

Editorial Heft 3/ 12

GESUNDE PFLEGENDE

Was hält Pflegende gesund?

Um es lange in der Pflege auszuhalten, bedarf es schon einiger Dinge, die gewährleistet sein müssen. Hierzu zählen für die meisten eine generelle Zufriedenheit mit den täglich zu verrichtenden Arbeiten und das Gefühl, sinnhafte Arbeit zu leisten. Aber auch Geld, Anerkennung und Wertschätzung sind von besonderer Wichtigkeit.

Doch auch wenn diese Bedingungen stimmen, werden die psychische und physische Gesundheit in der Pflege häufig auf die Probe gestellt. Dauerhafte körperliche Überlastung, schweres Heben und Tragen, häufig falsch oder nicht rückschonend ausgeführte Bewegungen führen schnell mal dazu, dass Pflege als belastend erlebt wird. Aber auch die emotionalen Aspekte des Berufes, das Gefühl dem Patienten „nicht immer alles geben zu können“ oder auch mit dem, was man täglich an Krankheit und Gebrechen sieht, nicht fertig zu werden, lastet auf der Seele der Pflegenden.

Und so gilt es, sich den Fragen zu stellen: Wie schützt man sich vor den belastende Herausforderungen im Pflegealltag? Wie wappnet man sich gegen die täglichen Unwägbarkeiten, die dieser Beruf nun einmal unweigerlich mit sich bringt? Und was kann man für die eigene Gesundheit in der Pflege tun?

Denn Pflege soll ja nicht krank machen. Der Beruf soll Freude machen und die Arbeit soll gut sein. Aber wann ist Arbeit gut?

Der österreichische Philosoph und Gewerkschafter Klaus Peters kommt zu dem Schluss: „Gute Arbeit bedeutet, dass

- Arbeit die Gesundheit und Lebensqualität fördert
- Jeder seine Fähigkeiten einbringen und weiter entwickeln kann
- Familie und Beruf miteinander vereinbar sind
- die Arbeitsfähigkeit der Beschäftigten bis zum Rentenalter erhalten bleibt
- gutes Entgelt für gute Arbeit gezahlt wird.“ (Quelle: www.klauspeters.com)

Bei genauer Betrachtung mancher Arbeitsumstände sind Pflegende oft weit davon entfernt, ihre Arbeit als „gut“ empfinden zu können.

Mit den Beiträgen in diesem Heft wollen wir daher daran mitarbeiten, die Gesundheit der Pflegenden und ihre Arbeitssituation zu verbessern.

So beschäftigt sich der erste Artikel von **Christian Rupp** mit der innerbetrieblichen Gesundheitsförderung im Bodenschwingh-Heim in Weinheim. Hier konnten durch gezielte Maßnahmen die Krankenstände der MitarbeiterInnen gesenkt und die Berufszufriedenheit erheblich gesteigert werden.

Malte Duisberg beschreibt dann in seinem Beitrag die Erkenntnisse aus der Teilnahme im Projekt „PflegeWert“, welches erheblich zur Verbesserung des Selbstwertgefühls der MitarbeiterInnen geführt hat.

Frank Großheimann beschreibt dann das Betriebliche Gesundheitsmanagement als ein Instrument zur Personalentwicklung in kirchlichen Einrichtungen.

Gefolgt wird dieser Beitrag von einem Artikel der **Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW)** zur Stressprävention, der helfen soll, entspannt arbeiten zu können.

Aurora Matticoli steuert zur Vielfalt der Texte einen sehr persönlichen Erfahrungsbericht zum Thema „Heilsames Singen“ als Quelle der Regeneration, Entschleunigung und Entspannung bei. Abgeschlossen werden unsere Schwerpunktbeiträge durch **Prof. Dr. Marianne Brieskorn-Zinke**, die in ihrem Artikel darauf eingeht, welche Fähigkeiten und Fertigkeiten Pflegende brauchen, um ihre eigene Gesundheit und die ihrer Patienten zu fördern.