



PSYCHIATRIE



Gemeinsam für das Wohl der Bevölkerung

Seit bereits 40 Jahren sind die Spitäler fmi in der psychiatrischen Versorgung im Berner Oberland tätig. Was vor vier Jahrzehnten als ganz kleiner Dienst in Interlaken begonnen hatte, hat sich zu einer wichtigen Stütze im Gesundheitswesen entwickelt. Heute arbeiten rund 140 Personen in diesem Bereich, der aufgrund verschiedener Einflussfaktoren immer wichtiger wird: die Corona-Pandemie ist bei vielen Menschen nicht spurlos vorübergegangen und sie müssen Hilfe von Fachleuten suchen, um die tiefen seelischen Wunden zu heilen. Die jungen Leute haben es manchmal besonders schwer. Zusätzlich machen sich bereits die steigenden Fallzahlen aufgrund der immer älter werdenden Bevölkerung bemerkbar. Wir stellen auch fest, dass sich die Psychiatrie in den vergangenen Jahrzehnten sehr stark entwickelt hat und die Bevölkerung vermehrt Leistungen nachfragt.

Die Psychiatrie der Spitäler fmi ist sich ihrer wichtigen Rolle bewusst und sieht ihren Auftrag in einer patientenzentrierten, integrierten Behandlung: sei dies stationär, teil-stationär oder ambulant. Besonders möchte ich die familienzentrierten Angebote hervorheben.

Dank des integrierten Angebots konnte sich die Psychiatrie der Spitäler fmi einen bedeutenden Platz sichern und ihren guten Ruf weit über das

Berner Oberland ausdehnen. Die stetige Suche nach Verbesserungen, die Bereitschaft, sich den Herausforderungen der jeweiligen Zeit zu stellen, die nötigen Entwicklungen anzustossen und die Veränderungen anzugehen, gepaart mit dem grossen persönlichen Engagement der Mitarbeitenden und der Geschäftsleitung sehe ich als Schlüsselemente für den Erfolg der Psychiatrie der Spitäler fmi.

Das 40-jährige Jubiläum ist ein sichtbares Zeichen, das die langjährige Erfolgsgeschichte würdigt. Ich möchte allen ehemaligen und aktuellen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie allen ehemaligen und aktuellen Verantwortlichen für ihre Arbeit zum Wohle der Bevölkerung herzlich danken.

Ich wünsche der Psychiatrie der Spitäler fmi sowie allen angeschlossenen und beitragenden Leistungserbringern weiterhin viel Erfolg auf dem gemeinsamen Weg zu einer umfassenden, integrierten und adäquaten Gesundheitsversorgung im Kanton Bern.

Herzlichst Ihr

Pierre Alain Schnegg

Gesundheits-, Sozial- und Integrationsdirektor des Kantons Bern

Happy 40!



Tim Niemeyer

Sabrina Müller

Thomas Ihde

Die Psychiatrie der Spitäler fmi AG feiert ihren 40. Geburtstag! Ein guter Grund also, auf die Anfänge zurückzuschauen und die Entwicklung zu würdigen. Vor allem aber auch: 40 Jahre eines schon damals wegweisenden psychiatrischen Versorgungsmodells zu feiern.

Seit Anfang 2020 wird die Psychiatrie Spitäler fmi AG von einer 3er-Leitung geführt. Thomas Ihde ist seit 2007 als geschäftsführender Chefarzt erst der insgesamt dritte Chefarzt – nach Konrad Michel und Ueli Corrodi – der von vielen immer noch vertraut «PDI» (Psychiatrischer Dienst Interlaken) genannten Psychiatrie. Sabrina Müller als Chefspsychologin und Tim Niemeyer als Chefarzt ergänzen die Psychiatrieleitung, beide sind als «PDI»-Kinder seit vielen Jahren in Interlaken tätig. Zusammen kommt die Psychiatrieleitung somit auch schon auf zum Jubiläum passende 40 fmi-Dienstjahre.

