

Erfahrungsberichte von Klientinnen

Das Gefühl, ernst genommen zu werden

Ich bin diplomierte Pflegefachfrau und arbeite in einem 70-Prozent-Pensum: 40 Prozent am Pflegebett auf einer gerontopsychiatrischen Abteilung mit schwer pflegebedürftigen Bewohnern und 30 Prozent als Ausbildungsverantwortliche. Mein Fall begann im November 2003: Ich hatte dreimal hintereinander «Hexenschuss». Nach dem dritten Mal hat mich mein Hausarzt von meiner Tätigkeit am Pflegebett krankgeschrieben und mich zu einem Spezialisten überwiesen. Durch meinen Krankheitsfall war ich sehr entmutigt und nahe an einem Nervenzusammenbruch. Es kommt ja in einem solchen Fall alles zusammen: Privates, Berufliches und Finanzielles. Es war unklar, welche Arbeiten ich körperlich noch machen konnte; ich wusste nicht, wie das Team und der Arbeitgeber reagieren würden. Die Versicherungen fanden eine Antragsverletzung und wollten nicht bezahlen. Durch den Spezialarzt wurde ich in die Universitätsklinik Zürich überwiesen. Von Februar bis

¹ Die Betreuung innerhalb des arbeitsbezogenen Rehabilitationsprogramms erfolgt durch eine Case-Managerin, die bei Bedarf die KlientInnen auch nach Programmende weiterbetreut.

Juli 2004 nahm ich dort an einem arbeitsbezogenen Rehabilitationsprogramm teil. Das Ziel war, meine körperlichen Fähigkeiten zu steigern und mich wieder, soweit als möglich, in den Berufsalltag einzugliedern. Gleich zu Beginn wurde ich von meiner Case-Managerin¹ begrüsst und in die Abläufe eingeführt. Ich bin ein organisierter Mensch, und es war mir sehr wichtig, dass ich die Therapie nach meinen Kindern richten konnte. Für mich war dieses Programm etwas Revolutionäres: So viel Zeit und Aufmerksamkeit zu erhalten, so ein vielfältiges Angebot zu haben (Muskeltraining, Ausdauer, Wassergymnastik, Gruppengespräche, psychologische und soziale Betreuung...). Obwohl vielfach davon gehört, hatte ich das Ganzheitliche, das heisst körperliche und psychische Belange wirklich als Ganzes einbezogen, noch nie persönlich erlebt.

Die Case-Managerin löste für mich ein paar knifflige Probleme: Meine Angst, nicht alles unter einen Hut zu bringen (sprich: drei Nachmittage pro Woche Therapie, die Kinder und meine 30-prozentige Arbeit). Wer übernimmt die Therapiekosten? Wer kümmert sich darum, dass die Arztberichte und Anträge richtig zu den Versicherungen gelangen? Die Case-Managerin erkundigte sich immer, wie es mir ging, und hörte mir zu. Eine einbezogene Psychologin minderte meine Angst und mei-

nen Stress, sie half mir in drei Sitzungen, wieder klar zu sehen. Die Sozialarbeiterin konnte mir bei meinem Versicherungswirrwarr helfen. Nicht nur «helfen» war im Vordergrund, speziell wichtig war es der Case-Managerin, meine Freude am Beruf aufrechtzuerhalten. Als klar wurde, dass ich aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr in die Pflege zurück kann, unterstützte sie mich in der Suche nach einer anderen Ausrichtung. Sie hat mit mir Stellenanzeigen studiert, um mir zu zeigen, was alles auf mein Profil passt. Sie hat mit mir Bürostühle getestet...

Ungewohnt war für mich, dass jede Stelle in der Rehabilitation mit der anderen verknüpft war. Ohne dass ich etwas sagen musste, wussten «alle» Rehabilitationsteam-Mitglieder von meinen Problemen. Obwohl man mich darüber informiert hatte, war dies etwas komisch. Das Gefühl jedoch, ernst genommen zu werden, hat sich über die ganze Therapiezeit hingezogen, und auch heute noch steht mir meine Case-Managerin, man könnte sagen wie eine Freundin, zur Seite.

Autorin:
Pia Bianco

Erfahrungsberichte von Klientinnen

Sie begleitet mich auf meinem Weg

Kurz vor meinem Klinikaustritt erhielt ich von der klinikinternen Sozialarbeiterin die Adresse der Koordinations- und Beratungsstelle der Integrierten Psychiatrie Winterthur. Zu diesem Zeitpunkt stand für mich vieles offen, so hatte ich keine Wohnung und keine Arbeitsstelle. Ich stand vor einer grossen Ungewissheit und kurz vor meinem 18. Geburtstag.

Mit zehn Jahren bin ich mit meiner Familie in die Schweiz geflüchtet und musste auf radikale Weise mein Land verlassen, es herrschte Krieg dort. Mit dieser Erfahrung musste ich sehr schnell lernen, in meinem Leben alleine klar zu kommen.

Bei meinem ersten Gespräch bei der Koordinations- und Beratungsstelle wurde meine Situation geprüft. Das Resultat lautete, dass ein Case Management angebracht sei.

