



Wenn Werte und Realität in Konflikt geraten

Moralischer Stress und Resilienz

Ethische Grundsätze haben im Klinikalltag einen hohen Stellenwert. Können Fachpersonen diese nicht einhalten, entsteht ein ethischer Konflikt und nicht selten ein Gefühl der Hilflosigkeit. Dieses Phänomen wird als «moralischer Stress» bezeichnet und zieht weitreichende negative Folgen für die Gesundheit der Mitarbeitenden sowie für die Arbeitsqualität nach sich. Umso wichtiger sind deshalb Massnahmen zu Prävention und Umgang mit moralischem Stress. Das PZM geht mit gutem Beispiel voran.



Moralischer Stress in Gesundheitsberufen

In Gesundheitsinstitutionen entstehen immer wieder Situationen, in denen eigene ethische und moralische Vorstellungen mit institutionellen Rahmenbedingungen oder den ethischen und moralischen Vorstellungen anderer in Konflikt geraten. Auf persönlicher Ebene bedeutet dies Stress. Daraus resultieren negative Gefühle wie Wut oder Angst, und die eigene Arbeit kann beeinträchtigt werden. Auch in der Schweiz ist moralischer Stress ein Thema. Eine 2015 durchgeführte Studie in einem Schweizer Akutspital zeigt: Das Wahren von professionell-ethischen Werten und Prinzipien im beruflichen Alltag ist für die befragten Pflegefachpersonen zentraler Bestandteil der Arbeitsqualität. Durch knappe personelle Ressourcen und den damit zusammenhängenden Zeitmangel ist diese Voraussetzung jedoch nicht immer gegeben – und das führt bei den Pflegenden zu Stress, negativen Gefühlen im Zusammenhang mit ihrem Arbeitsplatz und zu emotionaler Distanzierung im Beruf. Aktuell stehen bei der Thematik vor allem Pflegefachpersonen im Fokus. Moralischer Stress wird jedoch vermehrt in anderen Berufsgruppen untersucht, beispielsweise bei (angehenden) Ärzt:innen.

Ethische Konflikte können Wut, Trauer, Angst oder Schuldgefühle auslösen.

Wie kommt es zu moralischem Stress?

Das moralische Dilemma kann viele Ursachen haben. «Prägend für moralischen Stress ist unter anderem die zunehmende Ökonomisierung des Gesundheitswesens», weiss Philipp Mattmann, Direktor für Pflege und Bildung am PZM. «Da ein Klinikaufenthalt nicht zu viel kosten darf, fehlen häufig Ressourcen und Zeit – und das kann zu

Kompromissen bei Behandlung und Pflege führen.» Die oben erwähnte Studie zeigt weitere Rahmenbedingungen auf, die moralischen Stress auslösen können. So wird die interprofessionelle Zusammenarbeit durch starre hierarchische Strukturen häufig erschwert: Pflegenden fühlen sich von Ärzt:innen nicht selten übergangen bzw. zu Pflegehandlungen gezwungen, denen sie eigentlich nicht zustimmen würden. Ein weiterer Faktor können überfordernde Situationen sein, in welchen Pflegefachpersonen Aufgaben übertragen werden, für die sie nicht ausgebildet wurden.

Negative Folgen für Mitarbeitende und Patient:innen

Für Mitarbeitende bedeutet der ethische Konflikt akuten Stress in einer spezifischen Situation und kann negative Gefühle wie Wut, Trauer, Frustration, Angst oder Schuldgefühle auslösen. Häufen sich Situationen, in denen Mitarbeitende an moralischem Stress leiden,

zeigen sich die Konsequenzen des chronischen Stresses beispielsweise an emotionaler Erschöpfung, Schlaflosigkeit oder somatischen Beschwerden wie Kopfschmerzen. «Die Auswirkungen gehen mit einer sinkenden Arbeitszufriedenheit einher, die in vielen Fällen schliesslich zum Berufsausstieg

