



Es reicht! – Grenzen setzen im Arbeitskontext

Brigitte Ott, Miriam Moritz, Maren Sagebiel

Foto:

https://www.google.com/search?q=Grenze&source=Inms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwi0kpSaoKvJAhVnZ3IKHV_4BaEQ_AUIBygB&biw=1920&bih=920#imgrc=IAiIBGxfXGmQuM%3A

STATION 1



Fühlen

Trialog: Gespräch über Dritte

Stellt Euch vor, Ihr bekommt
folgendes Gespräch mit...



Foto:
https://www.google.com/search?q=Erdm%C3%A4nchen&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwje3avSpKvJAhXja3IKHVjUDUsQ_AUIBygB&biw=1920&bih=920#imgrc=NdF7vdD_rK0zPM%3A

Gespräch über Dritte

A: „Ich muss dringend mal was mit Euch besprechen. Irgendwie hab ich da Not und brauch mal Euren Rat...“

B: „Schieß los. Um was geht's?“

A: „Naja, ich hab da mitbekommen, dass Julian mit seinen Kunden irgendwie, wie soll ich sagen, etwas anders umgeht, als ich mir das vorstelle...“

C: „Und wie genau sieht das aus?“

A: „Er ist ja jetzt öfter in der Kita „Kirschkernkissen“, mit der wir den Kooperationsvertrag haben und berät die Erzieherinnen einmal in der Woche in pädagogischen Fragen...“

C: „Und...?“

B: „Ich kanns mir schon denken... ihr wisst ja, wie Julian ist, der hat das mit der professionellen Distanz nicht so raus...da hat mir Karin neulich schon wieder Geschichten erzählt...aber sag Du erstmal weiter (verdreht die Augen).“

A: „Im Grunde geht's tatsächlich darum. Peter ist auch in der Kita und macht Kindeswohlgefährdungseinschätzungen bei Bedarf. Manchmal überschneiden sich die Termine und er hat mitbekommen, dass Julian eigentlich nicht wirklich „berät“, sondern dass es eher ein Pläuschchen bei Kaffee und Kuchen ist und er sich von den Erzieherinnen anheimmeln lässt...macht einen auf dicken Experten und so...“

C: „Und hat er ihn angesprochen?“

A: „Nee, dazu fühlte er sich nicht befugt und außerdem wusste er auch nicht, was genau er ihm sagen sollte...ist aber dann gleich am Montag zu mir gekommen und hat mir das Ganze erzählt.“

B: „Und hast Du Julian gleich angesprochen?“

A: „Nee, dann hätte Peter ja doof dagestanden, weil er gepetzt hat...Peter hat mir dann auch noch erzählt, dass die Leitung ihm gegenüber erwähnt hat, dass sich Julian auch schonmal mit Erzieherinnen außerhalb der Beratungstätigkeit getroffen hat...“

C: „Vielleicht hatten die nochmal spezielle Fragen? Man sollte Julian mal fragen. Weil wenn nicht, dass muss er auf jeden Fall lernen, Grenzen zu ziehen...“

Gespräch über Dritte

- B: „Ach, hör mir auf, spezielle Fragen...das wäre ja schön, wenn Julian soviel Engagement zeigen würde...der macht doch immer nur Dienst nach Vorschrift...nee, nee, das ist auf jeden Fall anders motiviert...“
- A: „Stimmt. Der ist auch in anderen Fällen irgendwie komisch...“
- C: „Wie genau? Habt ihr noch mehr Beispiele?“
- A: „Weiß ich jetzt nicht so ganz genau, aber ich glaub eher, dass er einsam ist und sich seine Sozialkontakte über die Kunden organisiert. Und sein Ego aufpoliert. Bei der Leibesfülle auch kein Wunder. Ich mein, auch wenn man mit ihm redet, merkt man das.. Ich hab das Gefühl jedes Mal eigentlich, dass wir aneinander vorbeireden. Deshalb hab ich auch gar keine Lust, mit ihm ins Gespräch zu gehen, dabei kommt doch eh wieder nix raus...“
- B: „Aber eigentlich müsste man ihm doch dann kündigen, oder?“
- A: „Ja, aber aufgrund welcher Beweise denn? Hast Du das selber schon mal bei ihm erlebt? Bis jetzt sind´s immer Kollegen, die erzählen, dass...ich mein, ich glaub denen auch. Aber keiner will dann so richtig in die vollen gehen...“
- C: „Dann muss da eben mal ein Kollege an seine Seite, der sich das traut...hat die Kita nicht den Wunsch geäußert, dass ein Mann/ Frau- Team in Zukunft die Beratung macht, weil sie jetzt mehr auf den paritätischen Aspekt eingehen wollen...wenn das mal der wahre Grund ist...Wir könnten doch einfach mal Eva fragen, bzw. mit ihr besprechen, dass sie da mit Julian zusammenarbeitet und mal kontrolliert, wie das bei ihm läuft. Die traut sich auch, das offen anzusprechen...!“
- A: „Super Idee. Dann schlagen wir gleich zwei Fliegen mit einer Klappe...wir müssen kein Bauchweh mehr haben, dass Julian da was versaut und es gibt eine Kontrolle, dann können wir ihn vielleicht auch wirklich bald mal loswerden...ich ruf Eva gleich mal an. Danke Euch. Das war wirklich hilfreich, jetzt weiß ich wieder, wie ich am besten mit der Situation umgehen muss!“

Fragebogen

Mal ganz ehrlich:

Was tust Du?

