

Bei uns ist kein Tag wie der andere

Sandra Rüfli und Jacqueline Pfändler begleiten seit vielen Jahren bei der Spitex AareBielersee Menschen mit einer psychischen Erkrankung zu Hause in ihrer gewohnten Umgebung. Im Interview erzählen Sie von Ihrer Arbeit. Diese ist nicht immer einfach, aber spannend und vielfältig.



**«Verlässlichkeit und
Hilfe zur Selbst-
hilfe sind bei uns das
A und O.»**

Sandra Rüfli, Fachverant-
wortliche Psychiatrie

Wie sieht ein typischer Arbeitstag von Ihnen aus?

Unser Arbeitstag beginnt, wie bei allen Mitarbeitenden der Spitex AareBielersee um 07.00 Uhr im Büro. Wir verschaffen uns einen Überblick, welche Klientinnen und Klienten wir an diesem Tag besuchen und lesen uns im Büro oder unterwegs in die Dossiers ein. Danach ist jeder Tag und jede Tour verschieden. Die Betreuung psychisch erkrankter Menschen hat einen anderen Rhythmus als die akutsomatische Pflege. Feste Strukturen sind von grosser Bedeutung, ebenso wie Verlässlichkeit und feste Bezugspersonen. Die Besuche bei unseren Klientinnen und Klienten finden darum, wenn immer möglich, am gleichen Wochentag, um die gleiche Uhrzeit statt. Dies ist nur möglich mit einer guten Zeitplanung.

Worin unterscheiden sich Ihre Aufgaben von denjenigen der anderen Pflegefachfrauen der Spitex?

Der grösste Unterschied ist, dass unsere Einsätze bei den betreuten Personen länger und breiter sind. Unsere Betreuung besteht

darin, dass wir Gespräche führen und die Klienten in Krisen und schwierigen Lebensphasen begleiten. Die Besuche dauern in der Regel rund eine Stunde und gehen tiefer als bei der akutsomatischen Pflege. Sie finden meist einmal in der Woche statt, manchmal auch öfter. Weiter unterstützen wir sie im Trainieren von Verrichtungen und Alltagsfertigkeiten. Da ist es ganz wichtig, dass die Tätigkeiten gemeinsam erfolgen und wir vorgängig Ziele setzen, was wir erledigen wollen. Wir begleiten sie zu Arztterminen und sind generell in engem Austausch mit den Ärzten und Psychiatern. Neben der Betreuung ist die Dokumentation unserer Arbeit ein wichtiger Bestandteil sowie auch das Kontakthalten mit den anderen betreuenden Fachpersonen und den Angehörigen.

Welches sind typischerweise Kunden, die Sie unterstützen?

Das Spektrum der Personen, die wir betreuen ist sehr breit. Wir sind da für Menschen nach einem Burnout oder mit einer Depression, für Personen mit Persönlichkeits- oder Angststörungen aber auch für suchtkranke Menschen, z.B. Alkoholranke. Gerade letzteres ist in den städtischen Gemeinden ein Thema. Weiter beobachten wir, dass immer mehr Menschen unsere Hilfe benötigen, auch immer mehr junge Menschen. Oft sind unsere Klientinnen und Klienten bereits mit dem Haushalt überfordert.

Was braucht es, damit Ihre Betreuung erfolgreich ist?

Damit unsere Unterstützung funktioniert, ist es wichtig, dass die Klientinnen und Klienten mitmachen und mit unserer Betreuung einverstanden sind. Meist sondieren die betreuenden Hausärztinnen und Hausärzte, die Mitarbeitenden des Sozialdienstes oder die Mitarbeitenden der Klinik bereits vor. Dies erleichtert uns die Kontaktaufnahme. Am besten ist es für uns, wenn wir die Personen kennenlernen, bevor sie aus der Klinik austreten, am besten zusammen mit den Angehörigen.

Was ist das Schönste an Ihrer Tätigkeit bei der Spitex

AareBielersee?

Sicherlich die Abwechslung, dass kein Tag wie der andere ist und dass wir eine grosse Verantwortung haben. Aber auch, dass wir die Leute zu Hause und nicht in einer Institution begleiten. Zu Hause können wir individueller und persönlicher auf die Menschen eingehen, weil wir sehen wie sie leben. Mit unserer Arbeit können wir ihnen ein Stück Normalität im Alltag zurückgeben. Gemeinsam mit den Klienten suchen wir nach Lösungen

und unterstützen sie beim Entwickeln und Umsetzen ihrer eigenen Strategien zur Selbsthilfe.

Gibt es Herausforderungen?

Manchmal ist es eine Herausforderung, den Draht zu den Menschen zu finden, denn unsere Klientinnen und Klienten haben in bestimmten Situationen eine andere Realität. Da kann es schnell zu Missverständnissen kommen. Hier helfen Gespräche mit den Kli-



«Die Betreuung zu Hause ist persönlicher als in einer Institution.»

Jacqueline Pfändler, Fachverantwortliche Psychiatrie

entinnen und Klienten, aber auch mit den Angehörigen. Auch der zunehmende administrative Aufwand für die Krankenkassen macht unsere Arbeit nicht einfacher.

Und natürlich ist es oft eine Herausforderung am Abend abzuschalten und loszulassen. Hier helfen Gespräche mit dem Team oder der Vorgesetzten, aber auch das Rausgehen in die Natur. Generell ist es wichtig, in der Freizeit aufzutanken, aber das ist bei allen Pflegeberufen so.

Zum Schluss: Was wünschen Sie sich für die Zukunft?

Viele Menschen kennen unser Angebot nicht. Wir würden uns wünschen, dass wir noch präsenter werden, damit sich das ändert. Zum Beispiel mit einem Flyer für Arztpraxen und Kliniken, aber vielleicht auch mit Vorträgen. Und dann wollen wir uns gerne enger austauschen – untereinander aber auch mit anderen Organisationen. So können wir gegenseitig von den Erfahrungen profitieren.