalten können, Konzentrationsfehler, Flüchtigkeitsfehler, das eigene Leistungsvermögen geringschätzen,..
- **emotional:** Unruhe, sich unter Druck fühlen, sie ständig gehetzt fühlen, Gefühle der Ohnmacht, Reizbarkeit, Ungeduld
- **verhaltensbezogen:** keine Pausen machen, übermäßiger Konsum von Alkohol, Zigaretten, Medikamenten, Veränderungen im Essverhalten (geminderter/gesteigerter Appetit),...

Quelle: DGUV, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung, 2020

Krankenstandsentwicklung in der Covid-19 Pandemie

Abbildung: **Krankenstandsentwicklung der unselbständig Beschäftigten in den Monaten Jänner bis August 2019 und 2020**

Zugänge in den Krankenstand auf Monatsbasis

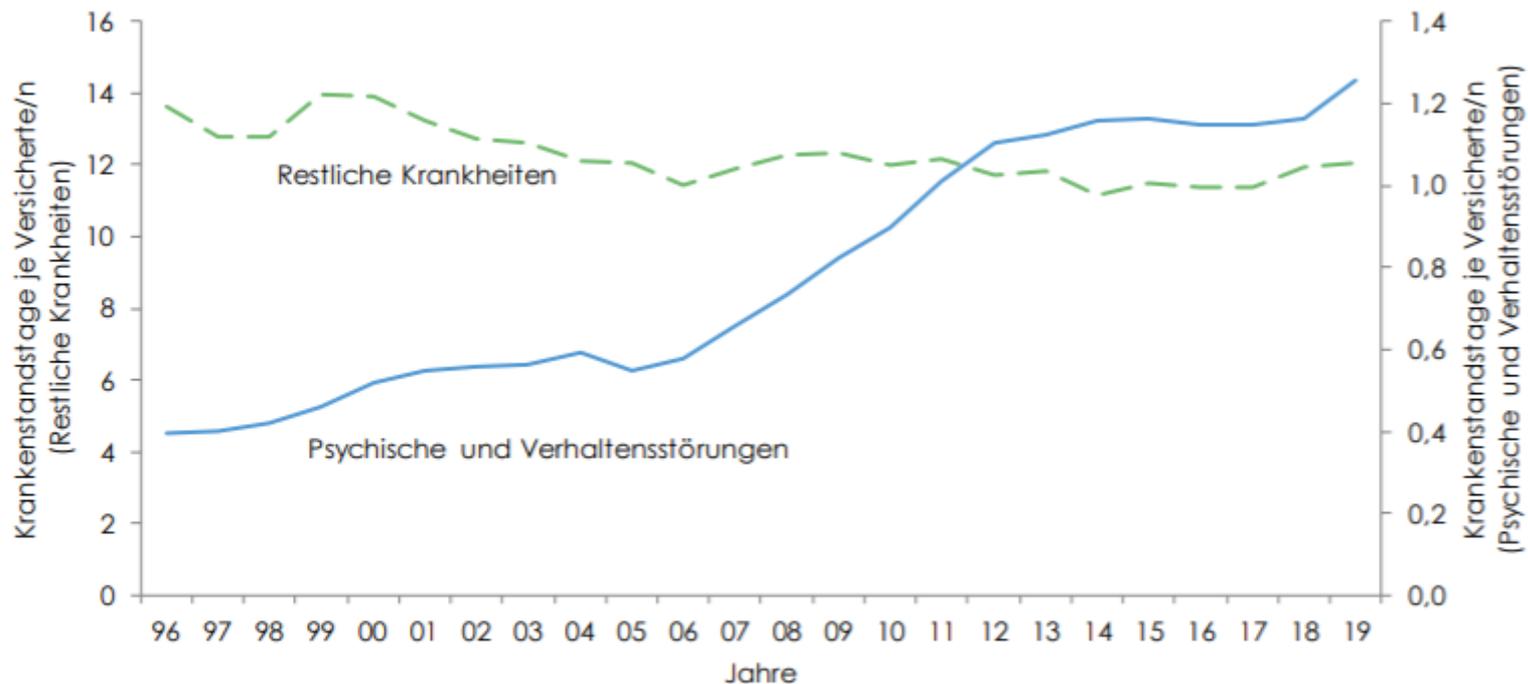


Q: Dachverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, WIFO-Berechnungen.

