

Zeitschrift:	Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau
Herausgeber:	Spitex Verband Kanton Zürich
Band:	- (2009)
Heft:	4: Ach, du liebe Zeit
Artikel:	Du liebe Zeit
Autor:	Lanzicher, Christa / King, Sarah / Jäger, Helen
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-822168

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 13.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Du liebe Zeit

Man kann schneller Autos produzieren, aber nicht schneller pflegen, hieß es kürzlich in einem Kongressbericht. Zeit ist zweifellos auch in der Spitex immer häufiger ein Thema und beschäftigt in der einen oder andern Form alle, die in diesem Bereich tätig sind. Wir wollten es genauer wissen und haben fünf Spitex-Mitarbeitenden je vier Fragen gestellt: Was beschäftigt Sie beim Thema Zeit beruflich oder privat am meisten? In welchen konkreten Situationen möchten Sie mehr Zeit haben? Wo könnte man aus Ihrer Sicht Zeit «sparen»? Ihr wichtigster Rat im Umgang mit Zeit? Nachfolgend die Antworten der fünf Befragten. Und eine Reihe weiterer anregender Artikel zu diesem wichtigen, aber unerschöpflichen Thema unserer Zeit.

Sich selber gegenüber wachsam bleiben



Die dipl. Pflegefachfrau Maja Lehmann (35) ist seit einem halben Jahr bei der Spitez Egnach (TG) tätig. Vorher arbeitete sie in einem Akutspital:

«Beim Thema Zeit beschäftigt mich vor allem das Setzen von Prioritäten: Wie investiere ich meine Zeit beruflich und privat? Dabei bin ich froh, dass mir meine Teilzeitstelle ermöglicht, genügend Zeit in Beziehungen zu investieren: Jugendarbeit, Seelsorge, Musikteam.

Mehr Zeit zu haben für Gespräche und den zwischenmenschlichen Kontakt mit Klientinnen und Klienten, das wäre schön. Einmal auch etwas machen, was vielleicht nicht direkt zum eigentlichen Auftrag gehört. Bedarf und Bedürfnisse der Kundschaft decken sich oft nicht, und die Krankenversicherungen setzen uns Limiten.

Alles, was ausserhalb des Planes geschieht, hat Stresspotenzial. Wir haben meist keine Zeitreserve. Wir arbeiten zügig, speditiv. Schneller geht es nicht mehr. Wenn überhaupt Zeit gespart werden kann, dann geht das nur auf Kosten der Klientengespräche, was nicht sein darf.

Anders sieht es im Büro aus: Beim administrativen Aufwand, beispielsweise mit den Krankenversicherungen, könnte sicher gespart werden. Ausserdem verbringen wir viel Zeit im Auto. Dies ist aber mit unseren Strukturen nicht zu vermeiden.

Mein wichtigster Rat: Sich jeden Tag neu entscheiden und herausfinden, wo ich meine Prioritäten setze

und was ich lassen kann. Das erfordert Wachsamkeit im Umgang mit sich selber und immer wieder eine neue Beurteilung der Gesamtsituation.»

Mit der Zeit Frieden schliessen



Mathias Lüscher (40), Pflegefachmann DN II, arbeitet seit zehn Jahren bei der Spitez Region Thun, Stützpunkt Süd:

«Pflege heisst Arbeit mit Menschen und nicht mit Waren. Ich kann sie nicht stehen lassen, wenn die Zeit knapp wird. Viel Druck lastet bei der unverrechenbaren Arbeitszeit, die möglichst tief gehalten werden muss. Das bedeutet unter anderem weniger Zeit für gute Dokumentation, für Übergaben und Teamkultur. Da leiden die Psyche und die Pflegequalität.

Mehr Zeit einräumen würde ich den Fallbesprechungen und dem Austausch im Team. So wäre es einfacher, am selben Strick zu ziehen. Auch für die Nachbetreuung von Angehörigen wünsche ich mir mehr Zeit. Stirbt ein Patient, endet der Kontakt von einem Tag auf den anderen, was für die Angehörigen schwierig ist. Wollten wir ihnen Beistand leisten, müssten wir das in unserer Freizeit tun.

