



KIEMELJÜK A LÉNYEGET

Munkatársak kiégésének megelőzése

Lelki terhelés csökkentése
krízishelyzetben



Semmelweis Egyetem
EMK Egészségügyi
Menedzserképző
Központ

Tanulmányok bizonyítják, hogy a magyar orvosok fele emocionálisan kimerült, míg az ápolók még jelentősebb hányadánál előfordulnak a kiégés tünetei.

A krízishelyzet ezen még tovább ronthat.

Hogyan csökkenthető a lelki terhelés?

Hogyan előzhető meg a kiégés?

Ajánlások

- » Készíts könnyen áttekinthető intézményi szabályozásokat!
- » Kommunikálj nyíltan, tájékoztasd rendszeresen és kielégítően a dolgozókat!
- » Biztosíts a dolgozók számára elegendő, feltöltődésre lehetőséget adó pihenőidőt!
- » Vedd figyelembe a dolgozók szükségleteit a munkavégzés helyének megtervezésekor!
- » Építs ki új, vagy eddig kevésbé használt kommunikációs platformokat a betegek és az ellátó személyzet között, ezzel is támogatva a kollégák munkavégzését, csökkentve bizonytalanságukat!
- » Gondoskodj dolgozóid személyes és szakmai biztonságáról!
- » Kommunikálj megbecsülést a kollégáid felé!
- » Biztosíts platformot a tapasztalatok, tanulságok megbeszélésére, szervezett konzultációs alkalmak formájában!
- » Ismerd fel az alkalmazottjaid esetén a kiégés jeleit, a kimerült kollégáknak nyújts regenerálódási időt a frontvonalbeli munkából való ideiglenes kivonással!
- » Biztosíts lelki segély kapcsolattartási lehetőséget!

[Részletek](#)