Entwicklung bei psychischen Erkrankungen

Abbildung 24: **Entwicklung der psychischen Krankheiten**

Österreich; rechte Achse: psychische und Verhaltensstörungen, linke Achse: restliche Krankheiten



Q: Dachverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, WIFO-Berechnungen. Anmerkung: Durch die Umstellung der Versichertenzahlen in der *Krankenstandsstatistik* kommt es in den Datenreihen zwischen 2007 und 2008 zu einem geringfügigen statistischen Bruch.

Psychosoziale Ressourcen

- Handlungsspielraum
- soziale Unterstützung:
- Information und Sicherheit
- Kommunikation und Kooperation
- Sinnerleben

➡ Ein Ansatzpunkt: Stärkung der Resilienz

Stärkung der Resilienz

Stärkung der Resilienz von Behandelnden im Rahmen der Covid19-Pandemie

Beispielhafte Einstellung resilienter Behandelnder

Anforderungen an Führungskräfte

Sinnhaftigkeit

Ich kann die aktuelle Situation und die besonderen Umstände einordnen. Auch wenn ich nicht alle Details der Krise zu jedem Zeitpunkt kenne, halte ich die grundsätzliche Vorgehensweise für sinnvoll und vertraue auf die getroffenen Maßnahmen

Führungsverhalten auf Resilienz ausrichten:

- Klare, optimistische Vision
- Realistische Planung
- Entschiedenes Handeln
- Dankbarkeit ausdrücken

Verstehbarkeit

Ich verstehe, warum ich belastet bin und, dass diese auch vielen meiner Kolleginnen und Kollegen hier und überall auf der Welt passiert. Ich bin nicht ungeeignet oder zu schwach. Anderen hätte das auch passieren können, das ist menschlich und steht mir zu.

Krisenkommunikation – klar, informativ und aufmunternd:

- Information reduziert Angst
- Zeitnahe Information zu:
 - Pandemieauswirkungen
 - Schutz des Personals
 - Umgang mit Personalinfektion
 - Anleitung zur Selbsthilfe

Handhabbarkeit

Ich kann eine Überlastung melden, ohne Angst vor Hämte oder Mobbing, und werde bei der Bewältigung meiner Belastung von Führungskräften, Kolleginnen und Kollegen und ggf. weiteren Personen unterstützt. Auch wenn die Situation weit weg von der Normalität ist, bin ich zuversichtlich, die Situation so persönlich zu bewältigen.

Kontinuierliche Unterstützung des Personals!

- Zulassen von Bedenken / Ängsten
- Unterstützung bei Selbstfürsorge
- Unterstützungsangebote kommunizieren
- Krisenintervention 24 / 7, d. h. rund um die Uhr möglich

Quelle: Strametz R, Raspe M, Ettl B, Huf W, Pitz A (2020): Handlungsempfehlung zu Stärkung der Resilienz von Behandelnden und Umgang mit Second Victims im Rahmen der Covid19-Pandemie zur Sicherung der Leistungsfähigkeit des Gesundheitswesens, basierend auf Strametz R/Bayeff-Filloff M (2019): Risikomanagement in der Notaufnahme, Kohlhammer, Stuttgart, und Wu AW, Connors C, Everly Jr. G. (2020): COVID-19. Peer Support and Crisis Communication Strategies to Promote Institutional Resilience. Ann Intern Med. DOI: 10.7326/M20-1236.

Resilienzstärkung für Führungskräfte des mittleren Managements im Wiener Gesundheitsverbund



Gesundheitsmultiplikatorinnen



GesundheitsmultiplikatorInnen im Wiener Gesundheitsverbund

Wir sehen uns als Ansprechpersonen und Drehscheibe für Gesundheitsinformationen!

Wiener
Gesundheitsverbund

Für die
Stadt Wien

WER sind wir?

