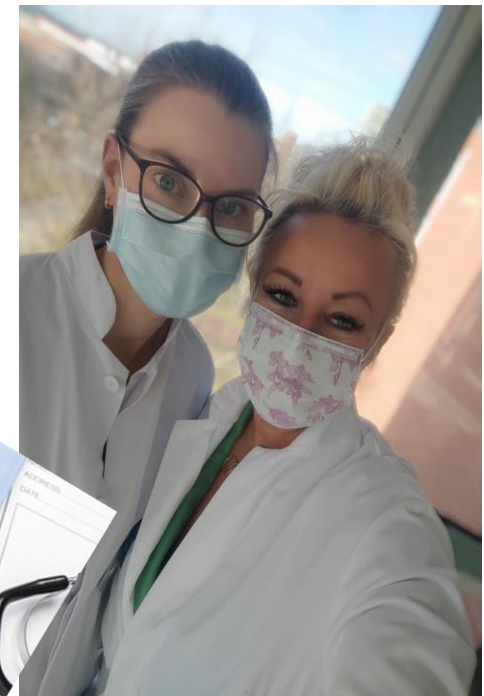




„Stolz darauf zu sein, wer Du bist, ist beeindruckender, als stolz darauf zu sein, was Du hast.“

Daniela Pohr, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Study Nurse

03.10.2024

Agenda

- Persönliche Vorstellung
- Allgemein „Stolz“
- Umsetzung aus der Praxis –
für die Praxis



Was ist Stolz?

Stolz ist eine elementare Emotion, die uns angeboren und nicht anerzogen ist. Er ist Teil unseres Ich-Bewusstseins sowie Teil des sozialen Bedürfnisses nach Zugehörigkeit und Beachtung. Das Gefühl ist zudem international gleich und äußert sich in allen Kulturen durch gleichartige Gesten und Gebärden, wie zum Beispiel eine aufrechte Körperhaltung oder dem Gefühl einer großen Zufriedenheit mit sich selbst.

Stolz – in gesundem Maß – fördert Ehrgeiz, Ideen und persönlichen Erfolg.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Stolz>

Begriff „Stolz“

Der Begriff selbst stammt vom mittelhochdeutschen Adjektiv „stolt“ und bedeutet so viel wie „stattlich“ oder „prächtig“ (daher auch englisch: pride). Wer stolz ist, ist sich seines eigenen Wertes bewusst. Gesunder Stolz kann uns dazu antreiben, das Beste aus uns herauszuholen. Er belohnt ebenso, wie er beflügelt. Selbst im Ehrgeiz steckt immer auch eine gute Portion Stolz. Er kann – im negativen Fall – aber genauso zu Hochmut und Herrschaft verführen. Zuviel Stolz tut dem Menschen nicht gut!

<https://de.wikipedia.org/wiki/Stolz>



**Wo die
Eitelkeit
anfängt,
hört der
Verstand auf.**

2 Arten von Stolz

Dem Stolz haftet häufig ein negativer Beigeschmack an. Er wird gerne synonym mit Eitelkeit, Überheblichkeit, Selbstgefälligkeit oder Arroganz verwendet.

Dabei muss man hier differenzieren: In der Psychologie gibt es zwei unterschiedliche Formen – eine gesunde und gesellschaftlich anerkannte Form und den ungesunden bis neurotischen Stolz.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Stolz>

Gesunder Stolz

Gesunder Stolz (auch: authentischer Stolz) und Zufriedenheit (mit sich selbst) bilden meist eine Symbiose. Wer stolz auf etwas ist, ist das in der Regel auf Geleistetes – verbunden mit der Gewissheit, dass dies auch wirklich etwas Besonderes und Anerkennenswertes ist. Hinter diesem Stolz steckt eine große Anstrengung, vielleicht auch Entbehrung, die am Ende zu einem angestrebten Ziel geführt hat, dass auch den eigenen Werten entspricht. In der Folge können die Betroffenen stolz auf ihre Arbeit und auf sich selbst sein – ebenso wie auf ihre Talente oder die Fähigkeit, derlei Erfolge immer wieder erzielen zu können.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Stolz>

Ungesunder Stolz

Ungesunder Stolz (auch: anmaßender Stolz oder falscher Stolz) ist eng verwandt mit Hochmut und Überheblichkeit. Wird er verletzt, neigen Betroffene zu Empörung und Trotzreaktionen bis hin zu aggressiven Abwehrhandlungen oder gar zur Rache. Sie sinnern auf massive Genugtuung. Neurotischer Stolz wiederum kann dazu führen, dass Betroffene stolz auf etwas sind, was sie gar nicht selber geschaffen haben oder darauf, besonders destruktive Leistungen erbracht zu haben – wie es etwa bei Hatern, Trollen und Trickbetrügern der Fall ist. Sie sind stolz darauf, Menschen verbal verletzt oder diese übers Ohr gehauen zu haben.