Meine Case-Managerin schaute mit mir genau meine Bedürfnisse und die unmittelbaren Ziele an. Sie gab mir die Informationen über einen möglichen Arbeitsplatz in einem geschützten Rahmen. Eine Wohnung fand ich selber, jedoch fehlten mir die finanziellen Möglichkeiten, diese einzurichten. Durch Anträge bei Fonds und Stiftungen konnte mir die Case-Managerin die Wohnungseinrichtung ermöglichen. Durch das Fitnessabo, das ebenso dank der Anträge zustande kam, schaffte ich es, meine langjährigen Essstörungen

zu bewältigen.

Die Case-Managerin begleitete mich auf dem Weg, eine durch die IV finanziell unterstützte Lehrstelle zu finden. Sie war an Gesprächen mit dem IV-Berufsberater und dem zukünftigen Ausbildungsplatz dabei. Ende Sommer konnte ich meine Lehre als Fotofachangestellte anfangen. Durch meine neu gewonnene Lebensqualität geht es mir auch psychisch um vieles besser. Die Case-Managerin begleitet mich weiterhin, um mich zu stützen und meine Stabilität zu erhalten.

Autorin:
M. R. (Name der Redaktion bekannt)

Erfahrungsberichte von Klientinnen

Genau hinschauen und überlegen, was noch geht

Als mobile Floristin war ich vor dem Unfall bereits morgens um fünf oder halb sechs auf dem Engros-Blumenmarkt in Kaufstimmung. Heute sind die Anforderungen meines Berufs kaum mehr zu erfüllen. Ich versuche es immer wieder neu. Das Ergebnis ist jedoch traurig, denn die Muskeln verhärten sich und das ganze Nervensystem legt mich lahm. Die Behinderungen durch das Schleudertrauma verbauen mir die Zukunft. Ich erfahre die Einschränkungen im Arbeitsalltag viel schlimmer als privat. Ich reiste beruflich für Engagements nach Deutschland, Österreich und Italien. Mein Erfolg machte mich unabhängig, meine Ideen fanden Raum und das Geld reichte zum Experimentieren. Jetzt brauche ich Hilfe in allen Lebenslagen. Mein soziales Umfeld ist glücklicherweise gross und privat ist somit vieles abgedeckt. Beruflich stehe ich jedoch ziemlich im Schilf.

Mit den Mannen von Rehafirst¹ versuche ich, wieder eine Fernsicht zu erhalten. Alleine ist dies gar

nicht möglich, denn die Schmerzen hindern mich, selber aktiv vorzugehen. Ich bin heute schnell überfordert.

Soziales Umfeld, Heilmassnahmen und Beruf sind die Themen, welche im Case Management besprochen werden und wo wir konkrete Massnahmen ergreifen. Das Case Management in Sachen Therapien ist für mich wichtig: In den ersten vier Monaten liess ich alle Therapien über mich ergehen, da ich keine Erfahrungen damit hatte. Auf bis zu neun Termine brachte ich es in der Woche, nebst den verschriebenen Übungen und den Thermalbadbesuchen. Nach meinem Klinikaufenthalt hatte ich schlechtere Werte als vor der Kur!

Rehafirst setzt nun eine Therapeutin ein, welche auf mich eingeht und die Therapien koordiniert. Die Therapien werden massvoll verschrieben und mit einer Erfolgskurve bewertet.

In beruflicher Hinsicht kümmert sich ein Betriebswirtschaftler um mich. Seine grosse Stärke ist sein Einfühlungsvermögen in meinen Schaffensalltag. Da ich viele Aufträge nicht mehr umsetzen kann, formuliert er Lösungen für meinen Einfrau-Betrieb. Er zwingt mich, genau hinzuschauen und zu überlegen, was realistischerweise noch geht. Er schützt mich davor, dass ich ein weiteres Mal zusammenbreche. Ich muss dabei vieles loslassen: Liebhaberaufträge muss ich übergeben, ich muss

aufhören, immer für die Kunden erreichbar zu sein, und ich muss als Hilfe mehr Leute einbeziehen.

Sonderbar beim Case Management ist, dass ich nichts verstecken kann, dass «sie» ihre Fühler überall hin ausstrecken. Dies ist mir fremd, weil ich bisher alles selber gemacht habe. Case Management bedeutet für mich aber auch, Hilfe bei ganz banalen Problemen zu erhalten. Das Auto funktioniert noch immer nicht richtig – der Case-Manager nimmt mit der Garage Kontakt auf.

Ich war so viele Jahre eine «Einfrau-Show», dass es mich wurmt, Probleme und normale Situationen nicht mehr selbstständig angehen zu können. Hier liegt auch die Diskrepanz zwischen angenehmer Hilfe und eigenständigem Denken und Handeln. Ich werde aber auch unter Druck gesetzt, denn die Entscheidung liegt in jedem der bearbeiteten Themen bei mir. Dies ist vor allem ungemein schwierig, wenn es um mein Geschäft geht. Die Ideen für mein Geschäft vom Case-Manager sind sehr gut – ich finde sie aber auch gewagt; es ist nicht mehr meine Philosophie, wo ich die alles tragende Person war, mitsamt meiner Lebenshaltung und mit meinen Plänen.

Autorin:

N. T. (Name der Redaktion bekannt)

¹ Die Rehafirst AG engagiert sich für Invaliditätsvermeidung und aktive Reintegration. Sie arbeitet sowohl für Einzelpersonen mit gesundheitlichen Problemen als auch für Unternehmungen, die ihre Mitarbeitenden im Falle von Krankheit und Unfall aktiv unterstützen möchten.