

## PsychotherapeutInnen bieten Supervision für belastete Berufsgruppen

Utl.: MitarbeiterInnen, die Außergewöhnliches leisten, müssen mental gestärkt werden =

Wien (OTS) - Viele derzeit unverzichtbare Schlüsselkräfte, seien es Supermarkt- MitarbeiterInnen, Pflegekräfte, Krankenhauspersonal, MitarbeiterInnen der WKO bzw. des AMS, der Post, im Telefondienst bei Hotlines und viele mehr, sind derzeit besonderem Stress ausgesetzt.

Zur intensiveren Arbeitsleistung kommen oftmals erschwerte Bedingungen durch derzeit notwendige Schutzkleidung oder verunsicherte KonsumentInnen, PatientInnen und Hilfe Suchende, mit denen sie sich auseinandersetzen müssen. Aber auch die eigene Angst zu erkranken, ist in der aktuellen Phase groß.

Die derzeitigen Arbeitsbedingungen können die Gesundheit übermäßig belasten und zur Erschöpfung führen. Die WHO definiert: „Es gibt keine Gesundheit ohne psychische Gesundheit“.

„Um MitarbeiterInnen gesund zu halten, ist es wichtig, psychische Belastungen abzufangen und sie mental zu stärken.“, sagt Dr. Peter Stippl, Präsident des Österreichischen Bundesverbands für Psychotherapie (ÖBVP).

Zwtl.: Was sollten ArbeitgeberInnen und Führungskräfte in dieser Situation tun?

Wenn Führungskräfte Verständnis für die Situation zeigen und vermitteln, dass es ganz normal ist, sich unter Stress ausgepowert zu fühlen oder auch mal ungeduldig zu sein, kann dies den MitarbeiterInnen etwas vom Druck nehmen. Da diese Corona-Krise in den meisten Bereichen kein Sprint, sondern eher wie ein Marathon ist, gilt es, sorgsam mit den Kräften der MitarbeiterInnen und des Teams umzugehen und für Entlastung zu sorgen. Supervision zeigt auf, wie man Kräfte ökonomisch einteilt, die Eigenmotivation hoch hält und Energieräuber identifiziert bzw. möglichst abstellt. Sie ist ein Instrument der Qualitätssicherung und fördert unter anderem:

~

\* Auseinandersetzung mit den verschiedenen beruflichen Rollen

und Aufgaben

- \* Reflexion, Verständnis und Bewältigung von schwierigen, beruflichen Situationen
- \* Unterstützung eines adäquaten Umganges mit Stressquellen und Belastungen\* Erhöht die soziale Kompetenz
- \* Eine der besten Burnout-Präventions-Maßnahmen

~

Der ÖBVP führt eine österreichweite Liste an qualifizierten SupervisorInnen, deren SupervisorInnen-Qualifikation auf die mehrjährige Erfahrung als PsychotherapeutInnen aufbaut.

In der [Online-Suche des ÖBVP]

(<http://www.psychotherapie.at/psychotherapeutinnen-suche>) findet man SupervisorInnen, die derzeit verstärkt auch via Telefon oder Internet ihre Unterstützung anbieten und so Belastete für die Bewältigung der derzeitigen Situation stärken und aufbauen können.

~

Rückfragehinweis:

Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie

01/512 70 90

[oebvp@psychotherapie.at](mailto:oebvp@psychotherapie.at)

[www.psychotherapie.at](http://www.psychotherapie.at)

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/152/aom>

\*\*\* OTS-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSSENDERS - WWW.OTS.AT \*\*\*

OTS0082 2020-04-09/10:40

091040 Apr 20

Link zur Aussendung:

[https://www.ots.at/presseaussendung/OTS\\_20200409\\_OTS0082](https://www.ots.at/presseaussendung/OTS_20200409_OTS0082)