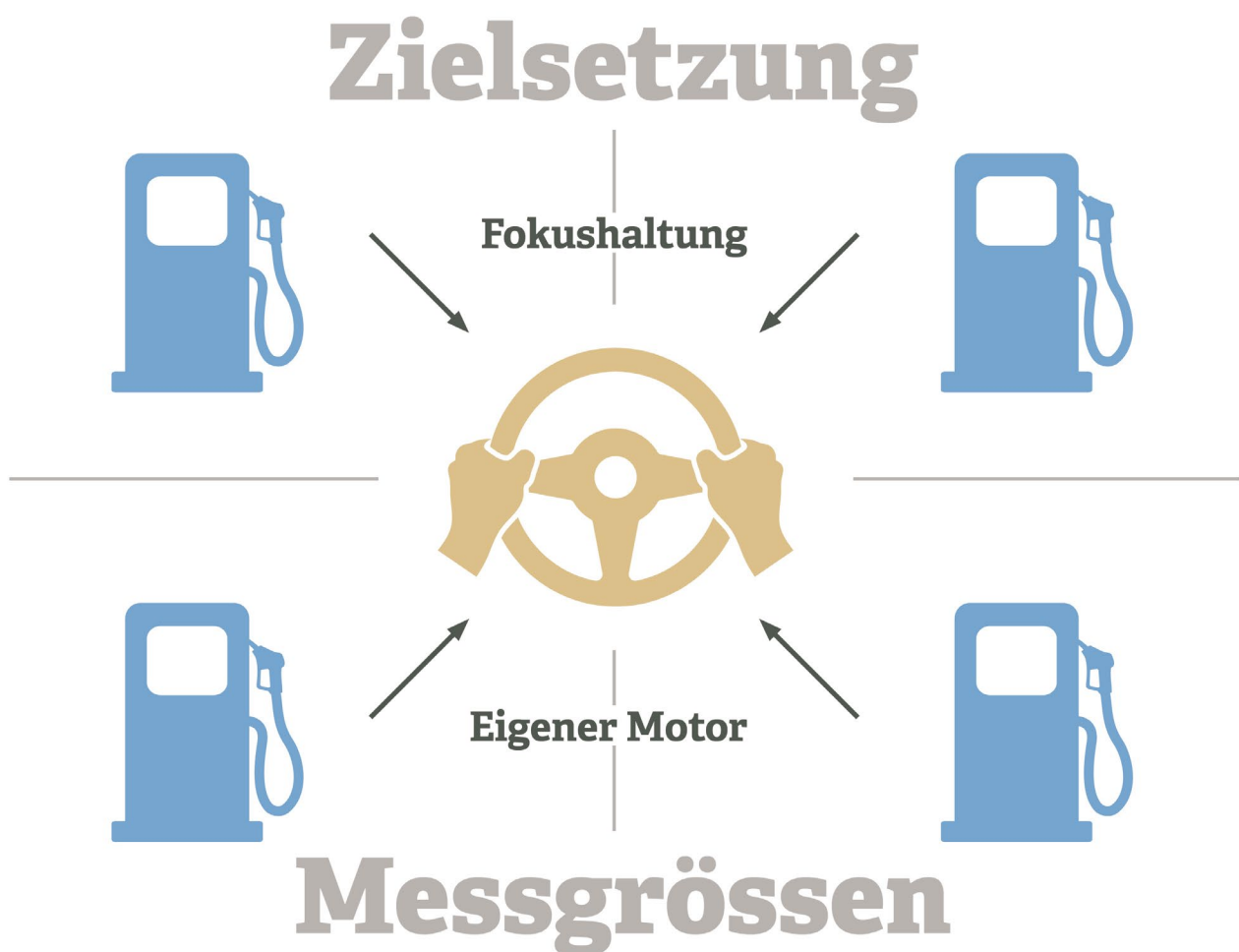
führt», erklärt Philipp Mattmann. Ein Teufelskreis, da der daraus entstehende Personalmangel die Situation weiter verschärft. Anhaltender moralischer Stress kann sich auch auf die Arbeitsqualität und damit auf die Patient:innensicherheit auswirken. Geraten Fachpersonen durch ihre Handlungen häufig in Konflikt mit ihren persönlichen Wertevorstellungen, führt dies zu emotionaler Distanzierung bis hin zu Vermeidungstendenzen – eine Entwicklung, die sich gerade im psychiatrisch-psychotherapeutischen Umfeld verheerend auf die Patient:innenbeziehung auswirkt.



PZM setzt auf Erkennen, Verstehen und Ansprechen

Die Konsequenzen für Mitarbeitende und Patient:innen machen deutlich, dass Massnahmen ergriffen werden müssen. Aus diesem Grund bietet das PZM seit Frühjahr 2023 interne Weiterbildungen zu moralischem Stress und Resilienz an. Die Weiterbildung soll Mitarbeitende aller Berufsgruppen für die Thematik sensibilisieren und Räume zur Diskussion und Reflexion schaffen. Konkret lernen Mitarbeitende, ihre Gefühle als Symptome von moralischem Stress zu erkennen und einzuordnen. Statt in Situationen mit moralischem Stress Hilflosigkeit zu erfahren,

erhalten sie die Möglichkeit, über das Phänomen zu sprechen und ihre Gefühle in Bezug zu spezifischen institutionellen, teaminternen oder auch persönlichen Umständen zu setzen. Dies mit dem Ziel, selbstwirksam Einfluss auf die Situation zu nehmen. Dazu werden sie angeleitet, ihr persönliches Selbstwirksamkeitscockpit auf Basis ihrer eigenen Energietankstellen aufzubauen und persönliche Massnahmen abzuleiten. Die Folge: Sie stärken ihre Verbundenheit zu ihren persönlichen Selbstwirksamkeitsressourcen und Kompetenzen.



