

„Strategien für die Selbstfürsorge“

Konflikte im Beruf. Bei steigenden Belastungen kann Supervision eine Veränderung bewirken und entlasten

Daerstress, Frustrationen, schlechtes Betriebsklima: Spitalpersonal – aber auch andere Berufsgruppen – sind zunehmend großem Druck ausgesetzt. „Supervision“ – eine professionelle Beratung – kann in vielen Fällen zur Entlastung beitragen, wenn sie auch in Anspruch genommen wird. „Hier ist zum Teil noch Überzeugungsarbeit notwendig“, sagt die leitende Supervisorin Verena Krassnitzer vom Österreichischen Arbeitskreis für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG). Seit mehr als zehn Jahren bietet der Arbeitskreis als Pionierprojekt Supervision im Wiener Krankenanstaltenverbund (KAV) an. Krassnitzers Erfahrungen sind aber für jeden von Bedeutung, der unter seiner Arbeitssituation leidet.

KURIER: Viele Spitalsmitarbeiter, aber auch andere Berufsgruppen fühlen sich am Limit: Was kann Supervision ändern?

Verena Krassnitzer: Im Normalfall hat jeder Mitarbeiter drei Möglichkeiten: er jammert täglich und wird von der negativen Energie – „alles ist furchtbar, alles wird schlimmer“ – immer mehr hinuntergezogen; oder er kündigt; oder er sucht für sich selbst nach Wegen, mit der Situation umgehen zu können. Dabei kann Supervision eine große Hilfe sein. Es geht darum, einen psychohygienisch guten Umgang mit einer belastenden Situation zu finden. Schließlich ist es weder für das Betriebsklima noch für Ihre Partnerschaft gut, wenn Sie jeden Tag über die Vorgesetzten oder die Kollegen schimpfen.

Wie kann Supervision helfen, solche neuen Wege zu finden?

Wichtig ist, den Blickwinkel zu wechseln und auch aus der Vogelperspektive auf ein Problem zu sehen. Dieser Blick von außen wird durch den Supervisor ermöglicht. Er ist nicht betriebsblind und stellt auch provokante Fragen, die wahrscheinlich sonst



Arbeitsplatz Spital: Wenn sich in einer Abteilung alle am Limit fühlen, kann eine Supervision dazu beitragen, die Belastungen zu verarbeiten – und Veränderungen anzustoßen



Supervisorin Krassnitzer: Handlungsspielraum gewinnen

niemand so stellen würde und die zum Nachdenken anregen sollen. Zum Beispiel: „Was müssen wir tun, damit es noch schlechter wird?“ Oder: „Wenn das Ganze ein Theaterstück wäre: Wer spielt hier welche Rolle?“ Wichtig ist auch, sich in die Situation anderer hineinzuver-

setzen: Etwa zu sehen, dass auch die Führungskraft, die oft nur als der oder die Böse gesehen wird, häufig nicht frei entscheiden kann.

Wann wird diese Beratung in Anspruch genommen?

Wir führen eine zeitlich begrenzte Supervision bei Krisen und Konflikten durch. Auslöser sind unter anderem belastende Arbeitsbedingungen, Streitigkeiten im Team, Spannungen durch Veränderungen in einer Organisationseinheit oder Kriseninterventionen, etwa nach der Selbsttötung eines Patienten. In fünf Sitzungen zu je 100 Minuten – im Team oder auch einzeln – versuchen wir, Strategien

für die Selbstfürsorge zu erarbeiten: Wie kann ich Belastungen, mit denen ich tagtäglich konfrontiert bin, besprechen und verarbeiten? Wie kann ich meine Aufmerksamkeit auf Positives lenken und damit verhindern, dass die

Qualität meiner Arbeit leidet? Es geht darum, dass man als Einzelperson, aber auch als Team seine Handlungsspielräume erweitert. Eine solche Supervision kann auch anonym durchgeführt werden, ohne dass es z. B.

die Stationschwester oder ein anderer Vorgesetzter erfährt.