Mit ihren unterdessen mehr als 140 Mitarbeitenden aus unterschiedlichen Disziplinen – von denen einige die Titelseite dieses Magazins zieren – ist die Psychiatrie stark gewachsen. Während Konrad Michel mehr oder weniger als Einmannbetrieb 1983 startete, übernahm Ueli Corrodi 1987 und baute in der Folge das Angebot aus. In den vergangenen 10 Jahren

verdoppelte die Psychiatrie die Mitarbeitendenzahl und bietet heute die gesamte Angebotspalette – ambulant, teilstationär und stationär – in der Erwachsenenpsychiatrie an. Vielfältige Innovationen haben den Ausbau begleitet, wie z. B. der erstmalige Einsatz von Peers oder die Implementierung von Open Dialogue, aber vor allem auch die fortwährende Entwicklung eines interdisziplinären und personenzentrierten Ansatzes als Kernstück unserer Haltung und Kultur.

Einen kleinen Einblick in das, was wir tun und wie wir denken, soll das vorliegende Heft ganz im Sinne einer Festschrift geben. Wir finden, wir können stolz sein. Stolz auf das, was unsere Mitarbeitenden tagtäglich für die psychische Gesundheit der Region leisten und auch stolz auf das, was die Psychiatrie der Spitäler fmi AG heute ist: ein wichtiger und erfolgreicher Bestandteil des Angebots der fmi AG. In diesem Sinne: Happy Birthday to us!

Impressum

Herausgeber: Spitäler Frutigen Meiringen Interlaken AG
Gestaltung/Fotos: Louis Pasquier, Sandro Hügli, clixxdesign
Druck: Sutter Druck AG, Grindelwald

Die Psychiatrie fmi ist für mich ...

40 Jahre
PSYCHIATRIE

... eine Erfolgsgeschichte! Sie ist professionell, menschlich, innovativ und wirtschaftlich. In der Psychiatrie arbeiten Menschen, die mit Energie und Engagement das tun, wovon sie begeistert sind. Das verdient grosse Anerkennung und Dank.

Prof. Dr. Robert Zaugg, Präsident Verwaltungsrat Spitäler fmi AG



... in allererster Linie unverzichtbar. Manchmal anspruchsvoll und nervenbelastend, oft spannend und überraschend, meist bunt und facettenreich, immer wertvoll und inspirierend. Extrem kooperativ, kollegial und unterstützend. Somatik ohne Psychiatrie ist für mich unvorstellbar, wieso sind «die» erst 40?

Dr. med. Heinz Schaad, Chefarzt Allgemeine Innere Medizin, Spital Interlaken



... eine vertrauensvolle Anlaufstation, die für die Arbeitgebenden in der Region, für Fragen zur psychischen Gesundheit, jederzeit verfügbar ist.

Marc A. Trauffer, Unternehmer, Hotelier und Musiker, Hofstetten bei Brienz



... eine grosse Unterstützung. Ich schätze es enorm, dass in der Psychiatrie der Spitäler fmi AG die Peer-Arbeit entstanden ist. So wurde eine wichtige Brücke geschaffen, nicht nur für die Patient:innen, sondern auch für die Angehörigen. Persönlich konnte ich besonders vom Open Dialogue profitieren.

Ursula Mattmann, Patientin



... als CEO ein wichtiger Brückenbauer. Mit offenen Ohren und tragenden Worten bauen sie für unsere Patientinnen und Patienten seit 40 Jahren stabile Brücken von der Schattenseite des Lebens zurück auf die Sonnenseite.

Dr. med. Daniela Wiest
CEO, Vorsitzende der Geschäftsleitung Spitäler fmi AG



... ein innovatives, tragfähiges und feinmaschiges Versorgungsnetz für unsere Patient:innen und ihre Angehörigen. Und dies an 365 Tagen rund um die Uhr. Ein solch bedarfsorientiertes, gut zugängliches Behandlungsangebot wird von der Bevölkerung und der Hausärzteschaft sehr geschätzt!

Dr. med. Corinne Sydler-Bertschi,
Hausärztin in Interlaken, Co-Präsidentin Verein Berner Haus- und Kinderärzt:innen VBHK



... enorm wertvoll. Wir betreuen materiell bedürftige Personen, die oft psychisch beeinträchtigt sind. Wir schätzen sehr, dass eure Fachleute die Klienten unterstützen, ihren Alltag und ihr Leben möglichst autonom zu gestalten. Aufgrund einer Herzoperation bin ich selbst in die Situation gekommen, dass mich ausgewiesene psychiatrische Fachleute der Psychiatrie des Spitals Interlaken unterstützt haben, mit psychischen existenziellen Ängsten umzugehen und wieder zur eigenen Mitte zu finden. Es ist ein grosses Privileg, dass es im Berner Oberland die Psychiatrie der Spitäler fmi AG gibt.

