

Rezeption

Irmgard Hofmann (2010) Stress und Burnout Prävention in der Pflege für die Aus-, Fort- und Weiterbildung Illustration: Natascha Welz

Cornelsen, Berlin, Reihe Pflégiothek, 192 Seiten, 16,95 €

ISBN 978-3-06-455187-9

Die Arbeitsbelastung Pflegenden hat in den letzten Jahren (und Jahrzehnten) zugenommen. Nicht zuletzt das aktuelle Pflege-Thermometer (Isfort 2010) legt dies offen und zeigt Konsequenzen für Pflegebedürftige, deren Versorgung nicht mehr in jedem Fall auf fachlich adäquatem Niveau sichergestellt werden kann.

Es werden aber auch die Konsequenzen für die Pflegenden deutlich: Bei zunehmender Verdichtung der Prozesse, steigenden Anforderungen an die Fachlichkeit durch die Zunahme verfügbaren Pflegewissens und den Anspruch vieler Pflegenden, Menschen zu pflegen und nicht Fälle abzuwickeln, wird Burn-out ein so aktuelles wie relevantes Thema. Ein solides Grundwissen über die Entstehung von Burn-out-Symptomen, über persönliche Faktoren und Rahmenbedingungen, die Burnout verstärken oder verhindern können, gehört deshalb heute zu den selbstverständlichen Grundlagen der betrieblichen Gesundheitsförderung – und der Arbeitsorganisation in der Pflege.

Aktuelles Wissen zu praxisrelevanten Themen in verständlicher, „niederschwelliger“ Art und Weise für Pflegende und primär für die in der beruflichen Pflegebildung Tätigen zugänglich zu machen, ist Ziel der Reihe „Pflégiothek“ aus dem Cornelsen Verlag. Der Band zu Stress- und Burn-out-Prävention trägt nicht zufällig den Untertitel, „für die Aus-, Fort-, und Weiterbildung“. Irmgard Hofmann hat unter Mitarbeit der Verlagsredaktion auf 168 Seiten den Versuch unternommen, das anspruchsvolle Thema so aufzubereiten, dass das Wissen die Zielgruppe erreicht. Das Buch führt im Hauptteil A in Grundlagen und Präventionsmöglichkeiten ein, Teil B liefert Tests und Modelle, abschließend ist ein Glossar angehängt, in dem zentrale Begriffe noch einmal erläutert werden.

Dankenswerter Weise setzt das Buch bei den Besonderheiten der Pflege an, die nicht beschönigt, sondern treffend beschrieben werden. Vielen Pflegenden sind diese prägenden, belastenden und zugleich wertvollen Elemente ihrer Tätigkeit wenig bewusst. Die im Beruf angelegten Charakteristika durch Doppelmandat, Nähe und Empathie sowie die hohen moralischen Ansprüche zeigen, wohin die Problemfeldanalyse gehen wird. Verständlich wird die Leistung der Emotions- und Gefühlsarbeit expliziert. Schon allein wegen dieses ersten Kapitels gehört das Buch in jede Berufsfachschulbibliothek und in die Hände von Führungspersonen auf allen Ebenen des Pflegemanagements.

Als unmittelbar hilfreich kann auch das zweite Kapitel gelten. In der Alltagssprache vertraute und dennoch häufig eher wenig präzise gebrauchte Begriffe wie Stress, Burn-out, Helfersyndrom und die mehr im Munde geführte als in der Praxis realisierte „Work-Life-Balance“ werden soweit geklärt, dass die weitere Lektüre des Buches nicht im Nebulösen bleiben muss.

