

Stellen Überforderung und ein Burnout Syndrom Risikofaktoren für die Entstehung und das Ausleben von Gewalt im Pflegeprozess dar?

Die Gefahr ein Burnout Syndrom zu entwickeln ist für Personen die in einem psychosozialen Berufsfeld wie der Gesundheits- und Krankenpflege arbeiten besonders hoch. Die meisten steigen nach einer anspruchsvollen Ausbildung hochmotiviert und idealistisch in das Berufsleben ein.

Die Anforderungen die an Pflegefachkräfte gestellt werden sind vielfältig, Fachkompetenz, schwere körperliche Arbeit, Schichtdienste und ein hoher administrativer Aufwand stellen dabei nur einen Teil der Herausforderungen dar. Pflege ist aber auch Beziehungsarbeit. Gute und zielführende Pflege ist ohne vertrauensvolle Beziehung zum Klienten nicht möglich. Wer krank und pflegebedürftig ist, befindet sich immer in einer Ausnahmesituation, ist verletzlich und letztlich von Betreuungspersonen abhängig.

Pflegerische Arbeit findet meist in großer körperlich wie seelischer Nähe statt, erzeugt Intimität und macht es manchmal schwer sich vom Schicksal seiner Klienten professionell abzugrenzen. Ein Erfolg der Pflegearbeit lässt sich nicht immer an Genesung messen. Besonders in der geriatrischen Pflege liegt der Erfolg meist nur im Augenblick.

Die ständige Konfrontation mit Leiden, Hoffnungslosigkeit, Verzweiflung und Sterben, der tägliche Umgang mit ekelerregenden Ausscheidungen, schlechten Gerüchen, Pflegehandlungen, die immer wieder ein Eindringen in Intimzonen des Klienten erfordern, dazu vielleicht noch „fordernde Angehörige“, die es zu entlasten und beruhigen gilt, hinterlassen bei Pflegepersonen, besonders, wenn sie durch ein hohes Berufsideal geleitet sind ihre Spuren.

Sind dann auch noch die Rahmenbedingungen unter denen gearbeitet werden muss belastend, herrscht Personalmangel, gibt es Konflikte im Team, ist das Betriebsklima überschattet, kann dies für eine motivierte Pflegefachkraft rasch unerträglich werden.

Die Gefahr ein Burnout Syndrom zu entwickeln ist aber sicherlich nicht allein vom Arbeitsplatz abhängig sondern meist multifaktoriell bedingt. Kommen zur beruflichen Überforderung noch Druck durch private, familiäre Probleme, Schicksalsschläge, finanzielle Notlagen hinzu, ist die Gefahr einer vegetativen Erschöpfung enorm und eventuell ein Burnout Syndrom zu entwickeln stark gegeben.

Auf Grund alltäglicher Zwänge ist es nicht jedem möglich sich den Gegebenheiten seiner Lebensumstände zu entziehen, den Arbeitsplatz zu wechseln oder eine Auszeit zu nehmen. Die Betroffenen mühen sich ab ihren Alltag zu meistern, ihre Pflichten zu erfüllen und funktionieren so oft über Jahre in einem Zustand

chronischer Erschöpfung ohne zu Erkennen, das sie ihre Grenzen schon lange überschritten haben und „ausgebrannt“ sind.

Wer seine Arbeit mechanisch erledigt, dabei emotional abgestumpft ist läuft unter Umständen natürlich auch Gefahr seine einst hohen Ideale aus dem Auge zu verlieren. Der einst aufopfernde Helfer ist zum chronisch überforderten, hilflosen Helfer geworden, dessen Nerven brach liegen und der die Kontrolle über seine Affekte mitunter verliert. Statt mit der einstigen empathischen Aufmerksamkeit kann man den Klienten nur mehr mit Gleichgültigkeit begegnen. Emotionale Abstumpfung geht stets mit einem Verlust an Empathiefähigkeit einher.

Zunächst kommt es vielleicht nur zu Unterlassungen, Bedürfnisse der Klienten werden ignoriert, eine Verrohung der Sprache tritt ein. Vielleicht noch mit einem schlechten Gewissen begleitet, besteht hier aber schon die Gefahr der Verselbstständigung. Latente Überforderung kann stets ein Vorzimmer zu manifester Gewalt werden. Gewalt hat viele Gesichter, Ignoranz genauso wie tätliche Übergriffe. Je abhängiger und hilfloser ein Klient ist, umso mehr läuft er dabei Gefahr Opfer von Willkür und Gewalt zu werden.