Markus Bieri, Leiter Regionaler Sozialdienst Frutigen



40 Jahre Psychiatrie fmi

... damals – Mai 1983

- 1 Chefarzt
- 1 Sekretärin
- 1 Standort
- **ambulantes Angebot** in Zusammenarbeit mit dem Spital

Berner Modell

1977 verabschiedete der Grosse Rat des Kantons Bern ein 10-Punkte Programm zur psychiatrischen Versorgung – das Berner Modell. Ein Eckpfeiler dabei war eine Stärkung der regionalen Versorgung mit der Etablierung von psychiatrischen Ambulatorien angegliedert an die damaligen Regionalspitäler in Biel, Burgdorf, Interlaken, Langenthal und Thun. Dies führte 1983 zur Gründung des psychiatrischen Stützpunktes in Interlaken.

WHO Modell

2021 veröffentlichte die WHO erstmals Leitlinien zur psychiatrischen Versorgung. Dabei forderte sie einerseits eine Integration der Psychiatrie in die reguläre medizinische Versorgung mit Ambulatorien und gemeindenahen Stationen als Teil der regionalen Spitalzentren. Andererseits empfahl sie einen Ansatz der Versorgung, der auf drei Säulen beruht: Personenzentrierung, Recoveryorientierung und dem psychiatrischen Grundsatz, dass Betroffene ihre Grundrechte möglichst vollumfänglich ausüben können. Die WHO zeichnete zudem Vorzeigemodelle aus, darunter explizit das in Interlaken umgesetzte Open-Dialogue Modell.

... heute – Mai 2023

- **143 Mitarbeitende** (93.1 Vollzeitbeschäftigte)
- **5 Standorte**
- **Kantonaler Versorgungsauftrag** mit Psychiatrischem Notfall 24/7
- Ambulantes, teilstationäres und stationäres Angebot: Ambulatorien in Interlaken und Frutigen, Alterspsychiatrie / Memory Clinic, Mobile Krisenbegleitung, Sozialberatung, Begegnungszentrum Lichtblick, Tagesklinik, PsychiatrieStation mit (Angaben pro Jahr):
 - 5'000 ambulante Fälle mit über 50'000 Kontakten zu Patientinnen und Patienten
 - 9'000 Pflergetage auf der PsychiatrieStation
 - 5'000 Pflergetage in der Tagesklinik

1986

Tageszentrum in Bönigen

1987

Psychiatrischer Notfalldienst

Damals innovatives und bis heute bestehendes Modell eines gemeinsamen Notfalldienstes der Institution und der niedergelassenen Psychiaterinnen und Psychiater

1988

Villa Beatrice in Unterseen mit Tagesklinik und Werkstätte

2012

Ambulatorium Frutigen

2014

Sozialpsychiatrisches Zentrum Café Lichtblick

2015

Innovationspreis der Schweizerischen Angehörigenvereinigung VASK

2019

PsychiatrieStation

2009

ADHS-Spezialsprechstunde

Erste nicht-universitäre Abklärungssprechstunde in der Schweiz, heute wie die Autismus- oder Migrationspezialsprechstunde integriert in die psychiatrische Regelversorgung

2012

Erste Peermitarbeiterin

2014

Erste Open-Dialogue-Weiterbildung mit nachfolgender Bildung des Krisen-Begleitungsteams und der zentralen Triage

2015

Familienpsychiatrisches Team zur Stützung von psychisch belasteten Eltern und ihrer Kinder mit jährlicher Tagungsreihe

2017

Memory-Clinic

Der Mensch muss wie Bambus mit dem Leben schwingen können

Steckbrief

Dr. med Thomas Ihde ist geschäftsführender Chefarzt und leitet seit 2007 die Psychiatrie der Spitäler fmi AG.

