



Urs Gehrig, Präsident Spitex Niesen, Susanna Zurbrügg, Geschäftsleiterin, Dr. med. Tim Niemeyer, Stellvertretender Chefarzt Psychiatrische Dienste Spitäler fmi AG (v.l.).

BILD URSULA HARI

«Fliehen, angreifen oder tot stellen»

FRUTIGLAND An der Hauptversammlung der Spitex Niesen referierte Dr. med. Tim Niemeyer über psychische Gesundheit am Arbeitsplatz und zeigte Möglichkeiten im Umgang mit Stress auf.

URSULA HARI

Geschäftsführerin Susanna Zurbrügg informierte über die Tätigkeiten der Spitex Niesen. Nach den vielen Veränderungen in den letzten Jahren, welche insbesondere das Sparpaket mit sich brachte, war in diesem Jahr im Spitex-Alltag mehr Stabilität spürbar. Die Psychiatrie-Spitex Oberland «NOI» ist ein Angebot der Spitex Niesen, Oberhasli, oberer Brienzensee und Interlaken. Sie nahm am 1. Juni 2015 den Betrieb auf, das Angebot wird sehr häufig genutzt. In enger Zusammenarbeit mit den Psychiatrischen Diensten Frutigen übernehmen die Psychiatriefachpersonen eine wichtige Aufgabe in der ambulanten Versorgung psychisch kranker Menschen. Die Spitex sei aber auch gefordert. So müsse sie auf dem Markt konkurrenzfähig sein.

Private Anbieter wollen Ausschreibung

Eine neue Herausforderung besteht in der Forderung privater Anbieter, dass Aufträge für die Versorgung Pflegebedürftiger öffentlich ausgeschrieben werden müssen. Aktuell hat der Kanton einen Leistungsvertrag mit der öffentli-

chen Spitex, welcher auch die Versorgungspflicht beinhaltet. Die Restfinanzierung der Pflege übernimmt der Kanton. Fachleute sind sich nicht einig, ob private Anbieter überhaupt in der Lage sind, die Versorgungspflicht zu übernehmen. Der Kanton Bern will diese Forderung überprüfen.

Präsident Urs Gehrig kann das vergangene Jahr mit einem guten Gefühl abschliessen: «Die Arbeit wird geschätzt. Die Spitex Niesen hat es geschafft, nebst den gesunden Finanzen auch eine Kultur des Vertrauens und der Verbundenheit zwischen den Mitarbeitenden zu schaffen», erläutert Gehrig. Die Spitex-Frauen und -Männer haben im letzten Jahr 68 164 Einsätze geleistet, wofür sich der Präsident ausdrücklich bedankt.

Beschleunigte Arbeitswelt

Dr. med. Tim Niemeyer ist stellvertretender Chefarzt Psychiatrische Dienste der Spitäler fmi AG. Er informiert die 40 Anwesenden an der HV über Bedingungen für psychische Gesundheit am Arbeitsplatz. Die Arbeit ist ein wichtiger Teil unseres Lebens. Per Gesetz ist der Arbeitgeber verpflichtet, dafür zu sorgen, dass es seinen Angestellten bei der Arbeit gut geht. Die Erwerbswelt hat sich allerdings beschleunigt, es werden Transparenz, Optimierung, Vergleichbarkeit und Leistungsnachweise gefordert. Die Informationsdichte ist enorm gewachsen und es

ist Flexibilität gefordert, um mit den rasanten Änderungen mitzuhalten. Diese Situation kann bei den Arbeitenden zu Stress führen.

Psychische Gesundheit am Arbeitsplatz

Nach Dr. Niemeyer gibt es drei mögliche Stressreaktionen: fliehen, angreifen oder sich tot stellen. Stress sei nicht positiv oder negativ. In einem guten Mass fördere er die Leistungsfähigkeit, zu wenig Stress führe zu Unterforderung und Langeweile. Die Kunst sei es, den Stresspegel in einem gesunden Rahmen zu halten. Denn chronischer Stress wirke längerfristig schädigend. Mitarbeiter, die unterstützt werden, seien bereit, sich einzusetzen. Gesunde Arbeitnehmer werden durch gute Leistungen motiviert. Andererseits sei es auch wichtig, Lustlosigkeit, Müdigkeit usw. anzusprechen. Früherkennung und Behandlung sind bei psychischen Krankheiten wichtig. Krank ist man, wenn anhaltender Leistungsdruck besteht. Ab zwei Wochen sollte man sich bei einem Arzt melden.

Eine Betriebskultur von Vertrauen, Ehrlichkeit, Toleranz und Fairness fördere die Gesundheit am Arbeitsplatz. Der Beruf müsse aber auch den persönlichen Fähigkeiten entsprechen. Wichtig sei eine gesunde Abgrenzung. In der Freizeit sollte darauf geachtet werden, dass man die Bereiche, die im Beruf zu kurz kommen, pflegt.