

Diemelbote vom 05.11.11

Inneres Ausbrennen kann jeden treffen

Marsberg. Dass in der heutigen Zeit mit zunehmender Arbeitsverdichtung und steigenden Leistungsanforderungen das »Burnout-Syndrom« ein aktuelles Thema ist, beweisen die Titelseiten der großen Nachrichtenblätter und die große Zahl der Teilnehmer, die zum Symposium »Ich kann nicht mehr!« in die LWL-Klinik Marsberg kamen. Mechthild Mügge, Pflege-Referentin der LWL-Abteilung für Krankenhäuser und Gesundheitswesen, erläuterte zu Beginn des Symposiums, wie wichtig dem LWL neben der Versorgung psychisch kranker und pflegebedürftiger Menschen auch der Austausch mit Angehörigen, freiwilligen Helfern und gesetzlichen Betreuern ist. Angehörige psychisch Kranker laufen Gefahr, schneller als andere überfordert zu sein, denn die Auswirkungen der Symptome der erkrankten Menschen stellen auch für die Angehörigen eine enorme Veränderung ihrer Lebenssituation dar, so Mügge. Diese Veränderung kann alle Lebensbereiche betreffen und bedeutet im Wesentlichen »Verlust«. Angehörige verlieren die Ver-

trautheit im Umgang miteinander, die Unbeschwertheit, soziale Kontakte, vielleicht sogar mögliche Lebensperspektiven und die eigene Zuversicht. Die Pflege-Referentin verdeutlicht, dass gerade der Verlust von Zuversicht und die Sorgen für die Zukunft mit Gefühlen von Ohnmacht, Hoffnungslosigkeit und Resignation einhergehen können. Wohin das führen kann, aber vor allem, was Betroffene tun können, um dieses zu vermeiden, vermittelten Vorträge und Workshops des Symposiums. Nach der Vorstellung des Leistungsangebots der LWL-Klinik durch Pflegedirektorin Hildegard Bartmann-Friese, referierte der Ärztliche Direktor der Ein-

richtung, Priv.-Doz. Dr. Stefan Bender, ausführlich zu Ursachen und Auswirkungen des Burnout-Syndroms. Anschließend stellte Dipl.-Pädagogin Anne Rabeneck den Teilnehmern Strategien zur Burnout-Vermeidung sowie Wege aus der Stressfalle vor. Interessierte konnten an verschiedenen Workshops des Pflege- und Erziehungsdienstes der LWL-Klinik, wie Fit durch Bewegung, Aromapflege und Entspannungsübungen oder an einem Präventionsangebot zur Stressbewältigung für Angehörige Demenzkranker teilnehmen. Mit einer Feedback-Runde sowie anregendem Meinungs- und Erfahrungsaustausch endete das Symposium.



Teilnehmer des Symposiums »Ich kann nicht mehr! – Das Burnout-Syndrom«.