Er ist verheiratet, Vater eines 20-jährigen Sohnes und wohnt abwechselnd in Interlaken und in der Nähe von Edinburgh. Zur Psychiatrie fand er durch eine Arbeit, die er als Student der Kunstgeschichte über Künstler mit psychischen Problemen schrieb. Nebenberuflich ist Ihde Präsident der Stiftung Pro Mente Sana, die sich für die psychische Gesundheit in der Schweiz einsetzt.

verstauchen. Gleich verhält es sich mit unserer Psyche. Die Belastungssymptome sind eine Reaktion auf die veränderten Anforderungen, mit denen wir fortwährend konfrontiert sind. Die heutige Zeit zeichnet sich dadurch aus, dass der Mensch wie Bambus sein soll: Er muss mit den Wogen des Lebens mitschwingen können. Bisweilen kann dies dazu führen, dass der eine oder die andere zu hart schwingt und psychisch aus dem Gleichgewicht gerät.

Welche Fälle haben hauptsächlich zugenommen?

Wir verzeichnen eine starke Zunahme an Behandlungen von Menschen über 65 und vor allem auch über 80 Jahre. Dabei geht es mehrheitlich um Altersdepressionen und Abklärungen wegen Vergesslichkeit respektive Demenz. Vor 15 Jahren hatten wir noch viel weniger Personen, die wegen einer Altersdepression zu uns kamen. In einer Bergregion wie der unsrigen meldeten sich die Menschen damals seltener bei einem Psychiater, als dies im Unterland der Fall war.

«Wir haben uns zu kommunikativen Spitzensportlern entwickelt.»

Eine grosse Veränderung sehen wir auch bei den jungen Erwachsenen, die durch Schulübergänge und den Wechsel von der Schule in die Berufswelt stärker gefordert sind.

Wie haben Sie in Interlaken auf die explodierte Nachfrage nach psychischen Behandlungen reagiert?

Wir haben unser Angebot massiv ausgebaut. Heute sind wir zehnmals grösser als noch vor 15 Jahren. Teilweise hat der Anstieg aber damit zu tun, dass wir in Interlaken einen Nachholbedarf gegenüber den anderen Regionalspitälern in Thun, Burgdorf oder Langenthal hatten. Bei uns im ländlichen Raum kommt hinzu, dass die Rekrutierung von Ärztinnen und Ärzten sowie Therapeutinnen und Therapeuten nicht einfach ist.

Wir mussten uns deshalb überlegen, wie wir die vorhandenen Talente nutzen können, um die Versorgung der Bevölkerung zu gewährleisten. Wir haben als eine der ersten Institutionen stark auf eine interdisziplinäre Zusammenarbeit gesetzt. Heute ist der Einbezug von Fachleuten aus verschiedenen medizinischen,

Die Spitäler fmi AG hat das Angebot in der Psychiatrie über die Jahre massiv ausgebaut. Dennoch übersteigt die Nachfrage die vorhandenen Ressourcen. Für Thomas Ihde, geschäftsführender Chefarzt Psychiatrie, liegt ein Hauptgrund darin, dass wir Menschen heute täglich kognitive Höchstleistungen erbringen.

Text: Daniel Göring Foto: Louis Pasquier

Immer mehr Fachleute schlagen Alarm und sprechen von einer Versorgungskrise in der Psychiatrie. Wie sieht die Lage im Berner Oberland aus? Sind Sie im Spital Interlaken auch alarmiert?

Thomas Ihde: Die Situation ist herausfordernd. Wir haben einen Versorgungsauftrag für die Region, das heisst, wenn sich jemand mit einem psychischen Leiden bei uns meldet, können wir die Person nicht an eine andere Stelle weiterweisen, sondern müssen sie annehmen. Zudem gibt es im Gegensatz zu den Städten wie Bern oder Thun in der Region nur wenige psychiatrische oder psychotherapeutische Praxen. Wir sind hier gewissermassen «Alleinversorger». Wir müssen uns immer wieder überlegen, wie wir mit den

begrenzten personellen Ressourcen die Region angemessen versorgen können. Da braucht es auch mal unkonventionelle Lösungen.

Haben Sie ein Beispiel dafür?

Wir haben ein Modell aus Finnland importiert. Es nennt sich «Open Dialogue» und greift sehr früh. Wir gehen zum Patienten oder zur Patientin nach Hause und stärken gezielt die Familie, denn sie ist es, die rund um die Uhr mit der betroffenen Person zusammenlebt. Wenn es gelingt, die Familie zu festigen, kann dies dazu führen, dass sich die Situation einer betroffenen Person bald stabilisiert. So lässt sich auf einfache Weise ein grosser Effekt erzielen.

