

## Mein Erfahrungsbericht (Februar 2021)



### Autorin

Matea Pavic, Fachfrau Gesundheit EFZ im 3. Lehrjahr

**«Nach meinem Lehrabschluss bleibe ich in der Klinik St.Pirminsberg und beginne im Herbst die verkürzte HF-Ausbildung!»**

---

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

- **Man braucht Geduld und Empathie!**  
Ein langer Geduldfaden ist von Vorteil. Doch auch Empathie, Interesse an psychiatrischen Krankheitsbildern und Humor sollten vorhanden sein.
  - **Man braucht Freude und Humor!**  
Ich denke, um Freude an dem Beruf zu haben, muss man gerne mit Menschen zusammenarbeiten, auch wenn sie zum Beispiel in einer Krise sind. Und wichtig ist immer den Humor zu behalten und nicht alles persönlich zu nehmen!
- 

### Das gefällt mir besonders gut an meinem Beruf

- Die Abwechslung, neue Patientinnen und Patienten mit neuen Krankheitsbildern und wenn Fortschritte auf dem Weg der Gesundheit ersichtlich werden.
- Es sind nie die gleichen, sondern immer andere Herausforderungen.
- Während der Ausbildung jedes Jahr auf neuen Stationen mit anderen Schwerpunkten und neuen Teams zu arbeiten.
- Mich mit den Patientinnen und Patienten zu unterhalten und über ihre Interessen zu sprechen und sie allgemein besser kennenzulernen. Meist kommen sehr spannende Lebensgeschichten zum Vorschein.

### Die Arbeit hat mich positiv verändert

- Ich denke, dass ich während der Ausbildung reifer geworden bin und vieles an Erfahrungen sammeln konnte, die mich nicht nur im beruflichen Alltag weitergebracht haben, sondern auch im privaten Leben. Das merke ich zum Beispiel daran das ich Arbeiten überlegter und ruhiger angehe.

- Im Umgang mit Patientinnen und Patienten fühle ich mich deutlich sicherer. Am Anfang war ich eher schüchtern und musste mich mehr überwinden. Doch inzwischen macht es mir nichts mehr aus. Ich gehe gerne auf unsere Patientinnen und Patienten zu und lerne sie kennen.
- Abläufe und Prozesse wurden mit der Zeit immer besser, denn das Team zeigt einem vieles und führt einen ein. So lernt man die Klinik Stück für Stück kennen und mit der Routine kommt auch die Sicherheit.

### **Das ist mir schwergefallen**

- Zweifel hatte ich auf dem Weg keine. Es gab bestimmt anspruchsvollere Situationen, doch mit Hilfe vom Team, von Freunden und meiner Familie konnte ich gut lernen, mit diesen umzugehen.
- Ich denke, sehr wichtig ist das Abgrenzen können, um die Nähe und Distanz zu den Patientinnen und Patienten stets zu wahren. Einfach der eigenen Gesundheit zuliebe.

### **So gehe ich mit den Belastungen um**

- Ich denke grundsätzlich nicht mehr über die Arbeit nach, wenn ich nach Hause gehe. Doch wenn mich trotzdem noch etwas vom Tag beschäftigt, rede ich mit einer Vertrauensperson darüber oder gehe joggen. Das hilft mir abzuschalten.
- Hobbys sind auf jeden Fall wichtig für die Balance. Denn es ist wichtig, etwas für sich zu machen, auch um andere Gedanken zu fassen. Ich zeichne zum Beispiel gerne und mache gerne Sport, besonders Yoga. Und natürlich verbringe ich gerne Zeit mit meinen Freunden und meiner Familie.

### **Mir passt meine Arbeitgeberin**

- Ich finde es gut, dass die Lernenden auf ihrem Weg unterstützt und gefördert werden. Man legt grossen Wert auf die psychische und physische Gesundheit jeder bzw. jedes einzelnen Lernenden.
- Ich wurde in jedem Team mit offenen Armen in Empfang genommen und die Zusammenarbeit untereinander funktionierte gut. Kritik wird stets konstruktiv übermittelt.
- Ich würde die Psychiatrie-Dienste Süd (PDS) auf jeden Fall empfehlen. Ich bereue es keine Sekunde, dass ich bei den PDS die Ausbildung mache. Ich konnte mein Wissen stark erweitern und das Gelernte direkt umsetzen.