Fragebogen „Fühlen“

1. Ich tue so, als hätte ich nichts mitbekommen. Das geht mich ja auch gar nichts an.
2. Ich mische mich ein und erzähle, was ich selber auch noch von Julian weiß. Es muss ja schließlich mal Licht ins Dunkel kommen, sonst geht das ewig so weiter.
3. Ich weise die Kollegen daraufhin, dass ich es nicht gut finde, ein solches Gespräch im öffentlichen Raum zu führen – sie sollten sich doch lieber einen Raum suchen, wo nicht jeder ihre Gespräche mitbekommen muss. Das nervt nämlich.
4. Ich stelle mir vor, es ginge um mich – ich mische mich ein und weise daraufhin, dass es wichtig ist, dass Julian auf jeden Fall angesprochen wird, damit er weiß, was für Gerüchte kursieren und eine Chance bekommt, sich dazu zu äußern.
5. Ich gehe zu Julian und erzähle ihm, was ich gehört habe.
6. Sonstige Ideen:

STATION 2



Sehen

Sehen: Ein Film über 4 Flüchtlinge und ihre Geschichten

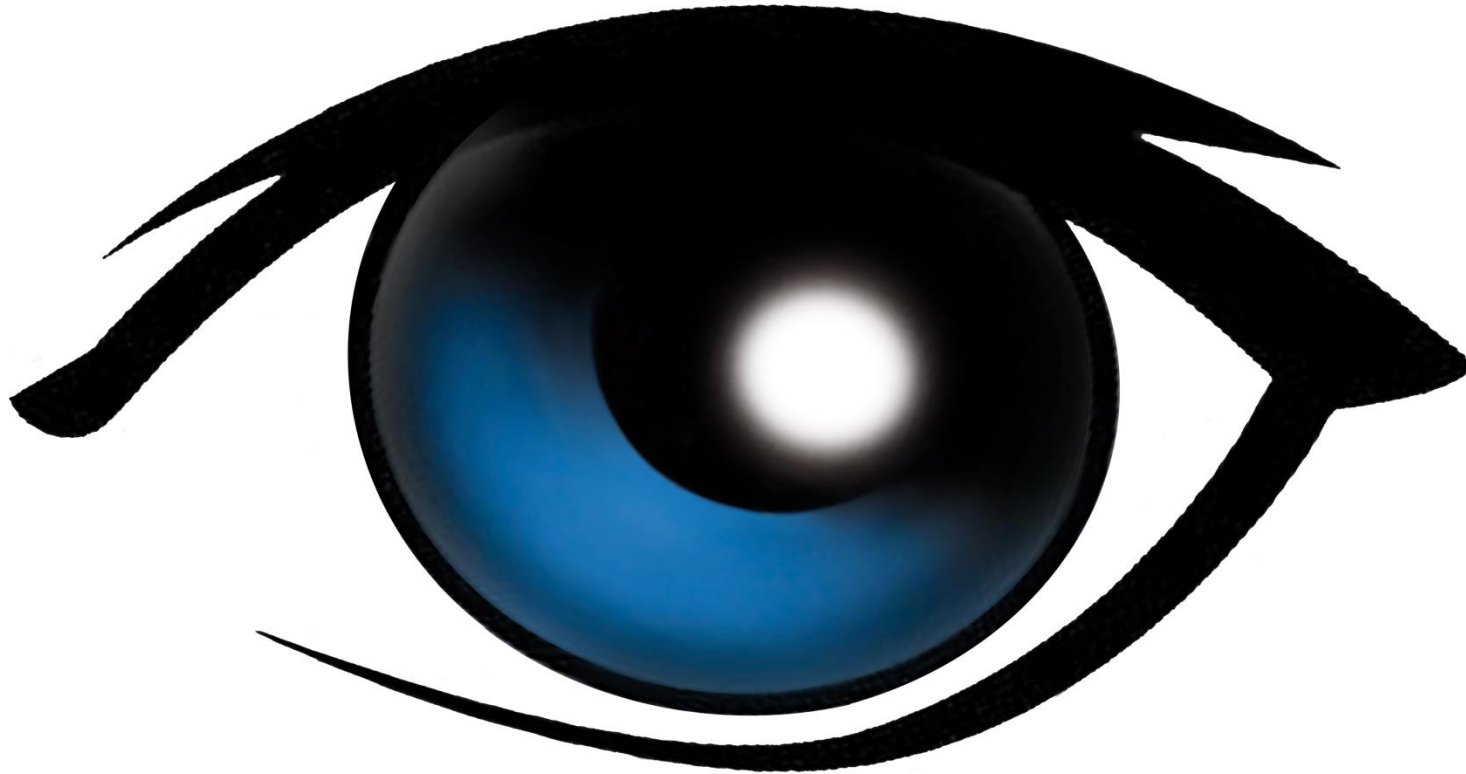


Foto:
https://www.google.com/search?q=Auge&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ved=0ahUKewiusfqYn6vJAhVimHIKHWQgAaAQsAQIMA&biw=1920&bih=920#imgrc=_sD3uSloMgsTGM%3A

Fragebogen

Mal ganz ehrlich:

Was tust Du?

Fragebogen „Sehen“

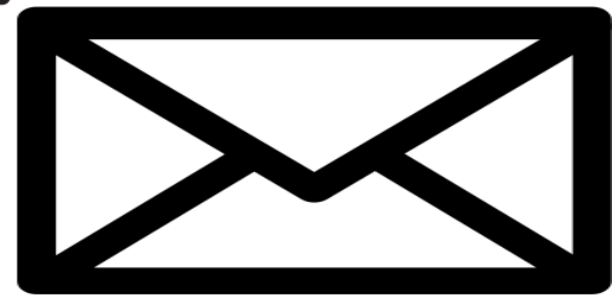
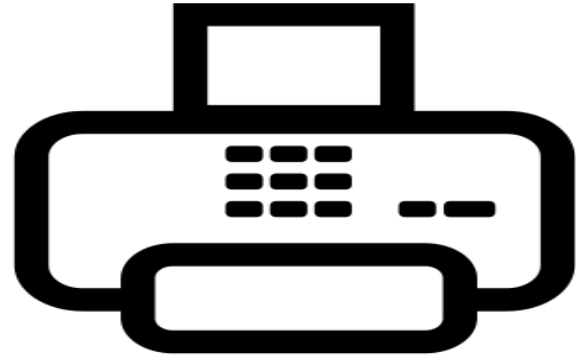
- Mir geht das sehr nahe. Ich kenne das oder ähnliches aus meinem Arbeitskontext. Ich kann mich nicht gut abgrenzen und vieles beschäftigt mich noch nach der Arbeit.
- Ich kann mit diesen und ähnlichen Themen und gut und professionell umgehen. Sie belasten mich nicht über die Arbeit hinaus.
- In der Situation spüre ich eine Schwere und das mir das Ganze nahe geht. Es hindert mich aber nicht daran, handlungsfähig zu bleiben und die Dinge anzupacken.
