

### 1. Einleitung

- a. Können Sie sich in Chris hineinversetzen? Haben Sie sich auch schon einmal so gefühlt?
- b. Beschreiben Sie: Was ist das Problem in dieser Situation?

### 2. Reagieren & handeln

- a. Diskutieren Sie: Hätte Chris sich anders verhalten können? Wie sollte er sich weiterhin verhalten, um seinen Pflegeansprüchen gerecht zu werden?
- b. Was müsste sich grundsätzlich ändern, damit Chris seinen Pflegeansprüchen gerecht werden kann?
- c. Wie könnte das umgesetzt werden? Sehen Sie sich in der Verantwortung, etwas zu ändern? Falls ja, welchen Beitrag können Sie als angehende oder examinierte Krankenpfleger\_innen möglicherweise leisten, um etwas zu verändern?

### 3. Helfersyndrom?!

- a. Sammeln Sie im Klassenverband: Was ist ein Helfersyndrom? Wie haben Sie den Begriff bisher verwendet und verstanden?
- b. Diskutieren Sie: Was würden Sie tun, wenn Sie selbst oder Kolleg\_innen eventuell unter einem Helfersyndrom leiden? Welche Beratungs- und Unterstützungsangebote gibt es beispielsweise an Ihrem Arbeitsplatz?
- c. Versetzen Sie sich noch einmal in Chris hinein: Hat er ein Helfersyndrom? Diskutieren Sie: Wie wichtig ist die Abgrenzung gegenüber der Arbeit und die Einhaltung der Arbeitszeiten gegenüber der Erfüllung des eigenen Pflegeanspruches?

#### Weiterführende Informationen/Lektüre:

Messer, Barbara, 2014, *Helfersyndrom? Strategien für verantwortungsvolle Pflegekräfte*. Schlütersche Verlagsgesellschaft mbH & Co.KG.

Oelke, Uta, 2010, *In guten Händen. Gesundheits- und Krankenpflege 3*. Berlin: Cornelsen.