Was sind die Gründe für den starken Anstieg der psychischen Behandlungen?

Es gibt mehrere Gründe. Zuerst ein positiver: Die Stigmatisierung von psychischen Erkrankungen in unserer Gesellschaft hat abgenommen, die Menschen und insbesondere die Jungen reden heute offener über psychische Belastungen. Dann melden sich die Leute heute früher bei uns, wenn sie psychische Probleme haben. Das ist erfreulich.

Zudem hat sich die Welt verändert. Unsere psychischen Funktionen sind im Alltag wichtiger geworden. Wir kommunizieren häufiger, werden mit Reizen überflutet, müssen andauernd aussortieren, was unwichtig ist. Wir haben uns zu kommunikativen und kognitiven Spitzensportlern entwickelt. Die Folge ist, dass wir psychisch anfälliger geworden sind.

Heisst das, unsere Gesellschaft ist psychisch kränker als früher?

Nein, das würde ich nicht sagen. Wenn jemand anfängt, Marathon zu laufen, wird die Person fast zwangsläufig mehr Muskel- und Gelenkschmerzen haben. Oder sich bei einem Misstritt das Bein



Bambus reagiert elastisch auf äussere Einflüsse

therapeutischen und sozialen Bereichen unsere absolute Stärke. Dadurch lässt sich die Last auf mehrere Schultern verteilen.

Wenn die Kalender der Fachleute überquellen, bleibt weniger Zeit für die Patientinnen und Patienten. Darunter leidet doch die Qualität der Behandlungen?

Es ist leider eine Realität, dass wir nicht über die notwendigen personellen Ressourcen verfügen, um die Behandlungen so anbieten zu können, wie die jeweiligen Fachgesellschaften es vorschlagen. Um dem Mangel entgegenzuwirken, arbeiten wir unter anderem mit einem Modell der Weltgesundheitsorganisation. Anstatt einer klassischen Behandlung, bei der ich versuche, die Krankheitszeichen mit Therapie und Medikamenten anzugehen, schaue ich, wie sich die Selbstwirksamkeit maximal aktivieren lässt. Die Patientinnen und Patienten lernen so, möglichst gut mit ihren Symptomen umzugehen.

Die Prävention gewinnt in der Medizin immer mehr an Bedeutung. Wie fördern Sie die Prävention?

Wir legen seit Jahren grosses Gewicht auf die Prävention. In den Schulen begannen wir vor 15 Jahren mit Projekten, um die Jugendlichen zu sensibilisieren. Wir führen auch regelmässig Anlässe für Arbeitgebende durch und bieten in der Region psychische Nothelferkurse an. Künftig wollen wir einen Schritt weitergehen

und einen Schwerpunkt darauf legen, soziale Partner zu befähigen, die Menschen psychisch gut zu begleiten. Ich denke etwa an Mitarbeitende von Arbeitsvermittlungszentren, Junioren-Fussballtrainer usw.

Wagen Sie einen Ausblick: Wie wird die Psychiatrie in 40 Jahren aussehen?

Vieles von dem, was wir in der Psychiatrie heute tun, wird in 40 Jahren Teil der sozialen und gesundheitlichen Grundversorgung sein. Bei den Hausärztinnen und Hausärzten machen die psychischen Themen bereits heute 40 Prozent der Behandlungen aus. Es wird künftig Spezialistinnen und Spezialisten für psychische Grundversorgung im sozialen Bereich, im Bildungs- und im Gesundheitswesen geben.

Kommen wir zum Menschen selbst: Wie kann ich meiner eigenen Psyche Gutes zu tun?

Auf vielfältige Weise. Sie können zum Beispiel den Ausgleich in der Natur suchen und vor allem Beziehungen pflegen. Sie sind es, die uns psychisch gesund erhalten. Gerade in der heutigen Zeit, in der wir alle enorm viel kommunizieren – aber nur kurz und knapp – sind echte Beziehungen und tiefgehende Begegnungen

«Vieles von dem, was wir heute in der Psychiatrie tun, wird in 40 Jahren Teil der Grundversorgung sein.»

noch wichtiger geworden. Wir müssen uns aber auch mehr Zeit zur Erholung nehmen, um die Batterien wieder richtig laden zu können.