Wie stark wird dieses Angebot angenommen?

Wir führen in den KAV-Spitälern jährlich 180 Supervisionen durch, die Kosten werden vom KAV übernommen. In den Rückmeldebögen sagen 90 Prozent der Teilnehmer, dass die Supervision hilfreich war. Natürlich kann sie nicht alle Probleme – Stichwort Personalmangel – lösen. Aber sie kann Veränderungsprozesse anstoßen, die dann auch zu einer Änderung der Rahmenbedingungen führen. Ohne einen neutralen Supervisor hingegen bewegt man sich oft nur im Kreis.

– INTERVIEW: ERNST MAURITZ

Info: Eine Form der Qualitätssicherung

Supervision

Eine Form der mittel- und längerfristigen Einzel-, Team- und Organisationsberatung. Arbeitsplatzbezogene Probleme werden mit einem speziell ausgebildeten Supervisor reflektiert. Sie ist ein wichtiges Instrument zur Qualitätssicherung.

ÖAGG

Der Österreichische Arbeitskreis für Gruppentherapie und Gruppendynamik (ÖAGG) ist mit 1600 Mitgliedern die größte anerkannte psychotherapeutische Ausbildungsorganisation in Österreich. Internet: www.oeagg.at

IMMUNTHERAPIE

Neues Medikament gegen Melanome

Hautkrebs. Eine Studie mit nur 89 Patienten reichte für die Zulassung in den USA aus

Die US-Arzneimittelbehörde hat mit dem Antikörper Pembrolizumab des Gesundheitsunternehmens Merck, Sharp & Dohme (MSD) werden derzeit von mehreren Pharmakonzernen entwickelt und bei mehreren Krebsarten erprobt.

Was noch bis in die jüngere Vergangenheit als „zielgerichtete Krebstherapie“ bezeichnet wurde, firmiert jetzt bei diesen Arzneimitteln als „Immuntherapie“, weil sie die körpereigene Abwehrreaktion auf die bösartigen Zellen stimulieren sollen.

In der für die Registrierung in den USA herangezogenen Studie wurde das neue Arzneimittel an Patienten mit nicht operabler, metastasierter und fortschreitender



Die Hautkrebsrate steigt – nicht überall gibt es Dauerregen

Melanomkrankung klinisch geprüft. Es handelte sich an sich um eine sehr frühe Phase der Studie, bei der eigentlich erst die Dosierung

geklärt werden sollte. Von den 89 Patienten sprachen 24 Prozent auf die Behandlung an. Die Wirkung hielt zwischen 1,4 und 8,5 Monate an.

ÜBERBLICK

WEITERE MELDUNGEN

Hilfe für Kinder mit Muskelkrankheiten

Welttag. Rund 200 Kinder und Jugendliche in Österreich leiden an der unheilbaren Duchenne-Muskeldystrophie, einer der häufigsten und schwersten Muskelerkrankungen. Am Sonntag fand der erste Welt-Duchenne-Tag statt. Viele Patienten weltweit haben keinen Zugang zu guter medizinischer Versorgung, auch an Forschungsmitteln mangelt es. Die Österreichische Muskelforschung fördert ausgesuchte Projekte: Dadurch ist es gelungen, die Lebenserwartung und Lebensqualität muskelkranker Menschen deutlich zu verbessern.

Multiples Myelom: Patiententreffen

Info-Tag. Jedes Jahr wird bei rund 400 Österreichern Knochenmarkkrebs (Multiples Myelom) diagnostiziert. Obwohl die Erkrankung derzeit noch nicht geheilt werden kann, kann sie mit der richtigen Behandlung stabilisiert werden. Viele neue Therapien werden derzeit in Studien getestet. Ein Patienten- und Angehörigentreffen findet am 25. 9. (15.30 bis 18 Uhr) im Braille Haus (Hägelingg. 4-6, 1140 Wien) mit einer Fragestunde an Experten statt. Nähere Details: Sonja Pearsall, Multiples Myelom Selbsthilfe Österreich, ☎ 0664/140 84 12.