

Entlastungsrunde am Schichtende Altenpflege-Personal in Hochbelastungsphasen regelmäßig (Covid-19-Pandemie)

Die Corona-Pandemie verlangt dem Altenpflegepersonal sehr viel ab. Die Menge der Arbeit, der Personalmangel, ständige Abwägungen, Mehrbelastung durch neue Regelungen, Testungen, Schutzvorkehrungen, Angst vor eigener Ansteckung, private Herausforderungen u.a. ermüden und erschöpfen die Mitarbeiter:innen. Bei Covid-19-Ausbrüchen im Haus potenzieren sich Belastung und Angst extrem. Und: Es dauert sehr lange schon. Beim Marathonlauf braucht es regelmäßige Verpflegungspausen.

Es wird daher empfohlen, regelmäßig im Zusammenhang mit der Übergabe eine kurze Entlastungsrunde anzuschließen, in der die Mitarbeiter:innen selbst in den Blick kommen. So gehen sie besser sortiert und mit Perspektive ins Frei.

Eine Entlastungsrunde mit dem hier vorgeschlagenen Leitfaden kann in jedem Bereich bei Schichtwechsel durchgeführt werden. Vielleicht kann diese Runde bei den ersten Malen eine Psychosoziale Fachkraft anleiten (z.B. Seelsorger, Sozialarbeiterin). Danach kann dies auch die Leitungskraft selbstständig übernehmen. (Der Leitfaden eignet sich sogar - wenn eine Gesprächsrunde gar nicht möglich sein sollte - für die eigene persönliche Beschäftigung, z.B. indem man sich Stichworte zu den einzelnen Punkten aufschreibt.)

Rahmen

- Die Entlastungsrunde wird direkt angeschlossen an die (Bewohner-)Übergabe und ist Arbeitszeit.
- Nach Möglichkeit sollte der Raum in dem Moment ruhig und für andere nicht zugänglich sein (sicherer Raum).
- Die Telefone sollten um- oder abgeschaltet sein.
- Die Entlastungsrunde sollte keinesfalls länger als 15 Minuten dauern!

Gesprächsverlauf Entlastungsrunde am Schichtende für Altenpflegepersonal

Die Entlastungsrunde schließt direkt an die (Bewohner-)Übergabe an und dauert nicht länger als 15 Minuten.

1. Kurze Vorstellung (wenn externe Leitung)

2. Einführung

- Hinweis auf Dauer 15 Minuten
- Vertraulichkeit

3. Rückblick auf die Schicht

- Ein Punkt: Was war heute **gelingen bzw. unerwartet gut** oder sogar schön?
(vielleicht als Stichwort auf Zettel schreiben, dann in der Runde mit-teilen?)
- Ein Punkt: Was war heute **besonders belastend**?
(vielleicht als Stichwort auf Zettel schreiben, dann in der Runde mit-teilen?)
Achtung: Die Punkte werden nur kurz benannt. Die Beiträge der Kolleg:innen werden nicht kommentiert. Auf keinen Fall wird vertiefend darauf eingegangen!
- Habt Ihr heute besondere, ungewohnte Reaktionen an Euch wahrgenommen?
- Hinweis geben: In solchen Hochbelastungsphasen gibt es verschiedene Reaktionen, die sind normal und gehen wieder weg!

4. Anregungen/Vorschläge

- Gibt es Verbesserungsvorschläge, Aufgaben, nötige Verabredungen? Was wünscht ihr Euch von der Leitung/ an externer Unterstützung?
Achtung: Die Punkte werden nur kurz benannt und von der Stationsleitung als To do notiert. Keine Bearbeitung jetzt!

5. Perspektive

- Was kannst du dir jetzt im Anschluss an die Schicht Gutes tun?
- Ggfs. Hinweise auf gute Entlastungsstrategien (Distanz, Gegengewichte, Ruhe oder Bewegung, Alleinsein oder Kontakte/Gespräche) geben

6. Dank und Würdigung der Arbeit

Danach gehen die Mitarbeiter:innen ins Frei.

O. Gengenbach/ U. Radix 12/20