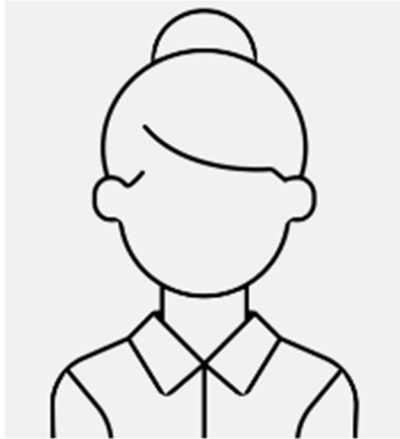


Mein Erfahrungsbericht (Februar 2021)



Autorin

Elena Hess, Fachfrau Gesundheit EFZ im 2. Lehrjahr

«Mir macht es besondere Freude, mit vielen verschiedenen Menschen zusammenzuarbeiten und sie in ihrem Leben zu unterstützen!»

Meine Tipps für Schülerinnen und Schüler, die sich für den Beruf interessieren:

- **Man braucht Motivation und Freude am Beruf!**
Es ist wichtig, am Beruf und an der Arbeit mit Menschen Freude zu haben, denn so macht der Beruf Spass und man macht ihn auch gerne.
 - **Man muss gerne mit Menschen arbeiten!**
Ich denke man muss offen sein, man sollte sicher motiviert sein und Hilfsbereitschaft und Kommunikationsfähig besitzen. Wichtig ist, dass man gerne mit Menschen zusammenarbeitet und sie auch gerne in ihrem Alltag begleitet und unterstützt.
-

Das gefällt mir besonders gut an meinem Beruf

- Mich motiviert besonders, dass jeder Tag anders ist. Bei Dienstantritt weiss man nicht, was während des anstehenden Dienstes passiert und das, so finde ich, macht den Beruf auch so spannend.
- Ich finde die Zusammenarbeit im Team wirklich cool. Zudem macht es mir wirklich Spass, mit verschiedenen Leuten mit unterschiedlichen Erkrankungen und Persönlichkeiten zusammenzuarbeiten.
- Ich finde es zudem cool, dass man viele unterschiedliche Krankheitsbilder kennenlernen kann und man auch sieht, dass sich jede psychische Krankheit anders äussert. Das ist auch in der Zusammenarbeit mit dem Betroffenen sehr spannend.

Die Arbeit hat mich positiv verändert

- Ich finde, ich bin viel reifer geworden, wenn ich mich mit meinem «alten» Ich vor der Lehre vergleiche. Ich habe auch andere Ansichten bezüglich psychischer wie auch physischer Gesundheit entwickelt und ich denke das hilft mir im Leben auch weiter.

- Ich bin allgemein im Kontakt mit Menschen sicherer geworden. Ich war immer schon ein offener Mensch, jedoch hatte ich am Anfang der Lehre noch etwas Mühe, auf die Patientinnen und Patienten zuzugehen. Ich finde, ich bin inzwischen sicherer und merke rasch, wie ich am besten auf die Menschen zugehe.
- Die Abläufe waren anfangs kompliziert. Jedoch kommt man nach ein oder zwei Monaten in den Rhythmus hinein. Es ist einfacher geworden, da ich immer jemanden fragen konnte, wenn ich unsicher war. Ich bekam auch immer nette Antworten und wurde auch unterstützt, um mich einzuleben im Betrieb oder auf der neuen Station.

Das ist mir schwergefallen

- Anfangs hatte ich Zweifel bezüglich der Berufsschule, ob es streng wird nebst der Arbeit noch zu lernen und Hausaufgaben zu machen. Jedoch konnte ich diese gut überwinden, indem ich meine Freizeit einplante für Schule, Sport und Ruhepausen. Ich bekomme auch Unterstützung von meinen Eltern, wenn ich diese benötige.
- Ich habe bestimmt schon schwierige Situationen erlebt und das ist in diesem Beruf auch normal. Man muss sich auch darauf einstellen, dass es nicht immer einfach sein wird. Jedoch konnte ich immer, wenn mir etwas schwergefallen ist, meine Grenzen und Probleme im Team oder beim Ausbildungsteam äussern und ich bekam Unterstützung.
- Es ist nicht immer einfach, Privates und Geschäftliches zu trennen. Man sollte aber sicher wissen, dass man das Geschäftliche bei der Arbeit lässt und nicht mit nach Hause nimmt. Wenn dies nicht geht, kann man mit dem Ausbildungsteam oder mit dem Stationsteam darüber reden. Wichtig ist auch, dass man Hobbys hat und man weiss, wie man sich von der Arbeit «distanzieren» kann.

So gehe ich mit den Belastungen um

- Ich habe mir angewöhnt: sobald ich an der Bushaltestelle stehe, ist fertig mit Arbeit! Ich höre auf dem Heimweg meist Musik, um den Arbeitstag noch kurz Revue passieren zu lassen und so kann ich dann, wenn ich zu Hause bin auch wirklich abschalten und den Abend mit meiner Familie oder meinen Freunden geniessen.
- Ich mache gerne Sport, gehe joggen mache Kraftübungen und lese gerne. Ich finde Hobbys sind wirklich wichtig für die Balance. Mit Lesen und Sport kann ich, auch wenn ich mal Stress habe, wieder zur Ruhe kommen.

Mir passt meine Arbeitgeberin

- Ich finde die Betreuung für Lernende hier wirklich gut. Denn wenn irgendwas sein sollte, kann man auf die Berufsbildnerin auf Station zugehen oder direkt zum Ausbildungsteam gehen.
- Ich habe auch gute Erfahrungen gemacht im den unterschiedlichen Teams. Klar gibt es überall mal Meinungsverschiedenheiten, das ist völlig normal. Aber man kann sich dann auch auf eine Meinung einigen.
- Ich habe stets fachliche und persönliche Hilfe und Unterstützung bekommen, auch wenn man auf einer Station arbeitet, wo es auch mal hektischer sein kann. Es wird darauf geschaut, dass die Lernenden wirklich auch ihre individuelle Unterstützung bekommen, wo sie diese benötigen.
- Ich würde die Psychiatrie-Dienste Süd (PDS) als Lehrbetrieb empfehlen. Die PDS gehen auf die Lernenden ein und man bekommt wirklich gute Unterstützung. Nebst dem sind sie ein sehr spannender Lehrbetrieb und man lernt viele verschiedene Krankheitsbilder und Persönlichkeiten kennen. Man kann davon auch viel profitieren!