Ob Nikolaus von der Flüe, Johann Wolfgang von Goethe oder Sebastian Deisler hier tatsächlich hilfreiche Beispiele dafür sind, dass Burn-out kein reines Modethema ist, mag dahin gestellt bleiben. Sie illustrieren jedoch treffend die Tatsache, dass Menschen in Überlastungssituationen und bei anhaltendem Stress in eine Burn-out-Symptomatik geraten können. Dass dies sowohl vegetative als auch persönlichkeits- und organisationsbezogene Ursachen und Folgen haben kann, wird verdeutlicht und damit das Spektrum der folgenden Darlegungen eröffnet.

Die Stress und Burn-out begünstigenden Faktoren, die im Kapitel drei dargelegt werden, beschreiben typische Phänomene der Pflege. Es sind letztlich Bestandteile des „Alltagsgeschäfts“, des menschlichen Miteinanders, wie sie in der Pflege verdichtet auftreten: Ob es um Nähe und Distanz, Ekel auslösende Situationen, Angst, Aggression, Abwehr oder Macht, Gewalt, Hierarchie, unerwünschte sexualisierte Verhaltensweisen oder Mobbing geht – die Pflege leidet unter diesen Alltagsphänomenen in hochverdichteter Weise und muss mit ihnen umgehen – leider häufig, ohne dass dies als Arbeit honoriert und entsprechend in der beruflichen Bildung vorbereitet und aufgearbeitet würde.

Die (sehr) zahlreich eingestreuten Illustrationen bringen die Zusammenhänge nicht selten auf den Punkt und konzentrieren die organisatorische und berufspolitische Dimension mit wenigen Worten manchmal noch prägnanter als die tatsächlichen Ausführungen: Wenn der Vorgesetzte zur Pflegerin in der Illustration auf Seite 34 sagt: „Waas?? Sie fordern ein Zusatzhonorar wegen dauerhafter Überwindung von Ekelgefühlen?? Mir wird schlecht ...“; oder wenn Natascha Welz zum Thema „Kulturelle Gewalt“ die Pflegende als von der Leitkultur in Form einer Faust niedergedrückt darstellt, zeigt die Publikation ihre tatsächliche Sprengkraft.

Eher bieder und schulbuchähnlich wirken hingegen die Darlegungen zu Stress und Burn-out, auch wenn sie für die Prüfungsvorbereitung der Auszubildenden in der Pflege „das Wesentliche“ an Inhalten komprimiert zu liefern vermögen. Dennoch leiden diese beiden Kapitel vielleicht am meisten an der Grundspannung, die sich aus dem Anspruch der Pflégiothek ergibt: wissenschaftlich, theoretisch abgesichertes Wissen handlich und leserfreundlich an eine Leserschaft zu bringen, die aus der Praxis und für die Praxis schnell verfügbares Wissen sucht, das ohne vertiefte Nachfrage nach seiner Genese, seiner Plausibilität und den Bedingungen seiner Gültigkeit als „Stand des Wissens“ gelten kann – ein Anspruch nahe an der Quadratur des Kreises.

So sind die Ausführungen zu Grundlagen der Burn-out-Entstehung hin und hergerissen zwischen theoriegestütztem Erklärungsmodell mit Quellenangabe und dem Versuch, anhand von Beispielen bildhaft Prozesse verständlich zu machen. Dass die Erklärungsmodelle tatsächlich Modelle mit Vorschlagscharakter sind, bleibt – dem Profil der Reihe geschuldet – phasenweise auf der Strecke. An Tiefgang gewinnt das Büchlein gerade in den Teilen, in denen Zusammenhänge verdeutlicht werden und auf die scheinbare Unterstützung durch wissenschaftliche Quellen verzichtet wird: Wenn Hofmann disponierende Umweltfaktoren in der Lebens- und Denkweise einer „globalisierten Wettbewerbsgesellschaft“ beschreibt und es ihr gelingt, diesen scheinbaren Allgemeinplatz in aller Kürze auf das Leben der Individuen herunterzubrechen. Oder wenn sie in diesem Kontext die „Notwendigkeit der Selbstdarstellung“ und das beständige Streben nach Perfektionierung des eigenen (Berufs-) Lebenslaufs als „ähnlich Autonomie begrenzenden Effekt“ identifiziert, „wie sie früher Religion und Tradition hatten“.

