

Die richtige Balance

Marion B. ist 40 Jahre alt und arbeitet seit gut 15 Jahren in der Psychiatrie in verschiedenen Abteilungen und Funktionen, zuletzt als Führungsverantwortliche. In ihrem Beruf setzt sie sich 150-prozentig ein. Ihre sensible, kreative Seite kommt kaum zum Zug. Wechselt sie deshalb alle zwei bis drei Jahre ihre Stelle?

Verschiedene Seiten

Marion B. möchte in der Beratung klären, welche Möglichkeiten für sie offen stehen im Bereich Projektarbeit oder Qualitätsmanagement im Gesundheitswesen oder auch ausserhalb. In den zurückliegenden Berufsjahren hat sie viele Weiterbildungsveranstaltungen besucht. Sie wirkt sicher und wortgewandt. Doch im Verlauf der Beratung wird deutlich, dass Frau B neben dieser aktiven und unternehmungsfreudigen Seite einen andern Teil hat, einen eher stillen, verträumten und kreativen, der in ihrem grossen beruflichen Engagement zu kurz kommt. Es ist dieser Teil, der sie letztlich veranlasst hat, eine Laufbahnberatung anzugehen. Sie weiss nicht, wie sie ihn (besser) im Berufsleben integrieren könnte. Selbständig möchte sie sich nicht machen, da es ihr an persönlicher Sicherheit und Risikofreude fehlt. Angestellt möchte sie gefordert sein und Verantwortung übernehmen. Das führt jedoch wieder dahin, dass die spielerische Seite zu kurz kommt.

Beruf und Privatleben

Aufgrund verschiedener diagnostischer Verfahren und weiteren Gesprächen wird immer klarer, dass für Marion B. der Beruf, bzw. die Arbeitstätigkeit zu viel Raum einnimmt und die Freizeit, das Private zu kurz kommt. Die Unzufriedenheit mit ihrer jetzigen Lebenssituation resultiert aus fehlender Freizeit respektive mangelnder Integration ihrer gestalterischen Interessen in ihren aktuellen beruflichen Alltag. Im Beruf ist die "starke" Seite von ihr gefordert, angesichts der schwierigen Patienten und des aktuellen Personalmangels. Im Privaten kommt ihre verspielte und kreative Seite zum Zug. Sie erlebt diese beiden Seiten als zwei völlig getrennte Welten.

Die Schritte, neue Ziele

Diese Einsicht ist nicht wirklich neu für Marion B. Gespürt hat sie das schon lange. Doch erst das klare Benennen macht den Weg frei, in einem nächsten Schritt die Frage anzugehen, wie sich diese beiden Seiten verbinden lassen bzw. wie sie einen besseren Ausgleich schaffen kann. Möglichkeiten gibt es viele: Neues, Kreatives für den Umgang mit den Patienten einbringen, also persönliche Interessen in die Arbeit integrieren oder im gleichen Rahmen weiter arbeiten, sich jedoch mehr Zeit fürs Privatleben nehmen. Letzteres verwirklicht Marion B. denn auch. Sie reduziert ihr Arbeitspensum um ein Viertel und spürt die Wirkung schon bald: "der Stellenwert meiner Arbeit hat sich verändert. Und es fällt mir leichter, bei schwierigen Patienten die nötige Distanz zu finden. Das Wissen, dass meine ausserberuflichen Interessen mehr Platz haben, lässt mich bei der Arbeit gelassener und selbstsicherer sein." Was Marion B. zu Beginn der Beratung als unvereinbar und konkurrenzierend erlebte, wandelte sich durch ihre Entscheidung und scheint jetzt im Gegenteil etwas zu sein, was sich gegenseitig befruchtet. Ihr nächstes Ziel ist nicht eine neue berufliche Herausforderung, sondern die Planung und Umsetzung von zwei Monaten Ferien.

Bemerkungen zum Schluss

Blickt man vom Ergebnis her auf die Ausgangslage zurück, so stellt man fest, dass die ursprüngliche Fragestellung und die jetzt realisierte Lösung weit auseinander liegen. Das ist ein typischer Verlauf in einer Beratung. Das, was vordergründig als Problem fassbar ist und kommuniziert wird, erweist sich bei Vertiefung häufig nur als "Symptom". In der Zusammenarbeit von Klientin und Beraterin eröffnen sich oft neue oder andere Sichtweisen, Ressourcen, Hindernisse und Perspektiven als zunächst vermutet und erwartet. Insofern haben Beratungen nicht selten den Charakter einer Entdeckungsreise.