Es sei hier unbedingt betont, Überforderung **kann** ein Risikofaktor für die Entstehung aggressiver Impulse sein, **aber nicht bei jedem!** Aggressiven Impulsen wohnt immer die Gefahr des Kontrollverlustes inne. Das Ausagieren von Gewalt aus Überforderung mag zunächst als ein befreiendes Ventil ob der eigenen Hilflosigkeit und Verletzlichkeit empfunden werden. Die Gefahr dabei in einen sich verselbstständigenden Kreislauf zu geraten ist aber sehr groß.

Eine besonders Burnout gefährdete und von der Gesellschaft gerne übersehene Gruppe stellen die pflegenden Angehörigen dar. Privatleben und „Arbeitsplatz“ lassen sich oft nicht trennen, Betreuungspersonen sind hier meist 24 Stunden allein gelassen und vereinsamen unmerklich. Ein Mangel an pflegerischen Grundkenntnissen, Unwissenheit über bestimmte Krankheitsverläufe, Veränderungen im Alter oder den Umgang mit dementen Menschen wirken sich noch erschwerend aus.

Kommen dann noch beengte, nicht pflegegerecht adaptierte Wohnverhältnisse und finanzielle Belastungen hinzu, ist eine körperlich wie seelische Überforderung über kurz oder lang vorprogrammiert. Pflegende Angehörige „verkümmern“ weil sie sich nirgends mehr regenerieren und erholen können, diese chronische Selbstüberforderung führt schließlich zu schweren gesundheitlichen Schäden.

Eine hohe Herausforderung stellt die Pflege und Betreuung von hirnrnorganisch beeinträchtigten Personen, wie Dementen da, wenn diese auf Betreuung und Unterstützung nicht nachvollziehbar oder gar mit Aggression reagieren. Ebenso

erschwerend auf die Betreuung kann sich die Beziehungsgeschichte welche den pflegenden Angehörigen mit dem zu betreuenden verbindet auf der ganzen Situation auswirken. Nicht aufgearbeitete Konflikte, frühere Gewalt oder unvereinbare Charaktere können eine Betreuungssituation schier unerträglich machen.

Diese 24-Stunden Pflicht gepaart auch mit der hohen Verantwortung führt schnell zu einem Verlust jeglicher Autonomie, da die Konzentration stets auf den zu Pflegenden gerichtet ist, dieser mit seinen Bedürfnissen den ganzen Alltag bestimmt, werden die eigenen Belastungsgrenzen meist zu spät erkannt.

Private Pflege wird öffentlich allzu oft als selbstverständlich zu erbringende Leistung und vom Pflegebedürftigen als Bringschuld ihrer Angehörigen betrachtet. Mangelnde Anerkennung, gepaart mit Erfolglosigkeit, können Sinn und Nutzen der aufopfernden Pflege zusehends in Frage stellen.

Die Gefahr, dass aus Überforderung Aggression wird und diese in Gewalthandlungen ausagiert wird, ist sicher im häuslichen Pflegekontext ungleich höher als im institutionalisierten. Wer überfordert ist, ist in erster Linie verzweifelt, fühlt sich in die Enge getrieben, allein gelassen und ist in seiner Wahrnehmungsfähigkeit eingeschränkt. Die sonst bewährten Bewältigungsstrategien reichen nicht mehr aus mit der Situation fertig zu werden.

Wer sich allerdings in der Pflege und Betreuung überfordert sieht, sei es als Angehöriger oder als Professioneller soll bevor an Ihm oder am zu Pflegenden Schaden entsteht um Hilfe bitten können und Unterstützung erhalten.

Abschließend sei gesagt, dass trotz all seiner Herausforderung der Pflegeberuf ein sehr schöner und sinnstiftender Beruf ist und dass ebenso die Pflege durch Angehörige bei entsprechend großer Unterstützung eine schöne Aufgabe und eine Chance auf Abrundung einer Beziehung darstellt.

April 2014

Mag. Anne Christin Grunicke