

Stärkungsbrief 11

für Mitarbeiter*innen in Pflege und Gesundheit in den Zeiten von Covid-19

„Ich hab` so oft ein schlechtes Gewissen.“

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Mitarbeiterin eines Klinikums sagte: „Wenn bei uns viel los ist, schaffe ich manchmal nicht alles so, wie ich will. Dann habe ich ein schlechtes Gewissen. Auch wenn ich nach der Arbeit zu müde bin, mit meiner Tochter etwas Schönes zu unternehmen ...“

Falls es Ihnen gelegentlich auch so geht: Ein Gewissen zu haben, ist grundsätzlich gut. Ein schlechtes Gewissen ist nur angebracht, wenn Sie anderen Menschen geschadet haben, obwohl Sie andere Möglichkeiten gehabt hätten. In den Zeiten von Covid-19 und oft auch sonst im Gesundheitswesen gibt es immer wieder Überlastungen und Überforderungen. Da können wir nur sagen: Im Alltag



Wir sind für Sie da!

Wünschen Sie einen persönlichen Kontakt zu unserem Stärkungsteam? Oder möchten Sie an unseren Stärkungsgruppen des Projektes Upgrade teilnehmen? Dann kontaktieren Sie uns

telefonisch: **0203 - 39 37 83 57**
(dienstags 9 - 17 Uhr und nach Vereinbarung)

per Mail: s.kanczyk@soziale-innovationen.de
m.gerritzen@soziale-innovationen.de

Übrigens: Unter diesen Mail-Adressen können Sie auch unsere Stärkungsbriefe abonnieren.

ist es oft nicht möglich allen Ansprüchen zu genügen. Sie können nur Ihr Bestes aus dem machen, was möglich ist. Hohe Ansprüche an sich zu stellen, ist gut, ist besser, als keine zu haben. Doch manchmal müssen Sie sie herunterschrauben, zumindest zeitweilig.

Wenn Sie zu müde sind, um mit Ihrem Kind zu spielen, erklären Sie es ihm. Vereinbaren Sie, dass Sie sich eine bestimmte Zeit hinlegen und ausruhen, und zu einer anderen Zeit mit dem Kind etwas Schönes machen.

Mit freundlichen Grüßen

Udo Baer

Das ISI - Institut für soziale Innovationen e.V. kooperiert bei dem Projekt „UPGRADE“ mit den Konsortialpartnern Helioskliniken (NRW), Novitas BKK, IMIBE und ISI e.V. Für weitere Informationen können sich Helios-Mitarbeiter an Herrn Dr. Jens Walkowiak (Jens.Walkowiak@helios-gesundheit.de) und Frau Maren C. Geissler (Maren.Geissler@helios-gesundheit.de) wenden. Das Projekt Upgrade wird durch den Innovationsfonds der Gesetzlichen Krankenversicherung finanziert.

V.i.S.d.P.: ISI - Institut für soziale Innovationen e.V., Blumenstraße 54a, 47057 Duisburg-Neudorf, info@soziale-innovationen.de, www.soziale-innovationen.de