



Ich dolmetsche zwischen Betroffenen und Fachpersonen.

Wendelin Kappeler begleitet als Peer-Mitarbeiter im Tandem mit einer Fachperson des Psychiatrie-Teams andere Betroffene. Türöffner ist dabei oft seine eigene Geschichte.

Was war Ihre Motivation sich als Peer bei der Spitex AareBielersee zu bewerben?

W. Kappeler: Ich habe lange Psychiatriespitex in Anspruch genommen und das als sehr wertvoll empfunden. Jetzt selber Leute ambulant zu begleiten und weiterzugeben, welche Schritte mir geholfen haben, wieder gesund zu werden, gefällt mir sehr.

Was ist das Spezielle am Peer-Angebot?

Der Einbezug des Erfahrungswissens von Betroffenen, welches eine andere Qualität hat als das Fachwissen. Ich kann mich sehr gut in die Klientinnen und Klienten hineinversetzen, weil ich das genau gleiche erlebt habe und die Symptome kenne. Auch weiss ich, wie man sich fühlt, wenn man einen Suizid-Versuch überlebt. Das macht ein Begleiten auf Augenhöhe möglich und ist sicherlich eine gute Ergänzung zum Spitex-Angebot.

Können Sie das Peer-Konzept kurz erklären?

Zum einen sind wir Peers mit unserer Geschichte Hoffnungsträger und zum anderen leisten wir eine Art Übersetzungsarbeit zwischen den Fachpersonen und den Betroffenen. Wichtig ist der Recovery-Gedanke, dass man trotz Symptomen ein lebenswertes Leben führen kann, indem man die Krankheit als Teil von sich akzeptiert.

Sind Sie als Peer fix bestimmten Personen zugeteilt?

Ja, es gibt eine feste Zuteilung, aber immer im Tandem mit einer Fachperson. Das bedeutet einmal in der Woche gehe ich vorbei und einmal die Fachperson. Es gibt aber auch Leute, die ich nur jede zweite Woche sehe oder einmal im Monat.

Wie begleiten Sie Betroffene?

Ich führe mit ihnen zu Hause Gespräche, wie sie Alltagsfertigkeiten und Verrichtungen trainieren können.

Es geht einerseits um das Erarbeiten und Einüben einer angepassten Tagesstruktur und andererseits um das Gestalten von Beziehungen mit dem Umfeld und um soziale Kontaktaufnahme. Ich unterstütze sie bei Themen wie Wohnungs- und Körperpflege, Besorgungen tätigen und Freizeitgestaltung. Manchmal begleite ich sie auch bei Terminen mit Fachpersonen.

Haben Sie dafür eine Ausbildung absolviert?

Ja, während einem Jahr. Nebst theoretischen Grundlagen beinhaltete der Lehrgang diverse Praktika und eine Abschlussarbeit. Zudem erhalte ich derzeit immer noch externe Supervision und Einzelcoachings.

«Seit Oktober 2021 bringe ich als Peer meine Erfahrungen ein.»

Wendelin Kappeler,
Peer-Mitarbeiter

Wie unterscheidet sich das Spitex-Angebot von einer stationären Peer-Begleitung?

Wir gehen zu den Leuten nach Hause und können sie länger begleiten und nicht nur fünf Wochen wie in der Klinik.

Welchen Mehrwert bieten Peers?

Es gibt Dinge, die man mir eher erzählt, weil weniger Hemmungen da sind und ich ähnliche Dinge erlebt habe. Manchmal macht auch der Faktor, dass ich ein Mann bin, einen Unterschied. Vieles, was ich erfahre, ist dann wiederum für die Fachpersonen der Spitex wertvoll für deren Begleitung.

Hat dich seinerzeit auch jemand als Peer begleitet?

Nein. In Fribourg, wo ich herkomme, ist die Peer-Arbeit noch nicht so verbreitet. Ich war damals der Zweite im Kanton, der die Ausbildung absolvierte. Erst kurz bevor ich mich für die Peer-Ausbildung angemeldet habe, hatte ich einen ersten Peer-Kontakt. In jungen Jahren, als ich gerade erkrankt war, hätte es mir aber sehr geholfen, mit einem Peer zu sprechen, um Tipps zu erhalten. Ich bin sicher, das hätte mir extrem Mut gemacht.

Was sind für Sie die grössten Herausforderungen bei Ihrer Arbeit als Peer?

Sicherlich das Thema «Nähe und Distanz»: Ich bin sehr nahe bei den Leuten, die ich begleite, aber es ist eine professionelle Beziehung und ich muss mich gut abgrenzen. Ich schaue, dass ich in der Freizeit Dinge unter-

nehme, die mir guttun. Ich gehe segeln, bin Imker und viel in der Natur. Und ich bin mit gesunden Menschen in Kontakt, damit ich dann wieder die Energie habe, um mir die Geschichten und die Schicksale der Betroffenen anzuhören.

Gibt es einen Moment in diesen anderthalb Jahren, der besonders in Erinnerung geblieben ist?

Unser Sommerfest vom Psychiatrie-Team mit den Klientinnen und Klienten: Das war ein gelungener Anlass, der es ermöglicht hat, dass sich auch die Betroffenen untereinander vernetzen konnten. Zu sehen, dass andere die Leistungen der Psychiatrie-Spitex ebenfalls in Anspruch nehmen, war für viele wertvoll und hilft das Stigma abzubauen. An diesem Anlass waren wir Fachpersonen und die Betroffenen gleichgestellt, wir waren auf Augenhöhe und einfach alles Menschen.

Wie läuft die Zusammenarbeit mit dem Psychiatrie-Team?

Ich tausche mich regelmässig mit dem Team aus, indem ich an meinem Arbeitsnachmittag eine Stunde früher komme und im Stützpunkt bin. Dies damit wir den gleichen Informationsstand haben und belastende Themen besprechen können. Manchmal stellen wir dabei fest, dass Betroffene unterschiedliche Versionen eines Erlebnisses erzählen, das gilt es dann einzuordnen. Zudem dokumentieren wir beide unsere Besuche und lesen uns vor jedem Treffen in das Dossier der Person ein.