Zeit einsparen könnte man immer. Zum Beispiel auf das angebotene Kafi oder ein nicht dringendes Gespräch verzichten. Aber das wären Einsparungen am falschen Ort. Besser ist es, die Bürozeiten effizienter zu gestalten und den technologischen Fortschritt zu nutzen: standardisierte Pflegediagnosen, elektronische Einsatzpläne. So würden wir nicht nur Zeit sparen,

Trotz viel Arbeit den Augenblick leben, nicht das Vorher und nicht das Nachher. Das kann zur nötigen Gelassenheit führen.



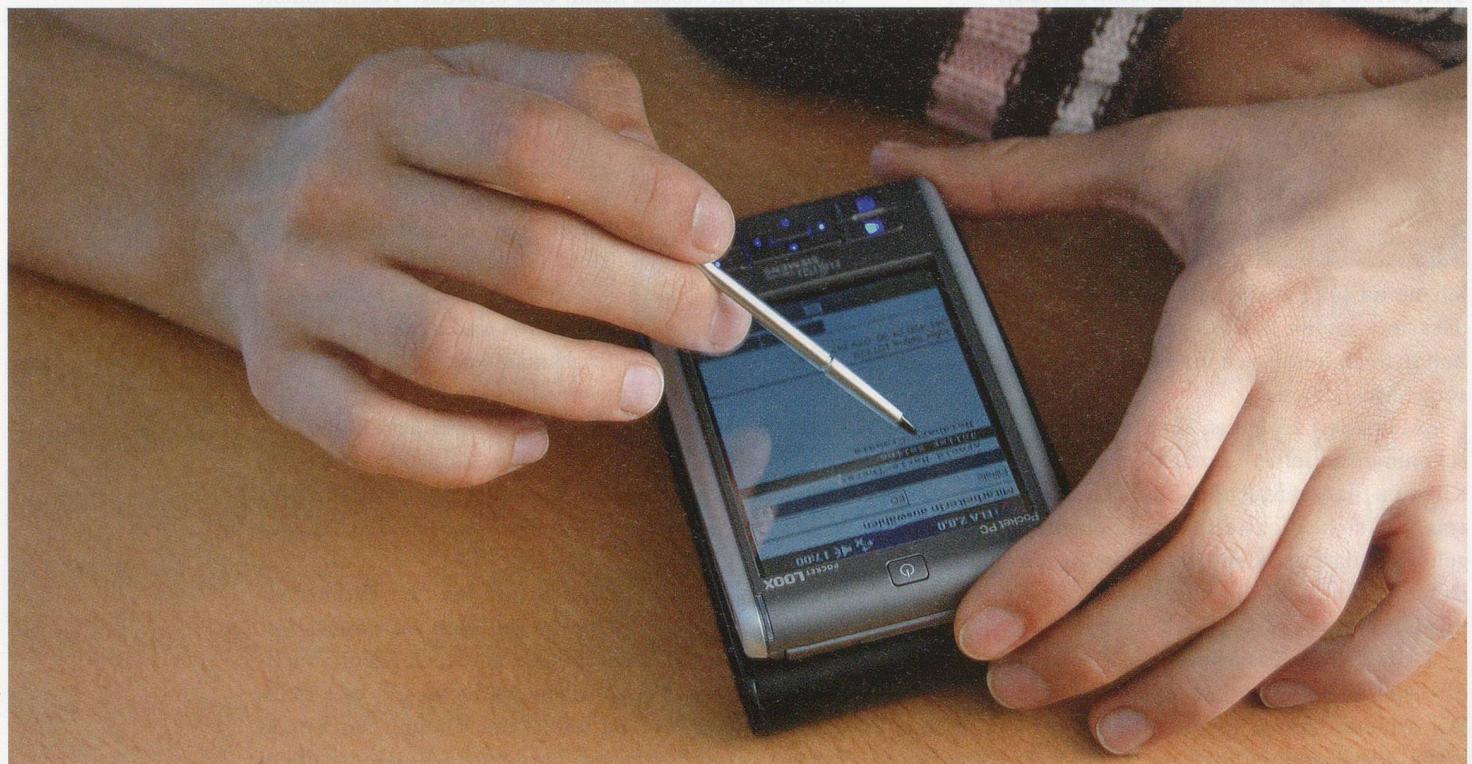


Bild: Georg Anderhub

sondern auch Fehler vermindern. Mein Rat: Mit der Zeit Frieden schliessen, die Gedanken nicht vom Zeitdruck aus der Gegenwart in die Zukunft verdrängen lassen und Bescheidenheit bei der Tagesplanung. Wenn ich mir zwei Dinge vornehme für einen Tag, bleibt meist noch Zeit übrig für etwas Drittes. Stopfe ich zu viel in einen Tag, rennt die Zeit davon.»