Und was tut Thomas Ihde, um sich psychisch in der Balance zu halten?

Auch ganz viel! Ich leite jedes Jahr ein Wüstentrekking. Es macht viel Freude, anderen Menschen etwas Wunderschönes zu zeigen, doch ich unternehme die Trekkings auch für mich selbst. Einmal jährlich eine geschützte Zeit haben, in der Wüste bei mir sein – das ist meine effizienteste Art, um aufzutanken. Ich schaffe mir aber auch das Jahr hindurch immer wieder meine persönlichen Inseln, marschiere regelmässig auf den Harder oder gehe im Winter im Thunersee schwimmen. Und gute Freundschaften zu pflegen, ist mir enorm wichtig.



Die «wandelnde Hoffnungsträgerin»

Vor drei Jahren war Heike Wismer Patientin auf der PsychiatrieStation im Spital Interlaken. Durch die damalige Lebenskrise fand sie eine neue Berufung. Heute steht sie selbst als Genesungsbegleiterin Menschen mit einer psychischen Erkrankung bei.

Text: Daniel Göring Foto: Louis Pasquier



Es ist ein lauer Frühlingmorgen, die Sonne taucht die Berggipfel südlich von Interlaken in ein goldenes Licht. Heike Wismer hat im Halbschatten auf der Terrasse der PsychiatrieStation Platz genommen, im Hintergrund bimmeln Glocken der weidenden Kühe. Eine beschauliche Atmosphäre. «Was damals geschah, ist das Beste, was mir passieren konnte», sagt Heike Wismer in die Ruhe des Moments hinein.

Die gestandene Frau spricht von einem der dunkelsten Tage in ihrem Leben. Ihre Psyche war kollabiert. Unter der Last der Depression, hervorgerufen durch eine Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung, kurz ADHS. Im Sommer 2020 kam sie auf die PsychiatrieStation des Spitals Interlaken. «Ich war ganz unten und wusste, dass es so nicht weitergehen konnte.» Sie musste sich im Leben neu ausrichten, hatte aber keine Ahnung wie.



Steckbrief

Heike Wismer ist 62-jährig und verwitwet, hat zwei erwachsene Söhne und ein Enkelkind, das sie regelmässig hütet. Die Familie ist ihr eine wichtige Stütze im Leben. Sie wohnt in Schwanden bei Brienz. In Ihrer Freizeit wandert sie gerne und widmet sich verschiedenen Handarbeiten. Im Zusammenhang mit ihrer Tätigkeit als Genesungsbegleiterin nimmt Heike Wismer regelmässig an Online-Peer-Stammtischen in der Schweiz und Deutschland teil.

einen Ausbildungsplatz hingegen nicht. «Es wollte einfach keine Türe aufgehen.» Aufgeben kam für die resolute Frau aber nicht in Frage. Zu stark war ihr Wille nach der beruflichen Veränderung.

«Die Arbeit als Genesungsbegleiterin erschien mir wie ein Lichtstreifen am Horizont.»

Ein Dreivierteljahr später öffnete sich das Tor fast wie von selbst. Heike Wismer stiess auf einen Lehrgang einer Organisation auf der deutschen Seite des Bodensees. Er dauerte zwölf Monate und beinhaltete zwei mehrwöchige Praktika. Den zweiten Einsatz konnte sie auf der PsychiatrieStation in Interlaken absolvieren. Mit glänzenden Augen erinnert sie sich daran, wie ihr eines Morgens eine Pflegefachfrau die entscheidende Frage stellte: «Willst du nicht bei uns bleiben?» Noch vor Ende des Praktikums hatte Heike Wismer den Arbeitsvertrag im Sack, und am 1. Februar 2023 hat sie ihren Job als Peer mit einem Pensum von 50 Prozent angetreten.

Ein offenes Ohr haben

Ihren Arbeitstag erlebt Heike Wismer als vielfältig und bereichernd. Sie leitet eine Recoverygruppe, in der Patientinnen und Patienten über alles reden können, von Hoffnungen bis zu Herausforderungen, von Urlaube bis zu Unsicherheiten. Zudem betreut sie die Backgruppe, geht mit den Patientinnen und Patienten die Zutaten einkaufen und steht ihnen zur Seite, damit Brötchen und Guetzi am Schluss munden.