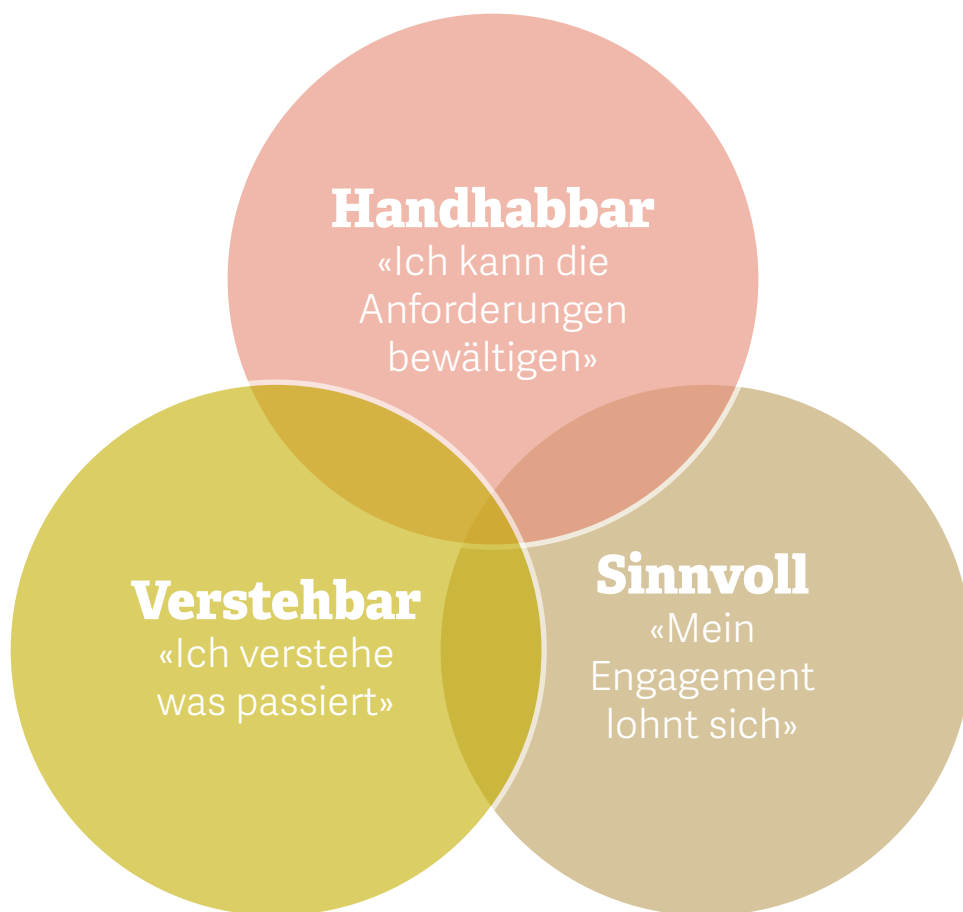
Das Selbstwirksamkeitscockpit macht die eigenen Ressourcen und Kompetenzen sichtbar.

Gleichzeitig werden Führungspersonen dahingehend sensibilisiert, Raum für das Ansprechen von moralischem Stress zu schaffen, ihre Mitarbeitenden ernst zu nehmen und das Arbeitsumfeld sowie die Zusammenarbeit so zu strukturieren, dass moralischer Stress auf ein niedriges Mass reduziert werden kann.

Die Weiterbildungen zielen darauf ab, das Kohärenzgefühl der Mitarbeitenden im Sinne des Gesundheitsmanagements zu stärken: Mitarbeitende sollen verstehen können, was passiert, wenn sie moralischen Stress empfinden. Gleichzeitig sollen sie erkennen können, dass sich ihr Engagement im Falle

einer Problemsituation lohnt, und dass sie mit konkreten Werkzeugen dazu befähigt werden, aktiv darauf zu reagieren. Dadurch werden Herausforderungen handhabbar, das Gefühl der Hilflosigkeit und der Stress nehmen ab und die Arbeitsplatzzufriedenheit und Arbeitsqualität langfristig zu.

Die erste Durchführung des Kursangebotes hat viele positive Reaktionen ausgelöst. Mit den wertvollen Inputs der Teilnehmenden will das PZM die Umsetzung der Lösungsmassnahmen sowohl auf der persönlichen als auch auf der organisationalen Ebene weiter stärken.



Durch die Weiterbildung wird moralischer Stress verstehbar. Mitarbeitende lernen, dass ihr Engagement sinnvoll ist, und die Anforderungen dadurch handhabbar werden.