Der Mensch ist wichtiger als die Zeit



Dodo Salvisberg (31) ist Hauspflegerin. Sie arbeitet seit 2003 bei der Spitex Eschenbach-Goldingen-St. Gallenkappel-Schmedikon im Kanton St. Gallen:

«Zeit ist immer, beruflich und privat, umkämpft. Obwohl die Einsätze für den Tag mit der Leitung zusammen geplant werden, kann Unvorhergesehenes den Tagesablauf schwierig machen. In dieser Situation ist es wichtig, Ruhe zu bewahren, Prioritäten zu setzen und diese mit den Kunden zu besprechen.

Auch im Privaten gilt es, die Balance zu finden. Ich habe mir den Montagabend fix für mich in meiner Agenda eingetragen. Ich schenke mir diese Zeit, um aufzutanken und ausgeglichen zu sein, sowohl im Berufsleben wie auch im Privatleben.

In Situationen, in denen die Zeit bereits knapp ist, ich aber feststelle, dass den Kunden oder die Kundin etwas sehr beschäftigt, möchte ich mehr Zeit haben, um diesem Menschen mit ruhigem Gewissen die nötige Zuwendung zu geben.

Zeit «sparen» kann ich vor allem mit einer optimalen Planung der Einsätze, um die Wegzeiten gering zu halten. Stelle ich fest, dass eine Routenänderung den Ablauf optimieren würde, wende ich mich an die Bereichsleitung.

Mein wichtigster Rat zum Umgang mit der Zeit: Der Mensch ist wichtiger als die Zeit. Kommt Stress auf, versuche ich, zu mir selbst zurückzufinden, indem ich tief durchatme und mir sage: Jetzt bin ich hier bei diesem Klienten und nicht schon mit dem Kopf beim nächsten.»

Den Augenblick leben



Verena Schütz ist Geschäftsleiterin der Spitex Engiadina Bassa (Unterengadin/GR):

«Unsere Zeit wird immer schneller – oder mindestens empfinden wir das so. Während unserer Schulzeit war der Tag oder das Schuljahr doch noch so lang! Mich erstaunt, dass selbst Kinder – auch meine eigenen – das heute anders erleben.

Ob eine konkrete Situation als zeitlich belastend oder als Gewinn empfunden wird, hängt davon ab, wie ich sie persönlich definiere. Wenn ich den Augenblick annehme, ihm Zeit gebe und mit dieser Einstellung in ein Gespräch oder in eine Arbeit einsteige, stresst mich die Situation nicht. Ich habe nicht das Gefühl, zu wenig Zeit zu haben. Ich lasse mich auf die Aufgabe oder auf die Person ein und engagiere mich hier und jetzt.

Den technologischen Fortschritt nutzen und Bürozeiten effizient gestalten: Das sind gute Möglichkeiten zum «Zeitsparen».

Wenn ich den Augenblick lebe und nicht die Vergangenheit oder die Zukunft, bin ich gelassen. Der Zeitbedarf ist kein Thema. Sind meine Gedanken dagegen woanders, kann ein Gespräch sehr unbefriedigend werden.

Mit dieser Einstellung und dem Eingehen auf die Person und Situation vermeide ich nicht nur das persönliche Stressempfinden. Es lässt sich auch Zeit sparen. Wenn ich ab dem ersten Kontakt und permanent präsent bin, erspare ich mir Rückfragen und womöglich ein zweites klärendes Gespräch und mein Gegenüber ist offener und selber auch engagierter. Beide gewinnen.

Zeit «sparen» lässt sich auch mit guten Strukturen, die wir uns eben notfalls selber schaffen müssen. Eine klare Regelung der Zuständigkeiten und Aufgaben, geeignete Sitzungsrhythmen, klare und akzeptierte Terminvorgaben oder saubere Arbeitsplanungen helfen uns, möglichst viele «Zeitfresser» zu eliminieren.»

