

Start > Pfleger & Helfer > Mit effizienten Bürostrukturen gegen Stress und Burnout

Mit effizienten Bürostrukturen gegen Stress und Burnout

Von Jens Gieseler - 20. Dezember 2017

Teilen auf Facebook Tweet auf Twitter G+ Pinterest Gefällt mir 0 Tweet



Durch klare Absprache und transparente Strukturen können sich Kollegen besser vertreten.

Viele Pflegekräfte wählen ihre Arbeit, weil sie mit Menschen zu tun haben wollen. Doch auch in der Gesundheitsbranche wachsen **Nachweis- und Aufzeichnungspflicht**. Diese Büroarbeit fördert **Stress und Leistungsdruck** zusätzlich. „Mit **effizienten Arbeitsstrukturen** können Pflegeeinrichtungen ihren Mitarbeitern in der **Büroorganisation** mehr Luft verschaffen“, sagt Jürgen Kurz. Der Experte für Büro-Kaizen rät die Tage zwischen Weihnachten und Heilige-Drei-König zu nutzen, um **einfachere Strukturen** zu schaffen.

Die **Arbeitsprozesse** werden auch in der Pflege-Branche immer **komplexer und herausfordernder**. Getrieben von **Preisdruck, Nachweispflichten und digitaler Vernetzung** werden Prozesse optimiert. Für den Einzelnen wird die Belastung deshalb immer größer. Nach der Arbeit mit den Kranken oder Bewohnern kommt der **Papierkram**. Besonders der **Kommunikationsbedarf ist dramatisch angestiegen**: So hat sich allein die Zahl der E-Mails in den letzten beiden Jahren in deutschen Unternehmen mehr als verdoppelt.

Ein Indikator für den zunehmenden Stress: Die Zahl der **psychischen Erkrankungen** wie Depression und Burnout steigt laut Gesetzlichen Krankenkassen. Diese **Arbeitnehmer fallen durchschnittlich 36 Tage aus. Drei Mal so lang wie üblich**. Neben den direkten Krankheitskosten müssen die gesunden Kollegen verstärkt ran und deren Arbeitsbelastung steigt nochmals.

Und wie äußern sich Mitarbeiter konkret: 66 Prozent geben an, sie hätten keinen Überblick mehr, über ein Fünftel fühlen sich chronisch überfordert und 19 Prozent bezeichnen ihre Lage sogar mit „Land unter“ – sie sind nur noch damit beschäftigt, Feuer zu löschen. Dagegen hilft eine **einfachere und klarere Arbeitsorganisation**. Das Credo von Jürgen Kurz lautet: **Büro-Kaizen**. Das bedeutet den eigenen Arbeitsplatz, die Abteilung und die gesamte Organisation Schritt für Schritt zu optimieren, **Fehlerquellen zu reduzieren, Abläufe transparent** und zuverlässig zu gestalten sowie unnötig Belastendes zu eliminieren.

1. Büro-Kaizen als Frühwarnsystem:

Wenn der Schreibtisch überquillt und sich die Dokumente im Postfach stapeln, ist dies ein klares Zeichen für **Überlastung**. Kurz empfiehlt den „**intelligenten Posteingang**“. Ein Fach, in dem die gesamte Post des Mitarbeiters gesammelt wird: Wenn der Posteingang überläuft und deutlich wird, dass ein Kollege überlastet ist, können andere Mitarbeiter oder der Chef schneller darauf reagieren und Aufgaben umverteilen.

2. Büro-Kaizen hilft, Stress durch Fehler zu vermeiden



Arbeitsprozesse können kontinuierlich verbessert werden, wenn sich alle Mitarbeiter in Vorschlagswesen beteiligen.

Wer zu viel arbeitet und ständig unter Strom steht, dem passieren eher Fehler. Diese wieder zu beheben kostet nochmals Zeit und Kraft und verstärken den **psychischen Druck** auf den Mitarbeiter. Büro-Kaizen hilft, stressbedingte Fehler aufgrund einer kontinuierlichen Verbesserung von vornherein auszuschließen. Ein **Verbesserungsvorschlagswesen**, an dem sich alle Mitarbeiter beteiligen, werden Arbeitsabläufe und Prozesse fortlaufend optimiert und das Fehlerpotenzial deutlich gesenkt.

3. Büro-Kaizen schafft Freiraum

Es gibt viele interessante Artikel oder Informationstexte, die jeder Mitarbeiter gern „mal“ lesen würde. Aus **Zeitmangel** landen Fachzeitschriften, Broschüren und Handbücher auf einem Lesestapel, der mit der Zeit immer größer wird. Je höher er wächst, umso schwerer drückt er aufs Gemüt. Kurz rät: Werfen Sie etwa alle drei Monate die untere Hälfte des Stapels weg.

4. Büro-Kaizen verhindert Stress in Vertretungssituationen

Transparente Ablagestrukturen sorgen dafür, dass sich jeder Mitarbeiter auch am Arbeitsplatz seines Kollegen sofort zurechtfindet. Ohne langwierige Einarbeitungszeit hat jeder direkt den **Überblick** über dessen Projekte, kann Kunden kompetent Auskunft geben und **verschwendet keine Zeit** mit Suchen, selbst wenn der Kollege nicht da ist.

