

## **HELPLINE** für Mitarbeiter\*innen im bayerischen Gesundheits- und Rettungswesen zur psychosozialen Unterstützung bei besonderen Belastungen im Rahmen der Corona-Pandemie

### **Den Helfer\*innen helfen**

Im gemeinnützigen Verein PSU-Akut haben sich Menschen unterschiedlicher Berufsgruppen aus dem bayerischen Gesundheits- und Rettungswesen zusammengeschlossen, um Kolleg\*innen psychosoziale Unterstützung bei schwerwiegenden bzw. psychisch traumatisierenden Ereignissen im Arbeitsalltag anzubieten. So genannte Kollegiale Unterstützer\*innen (Peers) arbeiten im Bereich der Prävention, und bieten im Ereignisfall Gespräche zur Stabilisierung und Entlastung an. Darüber hinaus vermitteln sie Betroffene bei Bedarf an geeignete Fach- und Beratungsstellen.

### **Aktuelle Situation im Gesundheits- und Rettungswesen**

Für **Mitarbeiter\*innen im Gesundheits- und Rettungswesen** ergeben sich aufgrund der aktuellen Pandemiesituation besondere Belastungen u. a. durch

- die Ungewissheit, wie sich die gesamte Lage weiterentwickeln wird
- die Sorge um suffizienten Infektionsschutz für sich selbst und die Angst, auch eigene Angehörige infizieren zu können
- ein Arbeiten am Limit bei gleichzeitiger Ressourcenknappheit
- die zum Teil unklare oder widersprüchliche Informationslage
- die Sorge, ethisch schwierige Entscheidungen treffen zu müssen
- durch Patient\*innen, Angehörige und Kolleg\*innen, die sich in einer Ausnahmesituation befinden und extrem reagieren (z. B. aggressiv)
- das Erleben einer Diskrepanz von „Verlangsamung des öffentlichen Lebens“ bei gleichzeitig enormer „Beschleunigung im medizinischen Bereich“
- die Bedrohung der beruflichen Existenz, etwa bei Selbstständigen und Niedergelassenen

Auch und gerade in diesen veränderten Rahmenbedingungen der täglichen Arbeit, kann es zudem zu besonders schwerwiegenden bzw. psychisch traumatisierenden Situationen kommen.

Ebenso stehen **Führungskräfte** unter großem Handlungsdruck. Sie müssen den Betrieb unter zum Teil schwierigsten Bedingungen aufrechterhalten sowie die Umsetzung von Krisenmanagement- und Personalfürsorgemaßnahmen gewährleisten.

Unter der momentanen Situation leiden zudem viele **Familien und Angehörige von Mitarbeiter\*innen** im Gesundheits- und Rettungswesen. Auch diese Menschen sind zum Teil stark verunsichert und können Ängste sowie Belastungsreaktionen entwickeln.

## PSU-HELPLINE

Der gemeinnützige Verein PSU-Akut bietet über eine HELPLINE für Mitarbeiter\*innen und Führungskräfte im bayerischen Gesundheits- und Rettungswesen eine vertrauliche und anonyme Telefonberatung an. Diese kann auch von den Angehörigen der Mitarbeiter\*innen genutzt werden. In psychosozialer Unterstützung ausgebildete sog. Peers bringen selbst Erfahrungen aus ihrer Arbeit als Ärzt\*innen, Pflegekräfte, Medizinische Fachangestellte oder Rettungsdienstmitarbeiter\*innen mit.

Ein Gesprächsangebot bietet beispielsweise die Möglichkeit:

- Entlastung zu schaffen
- einfach einmal etwas loszuwerden
- die momentanen Belastungen zu klären
- Informationen zu Stress und Stressreduktion zu bekommen
- Strategien zur Stabilisierung und Bewältigung zu entwickeln
- ein Gegenüber zu haben, das ähnliche Situationen und Belastungen kennt
- gemeinsam zu überlegen, welche Fach- und Beratungsstellen zusätzlich Hilfe bieten

Neben den Peers arbeiten in unserem HELPLINE-Team ebenfalls Psychosoziale Fachkräfte und approbierte Psychotherapeut\*innen.

Sie erreichen uns:

- unter **089 54 55 84 40**
- direkt, jeweils Montag bis Freitag, von 08.00h bis 18.00h
- Von 18.00h bis 21.00h sowie an Wochenenden und Feiertagen wird Ihre telefonische Nachricht direkt an unser PSU-Berater\*innen-Team weitergeleitet. In dieser Zeit wird schnellstmöglich ein Rückruf erfolgen.

Wenn Sie uns eine Nachricht an unserer PSU-Berater\*innen schicken möchten, erreichen Sie uns unter [helpline@psu-akut.de](mailto:helpline@psu-akut.de)

Ihr Anliegen behandeln wir natürlich streng vertraulich. Mit dem Hinterlassen Ihrer Kontaktdaten erklären Sie sich bereit, zurückgerufen zu werden.

## Die PSU-HELPLINE wird unterstützt von

- Marburger Bund Bayern
- Ärztlicher Kreis- und Bezirksverband München (ÄKBV)
- Bayerische Landesärztekammer (BLÄK)