Auch einmal «Stopp» sagen



Ruth Bentele ist 57 Jahre alt und in der RegioSpitex Limmattal (ZH) für die Einsatzplanung und Bedarfsabklärung des Einzugsgebietes Dietikon zuständig:

«Ich habe oft zu wenig Zeit, um die wöchentlich rund 600 Einsätze für die 200 Klientinnen und Klienten zu planen. Der Zeitdruck steigt, wenn ungeplante Spitalaustritte hinzukommen, die im fertig

gestellten Einsatzplan noch unterzubringen sind. Am grössten ist der Druck am Freitag, falls ich für die Einsätze am Wochenende nochmals umplanen muss.

Mehr Zeit zur Verfügung zu haben, wäre schön, vor allem um die Wünsche unserer Kundschaft an die Einsatzzeiten zu berücksichtigen. Die Einsätze sollten an bestimmten Tagen und am liebsten am Vormittag stattfinden. Das verstehe ich gut ich und würde mir das selber ja auch so wünschen. Doch es erschwert die Planung und es lassen sich nicht immer alle Wünsche erfüllen. Noch vor wenigen Jahren war es anders: Die meisten Klientinnen und Klienten hatten Zeit und waren einfach froh, dass die Spitex kam. Die Tageszeit spielte keine so grosse Rolle.

Zeit kann man bereits bei der telefonischen Anmeldung von neuen Klientinnen und Klienten sparen, indem man genaue Rückfragen stellt und sicherstellt, dass alle nötigen Unterlagen vorhanden sind. Auch bei der Bedarfsklärung, die zu Hause bei der Kundschaft durchgeführt wird, kann man Zeit sparen: Indem man sich die Zeit nimmt, genau hinzuhören und nachzufragen, was die Leute wirklich benötigen. Auch ein gutes Gedächtnis ist wichtig, ohne das geht gar nichts!

Meine wichtigsten Ratschläge im Umgang mit der Zeit: Keine Störfaktoren von aussen zulassen. Sich gut organisieren und sich nicht selber unter Druck setzen. Auch einmal «Stopp» sagen. Nicht mehrere Arbeiten gleichzeitig machen, sondern alles zu seiner Zeit.»

Aufgezeichnet von: Christa Lanzicher, Sarah King, Helen Jäger, Tino Morell und Annemarie Fischer.

Nur die Ruhe kann es bringen

Wer sich stressen lässt, verliert Übersicht, Geduld und Zeit. Im Tagesgeschäft, wenn Krankenversicherungen Leistungen kürzen wollen, heisst es deshalb erst recht, kühlen Kopf bewahren. Domenica Mark, Einsatzleiterin bei der Spitex Foppa in Ilanz, weiß, wovon sie spricht.

mo // Das Telefon läutet im 5-Minuten-Takt. Die Einsatzplanung für die nächste Woche muss wegen zwei Ausfällen dringend überarbeitet werden. Das unangenehme Gespräch mit der Tochter eines Klienten steht an. Und jetzt auch noch dies: Eine Versicherung ist nicht bereit, die in der Bedarfsabklärung aus-

gewiesenen und ärztlich verordneten Leistungen zu übernehmen.

Der allseits bekannte, zeitfressende Prozess startet erneut. Rückfrage bei der Versicherung, was denn genau die Gründe für die Kürzung sind. Unterlagenstudium, Zusammenstellung der Argumente, Telefon- und Briefverkehr mit den Mitarbeitenden der Versicherung, Information der Klientin und der Angehörigen zur Finanzierungsunsicherheit usw.

An den letzten solchen Fall kann sich Domenica Mark gut erinnern; sie ist eine der drei Einsatzleiterinnen bei der Spitex Foppa in Ilanz, die unter anderem für die Bedarfsabklärung und

die Eingaben an die Krankenkassen zuständig sind. Eine ältere Frau kann nach einem Hirnschlag und Rehabilitation in einer spezialisierten Klinik wieder nach Hause zurückkehren. Der Ehemann, der die Betreuung übernehmen will, ist auf Entlastung durch die Spitex angewiesen. Gemäss Bedarfsmeldung sind im Quartal 135 Stunden nötig, um die Pflege und Betreuung zu Hause mit Hilfe des Ehemannes sicherzustellen.

Nach Prüfung des Kostengutsprache-Gesuches teilt die Krankenversicherung mit, gestützt auf die Gesetzgebung übernehme sie nur 90 Stunden pro Quartal. Trotz nachgereichten Akten und Begründungen rückt die Versi-