<https://de.wikipedia.org/wiki/Stolz>

Beispiele worauf wir stolz sein können

Es sind aber oft auch Eigenschaften, die mit dem bloßen Auge nicht sofort erkennbar sind, auf die wir stolz sein können und dürfen. Zum Beispiel:

- Leistungen, die man erbracht hat
 - Besondere Erfolge oder Meilensteine
 - Werte die man vertreten hat
 - bei Rückschlägen nicht gleich aufgeben
 - Nationale Identität (Nationalstolz)
- = echte Errungenschaften und eigene Leistungen



PRAXIS



Was macht einen gesunden Arbeitsplatz aus?

- Kein Personalmangel
- Keine zu enge Taktung/ ZEIT
- Anerkennung/ Lob
- Kollegen/ Team die durch dick und dünn gehen
- Gemeinsame Weiterentwicklung/ Fortbildung
- Spaß, aber auch Trauer
- Gemeinsame Pausen
- Veranstaltungen
- Gerechtigkeit
- Moderne Technik



Der Auftritt von Poetry-Slammerin [@leahhweigand](#) bei „Was kann der Mensch?“ geht unter die Haut. Die 26-jährige Medizinstudentin ist gelernte Pflegekraft. Während ihrer Ausbildung hat sie ein Wechselbad der Gefühle erlebt. Diese Emotionen zu ihrem Beruf transportiert Leah Weigand über den mitreißenden Text „Ungepflegt“. Darin findet die 26-Jährige drastische Worte über ihren Beruf als Pflegekraft.

Song „Ungepflegt“



Buch: Metin vom Berufsalltag zwischen Hoffnung und Verzweiflung,
von berührenden Schicksalen und urkomischen Momenten

„...er ist Krankenpfleger durch und durch, und ohne diese Leidenschaft geht das in seinen Augen auch nicht.

Denn das kaputtgesparte Gesundheitssystem, der stressige Klinikalltag und die mangelnde Wertschätzung machen den Job zu einer Herausforderung!

Doch die Patient*innen stehen an erster Stelle und das Team hält zusammen.

Metin kennt sie alle: die kratzbürstige Schwester Rabiata, ihre Kollegin Uschi, die gute Seele der Station, oder die jungen Auszubildenden, die angesichts des täglichen Wahnsinns versuchen, nicht durchzudrehen.

Sie alle entscheiden sich jeden Morgen aufs Neue dafür, ihrem Beruf mit Professionalität und Engagement nachzugehen...”

@metinlevindogru

Persönliche Voraussetzungen

- Ehrlichkeit
- Wissen/ Ausbildung
- Organisationstalent
- Führungskompetenz
- Stressresistenz
- Kommunikationsstärke
- Einfühlungsvermögen
- Fähigkeit, sowohl Mitarbeiter als auch Patienten zu verstehen und zu unterstützen, sind essenziell (Team)



Die Rolle der Stationsleitung

Die Stationsleitung nimmt eine Schlüsselposition in Pflege- und Gesundheitseinrichtungen ein. Diese Führungsrolle umfasst nicht nur die organisatorische und administrative Verantwortung für eine Station, sondern auch die Personalführung und die Gewährleistung einer hochwertigen Patientenversorgung. Als Bindeglied zwischen dem Pflegepersonal, den Ärzten und der Einrichtungsleitung sorgt die Stationsleitung für effiziente Abläufe und Prozesse und trägt maßgeblich zur Zufriedenheit der Patienten und Mitarbeiter bei.

„Es muss von Herzen kommen, was auf Herzen wirken soll!“

Teamarbeit = ein Mannschaftssport



Teamvorstellung

„Für den ersten Eindruck gibt es keine zweite Chance.“ (Sprichwort)

- **Authentizität und Vertrauen**
 - man möchte wissen mit wem man zusammen arbeitet
 - baut Vertrauen auf = positives Image
- **Mitarbeiterbindung – und engagement**
 - Mitarbeiter sollen mit einbezogen werden
 - jeder sollte die Möglichkeit haben
 - fühlt man sich wertgeschätzt
 - Anerkennung des Unternehmens
- **Differenzierung vom Wettbewerb**
 - positive Markenwahrnehmung fördern

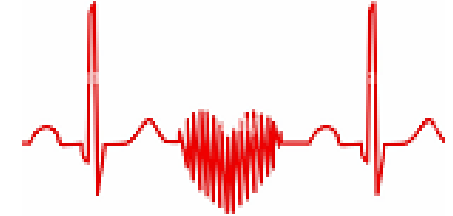


FAZIT

- Notwendigkeit optimierter Arbeitsbedingungen ist alleine keineswegs eine Garantie für gesunde und zufriedene Mitarbeiter
- Selbstwertschätzung ist ein Verstärker von positiven Aspekten der Arbeit
- Selbstwertschätzung kann die psychische Gesundheit auch über Konflikte im Team und mit der Führung hinweg gewährleisten
- Es geht nicht darum, sich etwas auf seine Leistung „einzubilden“, sondern die Fähigkeit, eigene Leistungen selbstwertschätzend anzuerkennen = wichtige gesundheitsfördernde Säule des Selbstwertes



Happy moments



Vielen Dank für die Aufmerksamkeit !

