

Unterstützungsangebote bei psychischer Belastung für Mitarbeiter des Uniklinikums Ulm in der COVID-19 -Versorgung Gesund bleiben in der Krise!

Die kommende Zeit wird uns Mitarbeitern am Uniklinikum Ulm – insbesondere in Hochbelastungsphasen - viel abverlangen. Sehr hohe organisatorische und klinische Anforderungen können auch mit großen psychischen Belastungen einhergehen. Diese können z.B. durch schwierige Einzelsituationen oder durch anhaltende Belastungen in der Versorgung von Patienten während der Corona-Epidemie entstehen. Gleichzeitig sind wir in besonderem Maße auch persönlich betroffen. Die Angst vor Ansteckung oder Verlust von Menschen im privaten und beruflichen Umfeld wächst. Dies ist für uns alle eine neue Situation.

Um mit diesen psychischen Belastungen bestmöglich umgehen zu können, sind eine Reihe von Unterstützungsangebote für die Mitarbeiter des Uniklinikums Ulm vorgesehen. Die folgenden Angebote können bei Bedarf kurzfristig durch einzelne Mitarbeiter oder durch (Teile von) Teams in Anspruch genommen werden:

- **Empfehlungen zum Umgang mit psychischen Belastungsphasen** für Mitarbeiter und Teams (siehe Extrablatt)
- **Einzelgesprächsangebot** (telefonisch oder persönlich, auf Wunsch anonym) mit erfahrenen Psychotherapeuten
- **Gespräche** für belastete Teams und Führungskräfte
- Informationen und Angebote zu **Entspannungsverfahren**

Mitarbeiter der Kliniken für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, für Psychiatrie und Psychotherapie, für Kinder und Jugendpsychiatrie/Psychotherapie und die Schmerzambulanz der Klinik für Anästhesiologie bieten diese Maßnahmen an für alle Mitarbeiter des Universitätsklinikums.

Bitte **melden Sie sich unter der u.g. Telefonnummer**, wenn sie eines der oben genannten Angebote in Anspruch nehmen wollen oder Fragen / Anregungen haben.

Beratungstelefon „Gesund durch die Krise“:

Telefon: 0173-3462188

(persönlich besetzt werktags von 12 h bis 21 h, sonst Anrufbeantworter)

E-Mail: Beratungs.Telefon@uniklinik-ulm.de

Leitung der Arbeitsgruppe: Prof. Dr. Jörn von Wietersheim

Stand: 14.04.2020