Daneben ist Heike Wismer regelmässig im Haus unterwegs, sucht den Kontakt zu Patientinnen und Patienten, ist offen für Gespräche oder hört einfach mal zu. «Ich will für die Leute da sein.» Sie beschreibt sich denn auch als «wandelnde Hoffnungsträgerin», die Mut macht, Anteil nimmt und vor allem versteht. «Ich weiss, wovon die Patientinnen und Patienten reden. Sie müssen mir nicht gross erklären, wie es ihnen gerade geht.»

Reden entlastet uns Menschen, besonders wenn uns psychische Belastungen drücken. Doch manchmal braucht es nicht einmal Worte, um etwas zu bewirken. Heike Wismer erzählt von der Begegnung mit einer

Patientin. Sie sass wie jetzt auf der Terrasse der PsychiatrieStation, als die Frau zu ihr hintrat und sagte: «Schön, dass Sie da sind.» Die Genesungsbegleiterin fragte sie verduzt, warum dem so sei. Ihre Antwort spricht Bände. «Sie geben mir Hoffnung. Ich sehe, dass ein Leben nach der psychischen Erkrankung auf mich wartet.»



Genesungsbegleitung

Genesungsbegleiterinnen und -begleiter (auch Peers genannt) sind Menschen, die eine psychische Erkrankung durchgemacht haben und mit ihren Erfahrungen andere psychisch Kranke im Gesundungsprozess unterstützen. In der Ausbildung lernen sie, gestützt auf ihre Erlebnisse und Ressourcen mit Einzelpersonen und Gruppen zu arbeiten oder ihre Fähigkeiten bei der Organisationsentwicklung, in die Forschung oder die Aus- und Weiterbildung einzubringen. Die Ausbildung beinhaltet mehrere Tage dauernde Module und auch Praktika. Voraussetzung für eine Tätigkeit als Peer ist neben der Ausbildung eine angemessene psychische Stabilität.

Der schnelle Plan lässt sich nur langsam verwirklichen

Das änderte sich bald. Sie lernte eine Genesungsbegleiterin kennen, eine sogenannte Peer. Heike Wismer hatte noch nie von der Berufsbezeichnung gehört und begann die Frau mit Fragen zu löchern, wollte alles von ihr wissen. «Bei mir hatte es Klick gemacht. Ich spürte, das ist es, was ich will.» Eine Rückkehr in ihren hektischen Job, an die Kasse einer Grosshandelsfirma, konnte sich Heike Wismer nicht mehr vorstellen. «Die Arbeit als Peer erschien mir wie ein Lichtstreifen am Horizont. Ich sah die Chance, mit 60 Jahren nochmals etwas Neues anzufangen.»

So schnell, wie der Plan gefasst war, liess er sich aber nicht verwirklichen. Voller Tatendrang aus der PsychiatrieStation nach Hause zurückgekehrt, begann Heike Wismer, das Internet zu durchforsten. Informationen über die Aufgaben von Peers fand sie seitenweise,



Interdisziplinäre Zusammenarbeit: eine Karte, die sticht

Die Spitäler fmi AG setzt in der Psychiatrie seit langem auf die Karte der interdisziplinären Zusammenarbeit. Psychiater, Sozialarbeiterinnen, Genesungsbegleiter und Pflegefachleute arbeiten Hand in Hand. Apropos Karte: Beim neusten interdisziplinären Projekt geht es um eine solche und den passenden Umgang mit Menschen, die an einer Demenz leiden.

Text: Daniel Göring Foto: Sandro Hügli Grafik: Louis Pasquier



Die Karte ist 10 mal 15 Zentimeter gross und zeigt vor einem sattgrünen Hintergrund den Kopf eines Strichfigürchens mit wechselnden Gesichtsausdrücken. Sie reichen von Unsicherheit über Angst bis zu Aggressivität. Darüber steht als Titel «Demenz hat viele Gesichter.»

Wer die Karte umdreht, erhält vom Figürchen unter der Überschrift «So verhältst du dich passend» Tipps wie «ruhig bleiben», «klar und einfach sprechen» oder «Orientierung geben».

