

Helfersyndrom

- 1. Spontane Hilfsbereitschaft - Mutter-Kind-Beziehung (Sie helfen schwächeren oder trösten ohne Anforderung)
- 2. Traditionales Helfen - Durch Sprache und Normen geprägt | Entsteht Seeliger Stabilität | Gehör zu Kultur
- 3. Hilflöse Helfer - Helfer gönnt sich nichts Gutes. Er meidet alle sozialen Beziehungen, wo er nicht der Stärkste oder der Gebende ist. Schwäche = Wertlosigkeit

Burn-Out

Leistungsschwäche und Erschöpfungszustand, der nicht auf eine Krankheit schließen lässt. Der länger andauert.

Phasen des Zyklus:

- 1. Anfangsphase - sich beweisen wollen, verstärkter Einsatz...
- 2. Reduziertes Engagement - Entwicklung der negativen Sichtweise gegenüber der Arbeit, Gedanken kreisen
- 3. Emotionale Reaktionen - Aggression / Depression, Veränderung von Konflikten.
- 4. Abbau - Kritikunfähigkeit, Angst, Panikattacken treten auf.
- 5. Rückzug - Sarkasmus, Freudlos, Unerträgliche Arbeit Belastung, Desinteresse
- 6. Symptomatische Reaktionen - Immunsystem nimmt ab, Schlafstörungen, Kreislaufprobleme, Alkoholgenuss
- 7. Verzweiflung - Hoffnungslosigkeit. Das Leben erscheint sinnlos und leer. Suizidgedanken.

Symptome: Überhöhter Energieeinsatz und Erschöpfung.

<p>Freudenberg - Zu hochgesteckte Erwartungen unter anderen auch unangemessene Belohnungserwartungen - Engagierte Menschen die das äußeren und inneren druck verspüren zu helfen, solche die einlassen, Ideale haben und Ansprüche an sich selbst stellen.</p>	<p>Schmidbauer - Wenn die Kraft Reserven, die dieser Vorgang zweifellos verbraucht, nicht aufgeführt werden können. - Wurzeln -> Persönlichkeit des Helfers Er verbindet es mit Helfersyndrom (von Kindheit an)</p>	<p>Fischer Ein Phänomen von den Menschen betroffen sind deren Bedürfnisse sind, deren Bedürfnisse es ist, sich als etwas Besonderes zu fühlen -> Narzisstisches Syndrom</p>
---	--	---

Mobbing

wenn eine Person von eine oder mehreren Personen über einen längeren Zeitraum, wiederkehrend, multifaktoriell, persönlich angegriffen wird. | Dies wird als eine Beeinträchtigung und Verletzung seiner Person empfunden.

Phasen des Mobbings:

- 1. Angriff auf die Möglichkeit sich mitzuteilen - ungelöster Konflikt
- 2. Angriff auf der sozialen Beziehungen - Personifizierung des Konfliktes
- 3. Angriff auf der sozialen Ansehen - Eskalation der Situation, Übergang in andere Bereiche
- 4. Angriff auf die Qualität des Berufes oder Lebenssituation – Androhung einer Kündigung
- 5. Angriff auf die Gesundheit - Kapitulation -> Verlust des Arbeitsplatzes

Entstehungsursachen / Faktoren für Mobbing

Unklare Arbeitsorganisation	Antipathie	Rollenkonflikt
Fehlende Bereitschaft zu Konfliktlösung	Pathologische Konkurrenzdenken	Innen betriebliche Veränderungen

Coolout (Kälte)

zeigt kein Bewusstsein für die Widersprüche zwischen dem, was ist, und dem was sein soll.

„Der Anspruch an die Norm ist entsprechend weit heruntergeschraubt.“

Praktische Hinnahme des Widerspruchs - Das „Opfer“ -> kann sich nicht durchsetzen -> Ohnmacht | Der „Täter“ im Recht
Praktische Negation (Ablehnung) des Widerspruchs – Reaktionsform ist die „Idealisierung falscher Praxis“

Welche **Strukturen der Kälte** können in Pflege sein?

- Ökonomische Zwänge - Arbeitsorganisation - Zu wenig Geld - Hierarchie etc.

Macht

Macht: Einfluss, Bestimmung, Kontrolle

Ohnmacht: Kontrollverlust, Hilflosigkeit, Ängste

*

Professionelle Pflegebeziehung: Respekt, Haltung, Empathie

Arten von Macht

1. Entscheidungsmacht
2. Verfügungsmacht
3. Definitionsmacht
4. Handlungsmacht
5. Mobilisierungsmacht

Aggression

liegt nur dann vor, wenn die Absicht der Schädigung bei einem Täter vorhanden ist. Wenn also eine Person absichtlich etwas macht oder unterlässt um eine Psychisch oder Physischer Beeinträchtigung der Person herbeizuführen.

Merkmale

- Verbale und Psychomotorische Äußerung
- Intensive Emotionen von Wut und Ärger
- Geistige motorische oder vegetative Erregung

Formen

Körperliche Handlungen

- Kratzen
- Spucken
- Schlagen

Verbale Handlungen

- Anschreien
- Beleidigung

Leise Handlungen

- Ignorieren
- Vernachlässigung

Gewalt

2 Formen: Aktive Gewalt | Vernachlässigung

eine **Nichterfüllung** von vier **menschlichen Grundbedürfnissen**, die inhaltlich die Kategorien des **Überlebens**, des **Wohlbefindens**, der **Identität** und der **Freiheit** umfassen.

Aktive Gewalt Handlungen sind:

Begrenzende, Finanzielle, Psychische und Physische **Übergriffe**

Vernachlässigte Handlungen sind:

Psychische, Aktive und Passive Form