Prävention und Gegenmaßnahmen werden im sechsten Kapitel erläutert. Hofmann differenziert hier die organisatorische, kollegiale und individuelle Ebene der Prävention und möglicher Gegenmaßnahmen. Dabei bietet die Perspektive der Organisations- und Personalentwicklung einen knappen, aber umfassenden Einblick in Maßnahmen „kluger Personalpolitik“, die – unabhängig vom Burn-out-Thema – für Kliniken und Pflegeeinrichtungen anzunehmen sind. Dazu gehören ein positives Arbeitsklima, eine personelle Ausstattung, die adäquate Erholungszeiten ermöglicht, eine räumliche und zeitliche Gestaltung von Arbeitsplätzen, die Wohlbefinden und Autonomie fördern, sowie eine angemessene Honorierung des Engagements der Arbeit und der (Weiterbildungs-) Bemühungen der Pflegenden. Ihre Bedeutung für die Burn-out-Prävention ist unmittelbar evident. Kollegiale Beratung, Supervision und Ethikberatung werden für Laien verständlich angerissen, den größten Raum nimmt die Individualprävention ein.

Mit dem Kapitel „Was heißt eigentlich professionell pflegen“ geht Hofmann noch einmal zurück und nimmt die eingangs angestellten Überlegungen zum Proprium der Pflege Tätigkeit auf. Die anschließenden Überlegungen und Hinweise zu einem entlastenden Zeitmanagement, zu Stressbarometer, Copingstrategien und Bewältigungsansatz enthalten viel Richtiges, aus dem sich die Leserin bedienen kann. Sprachlich wenig ansprechend ist schließlich die Rede von „Burnoutlern“ oder „Ausbrennern“, einer der wenigen Ausreißer eines ansonsten gut lesbaren Buches. In der individualistischen Perspektive wird durch diese Diktion unwillkürlich nahegelegt, Betroffene seien selbst schuld an ihrer Situation und aufgrund eigener psychischer Defizite ausgebrannt – eine Wahrnehmung, die sicher nicht gewollt ist. Sie würde sowohl das Management der Einrichtungen als auch die Politik zu Unrecht aus der Verantwortung für krankmachende Arbeitsbedingungen in der Pflege entlassen. Dass diese Tendenz der Autorin fernliegt, zeigen die abschließenden gesellschaftspolitischen Überlegungen, in denen Hofmann ausdrücklich auf die Hintergründe und politischen Verantwortlichkeiten hinweist.

Die abschließend gestellte Frage „In welcher Gesellschaft wollen wir leben?“ scheint so allgemein zu sein und bringt doch das Problem auf den Punkt: Überlastete Pflegekräfte arbeiten in einem System, das ihre Arbeit nur teilweise als solche wahrnimmt und honoriert. Sie arbeiten unter Effizienzbestrebungen und Arbeitsablauforganisationen, denen Fragen der Emotions- und Gefühlsarbeit fremd sind. Und sie erfahren eine Pflegebildung, die Pflegenden noch sehr unzureichend oder zufällig darauf vorbereitet, die belastenden Alltagsphänomene als Anforderungen an eine Professionalität zu sehen, die sehr wohl gelehrt, gelernt und erarbeitet werden kann.

Es muss als besonderes Verdienst dieses kleinen Büchleins gelten, die Leistung (und Mühe!) guter Pflege auf den Punkt zu bringen und die Thematik von Überlastung, Stress und Burn-out in diesem Kontext zu entfalten. Schon allein deshalb gehört es in die Hände von Schülern, Lehrern und Stationsleitungen. Es bleibt zu wünschen, dass dieses „niederschwellige Leseangebot“ von der Zielgruppe angenommen wird.

Dr. Constanze Giese