Dorothea Simmler nimmt die Karte in die Hand. Die Psychiatriepflegefachfrau, die sich auf den Bereich Alter und Demenz spezialisiert hat, ist zufrieden mit der Aufmachung. «Ich finde die Karte cool. Sie ist simpel und stellt die Schwierigkeiten im Umgang mit demen-ten Menschen, welche häufig die zwischenmenschlichen Beziehungen betreffen, verständlich dar.»

Mitarbeitende sensibilisieren

Die Karte ist das Produkt der Expertengruppe Demenz der Spitäler fmi AG. Sie soll Mitarbeitenden ohne

Dorothea Simmler (2. v. l.) und ihre Kolleginnen und Kollegen der Demenzgruppe haben die Karte zusammen entwickelt.



medizinische Ausbildung helfen, adäquat mit Patientinnen und Patienten sowie Bewohnerinnen und Bewohnern umzugehen, die an einer Demenz leiden. Im Fokus steht das Personal der Restauration und der Reinigungsdienste, wie Dorothea Simmler erklärt. Doch in einem Spital oder einem Seniorenzentrum können auch IT-Fachleute oder Verwaltungsmitarbeitende plötzlich vor einer verwirrten Person stehen. Und allenfalls mit der Situation komplett überfordert sein.

Deshalb will die Expertengruppe Demenz die nicht-medizinischen Mitarbeitenden in anderthalbstündigen Schulungen für die Besonderheiten und Herausforderungen im Umgang mit an einer Demenz erkrankten Menschen sensibilisieren. Am Schluss erhalten sie die Karte als «Bhaltis», wie es Simmler formuliert. Sie dient als Gedächtnisstütze, damit sich die Mitarbeitenden später im Alltag daran erinnern, was sie im Kurs gelernt haben. «Menschen mit einer Demenz haben Mühe mit Veränderungen. Deshalb ist es wichtig, dass alle Personen, die mit ihnen zu tun haben, sich «passend» verhalten, betont die Psychiatriepflegefachfrau.

Medizinische und soziale Fragen klären

Die Expertengruppe Demenz ist vor zwei Jahren entstanden. Auslöser war der Umstand, dass die Menschen in unserer Gesellschaft immer älter und damit verbunden auch die Fälle von Demenz zunehmen werden. «Wir werden künftig im Alltag verstärkt mit Fragen rund um Demenz konfrontiert sein. Deshalb

braucht es jede unterstützende Hand.», sagt Simmler. Die Expertengruppe soll mit helfen, Antworten darauf zu finden. Sie ist interdisziplinär zusammengesetzt. Neben Dorothea Simmler gehören ihr der Leiter der Sozialberatung, eine Heimleiterin, eine Pflegefachfrau aus der Geriatrie sowie ein Neuropsychologe an. Ärztinnen und Ärzte zieht das Gremium bei Bedarf bei.

«Interdisziplinarität ist bei den meisten Behandlungen der Schlüssel zum Erfolg.»

Die Zusammensetzung der Gruppe ist nicht nur ein Abbild dafür, wie die Fachbereiche der fmi-Spitäler vielschichtige Themen angehen, sondern auch Ausdruck davon, wie die Zusammenarbeit je länger je mehr funktioniert: über die Grenzen des eigenen «Gärtchens» hinweg. «Interdisziplinarität ist bei den meisten Behandlungen der eigentliche Schlüssel zum Erfolg», zeigt sich Dorothea Simmler begeistert. So würden nicht nur medizinische Fragen geklärt, sondern auch die sozialen. «Wenn wir Betroffenen und ihren Angehörigen während eines Spitalaufenthalts die Angst und Anspannung nehmen können, ist das ein Riesen-Gewinn und erhöht die Chance auf eine Genesung.» Es sind Aussagen, die zeigen, dass die verschiedenen Fachbereiche in der Psychiatrie in Interlaken und Frutigen bei den Behandlungen seit langem auf eine Karte setzen: das Miteinander zum Wohl der Patientinnen und Patienten.

Spitäler fmi AG

Psychiatrie
Spitalweg 3
CH-3800 Unterseen

T +41 33 826 23 21
psychiatrie@spitalfmi.ch
www.spitalfmi.ch