

Corona: Folgen für die Psyche

Hildesheim. Nicht nur während der Corona-Pandemie sind Ärzte und Pflegekräfte einem hohen psychischen Druck ausgesetzt. Zu ihrem Berufsalltag gehört der Umgang mit Tod und Sterben. Doch die Belastung ist gerade durch die aktuelle Pandemie weiter gestiegen. Darauf weisen unter anderem zwei Forscher von der Universität Hildesheim hin. Dr. Nora Lessing und Prof. Dr. Christoph Kröger vom Institut für Psychologie geben Empfehlungen für den Umgang mit kritischen Berufssituationen im medizinischen Alltag.

So sollten möglicherweise belastende Entscheidungen möglichst im Team getroffen werden. Auch externe Mitarbeiter wie zum Beispiel Notfallseelsorger können herangezogen werden. Wichtig sei es auch, schwierige Situationen im Gespräch nachzubereiten. Dabei fallen die Strategien zur Bewältigung jeweils individuell unterschiedlich aus. Helfen können ein Betriebs- und Kollegenklima, in dem Wertschätzung eine große Rolle spielt. Sportliche Aktivitäten in der Freizeit können dazu beitragen, psychisch fordernde Situationen besser zu verarbeiten. *sky*