5. Büro-Kaizen hilft, die zunehmende Aufgabenlast zu meistern

Anforderungen und Anzahl der Projekte verdoppeln sich alle ein bis zwei Jahre. Mit Kaizen wird die **Büroarbeit pro Jahr zehn bis 20 Prozent effizienter**, sagt Jürgen Kurz. So haben die Mitarbeiter **mehr Luft**, um neu aufkommende Aufgaben zu meistern. Viele hilfreiche Tipps, wie Sie Ihre Arbeitsprozesse so optimieren, dass sich Zustände von Überforderung erst gar nicht einstellen, gibt das neue **E-Book „E-Mail Stress ade“** (<https://www.buero-kaizen.de/download/e-mail-stress-ade/>).

Jürgen Kürz ist Geschäftsführer der Tempus GmbH. Mit seinem Seminarekonzept für mehr Effizienz im Büro wurde der „Effizienzprofi“ (Spiegel online 06/2009) Finalist beim Internationalen Deutschen Trainings-Preis 2006 und 2011. Er begleitet seine Kunden über einen längeren Zeitraum, um das Ziel „Für immer aufgeräumt“ zu realisieren. Weitere Informationen unter: www.buero-kaizen.de



Jens Gieseler ist Kommunikationsberater, Journalist und Heilpraktiker für Psychotherapie. In den letzten beiden Lebensjahren war sein Vater pflegebedürftig. Deshalb hat er sich mit der Pflegebürokratie herumschlagen müssen und viel Sensibilität für das Altern und Sterben entwickelt. Erkenntnis: Beziehungen werden immer wichtiger.

Share this:



Gefällt mir:



Sei der Erste dem dies gefällt.

Ähnliche Beiträge

- Nach dem Urlaub: Entspannt zurück in die Pflege
30. August 2017
In "Pfleger & Helfer"
- #Pflerix: Raus aus der Pflegehölle
1. März 2016
In "Pfleger & Helfer"
- Inklusion macht kleine Schritte
2. September 2016
In "Pfleger & Helfer"

SCHLAGWÖRTE: Burnout Büroorganisation Pflegekraft Pflegekräfte Pflegepersonal Stress Stressbearbeitung Struktur

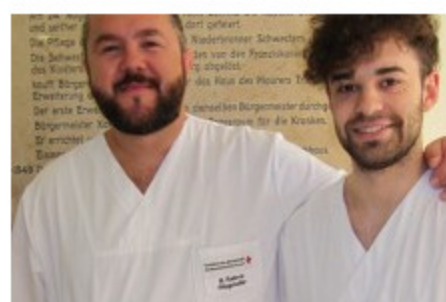
TEILEN Facebook Twitter G+ Pinterest Gefällt mir 0 Tweet

 **Jens Gieseler**

VERWANDTE ARTIKEL MEHR VOM AUTOR



Uli & die Demenz: Lustige Irrtümer bei Redensarten (1/2)



„Deutschland ist ein schöner Platz“



Blindheit als Begabung: Mit feinen Fingern gegen Krebs

HINTERLASSEN SIE EINE ANTWORT

Kommentar:

Name:*

E-Mail:*

Webseite:

Kommentar posten

Benachrichtige mich über nachfolgende Kommentare via E-Mail.

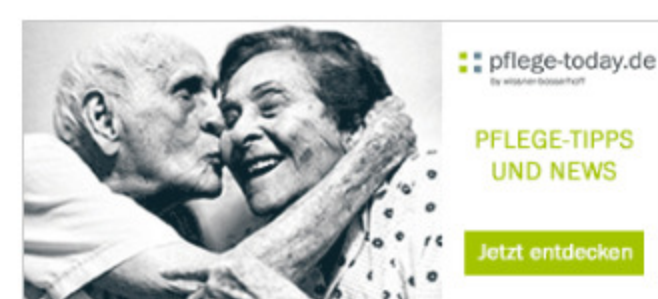
Benachrichtige mich über neue Beiträge via E-Mail.

Auf Facebook folgen



Über uns

Die Pflegebibel ist ein unabhängiges Online-Magazin mit dem Anspruch, die Plattform für Themen rund um die Altenpflege zu werden.



Neueste Kommentare

Uli Zeller bei *Uli & die Demenz: Lustige Irrtümer bei Redensarten (1/2)*

Uli Zeller bei *Uli & die Demenz: Mit Gedichten durch den Advent*

Uli Zeller bei *Uli & die Demenz: Drei Tipps, um Nein zu sagen*

probe bei *Pflegeheim reklamiert 200.000 Euro Außenstände*



Der online Shop für Krankenschwestern und Pfleger:



Meistgesucht

WIR ÜBER UNS



Die Pflegebibel ist ein unabhängiges Online-Magazin mit dem Anspruch, die Plattform für Themen rund um die Altenpflege zu werden. Egal ob Heimleiter, Träger, Pfleger, Angehörige oder Pflegebedürftige – hier findet jeder Wissenswertes, Unterhaltsames und Aktuelles. Wir wollen die Kluft zwischen Beteiligten schmälern und Raum zur Diskussion schaffen. Die Pflegebibel blickt hinter die Kulissen. Sie informiert, erklärt und deckt auf. Wir freuen uns auf Eure Kommentare und regen Austausch.

Kontaktieren Sie uns: info@die-pflegebibel.de

FOLGEN SIE UNS