Wir sind ein Netzwerk von geschulten und qualifizierten Gesundheitsmultiplikatorinnen und -multiplikatoren der folgenden Berufsgruppen des Gesundheitsverbundes:

- » Betriebsdienste (Hausarbeiterinnen und Hausarbeiter, Krankenträgerinnen und Krankenträger etc.)
- » Betriebstechnikerinnen und Betriebstechniker
- » Werkstätten (Tischlerinnen und Tischler, Schlosserinnen und Schlosser usw.)
- » Service- und Versorgungsassistentinnen und -assistenten
- » Abteilungshelferinnen und -helfer
- » Küchenmitarbeiterinnen und -mitarbeiter
- » Portierinnen und Portiere



Foto: FEM Süd&MEN

Für WEN sind wir da?

Du hast Fragen zu Deiner Gesundheit und hättest gerne **JEMANDEN**

- » mit dem/der Du Dich austauschen kannst?
- » der/die mit Dir nach Lösungen sucht?
- » der/die Dir Informationen und Kontakte (weiter-)geben kann?
- » der/die Dir **ANONYM** und **KOSTENLOS** zur Seite steht?

Ruf uns an! Sprich uns an! Schreibe eine E-Mail!

Wir unterstützen **DICH**/unsere weiblichen und männlichen Kolleginnen und Kollegen aus unseren Berufsgruppen bei der Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz und darüber hinaus.

WAS sind unsere Aufgaben?

Wir ...

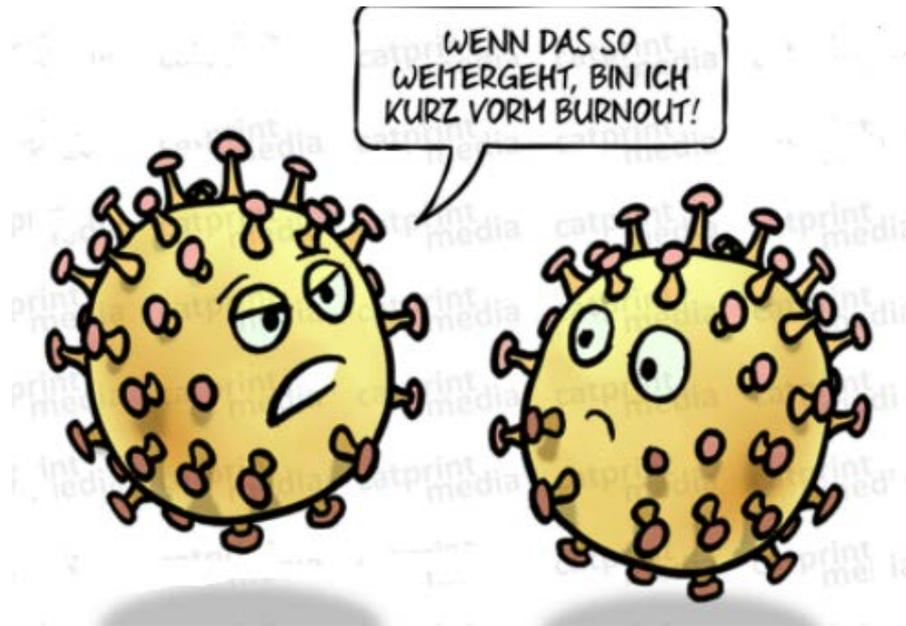
- » ... lotsen und begleiten Euch in Gesundheitsfragen!
- » ... sammeln Gesundheitsinformationen und geben Euch diese weiter
- » ... führen vertrauensvolle Gespräche mit Euch und hören zu
- » ... vermitteln (zu z.B. Beratungsstellen, Anlaufstellen im Haus, Vorgesetzte etc.) und stellen Kontakte her
- » ... unterstützen bei der Organisation von Gesundheitsförderungsangeboten

Viel Empathie und Interesse!

Diese Eigenschaften sollten neue Gesundheitsmultiplikatorinnen und Gesundheitsmultiplikatoren mitbringen. Nach einer Einschulung findet eine viertägige Weiterbildung zu Themen wie betriebliche Gesundheitsförderung und Kommunikation statt.

Alle Informationen finden Sie unter:

<https://intranet.gesundheitsverbund.at/Seiten/Gesundheitsmultiplikatorinnen-im-Wiener-Gesundheitsverbund.aspx>



Dankeschön!

**Kontakt: Mag.^a Hilde Wolf, MBA
Frauengesundheitszentrum FEM Süd**

hilde.wolf@extern.gesundheitsverbund.at