- Schwierige Themen motivieren mich, Lösungen zu finden.
- Immer wenn ich mit schwierigen Themen konfrontiert werde, möchte ich mich am liebsten unsichtbar machen.
- Sonstiges Ideen:

STATION 3



Hören

HILFE ARBEIT!!!



Grenzenlose Arbeitsaufträge

- Folgende Situation beim Träger „**Unendlich Fleißig**“
- 2 Mitarbeiterinnen im Büro bei Büroarbeiten, die Leitung ruft an!
- L: „Hallöchen, hier ist eure Chefin.“
- MA : „Ja, hallo auch, **Arbeitsam** am Apparat.“
- L: „Ist **Beflissen** auch da und kann ich die mal sprechen“?
- MA: „Ja klar!“ ..hält den Hörer zu und flüstert der Kollegin zu: „Wenn die anruft, ist bestimmt wieder Extraarbeit angesagt. – Achtung! – Pass bloß auf, Du bist doch schon so fertig!“

Grenzenlose Arbeitsaufträge

- MI: „Hallo Chefin, **Beflissen** am Apparat, was gibt's?“
- L: „Hallo, na wie geht es meiner besten Mitarbeiterin? Ich wüsste gar nicht, was ich ohne Dich machen würde.“ - ohne eine Reaktion abzuwarten redet sie weiter - „Ich hab da eine Frage. Könntest Du morgen eine Vertretung von Yogi übernehmen. Der hat sich ganz überraschend krank gemeldet.“

Grenzenlose Arbeitsaufträge

- MI: „Das ist im Moment ganz schlecht. Ich habe schon 3 Vertretungen mit 15 Fällen wegen Urlaub, Krankheit und Fortbildung.“
- L: „Bitte Beflissen, Du bist die Einzige, der ich diesen Fall zutrauen kann. Du hast die entsprechende Erfahrung und Ausbildung.“
- MI: „Aber wann soll ich das denn noch machen? Ich habe kaum noch Zeit für Doku und so!“
- L: „Ach das kannst Du später machen. Das kriegen **wir** schon hin.“
- MA: leise murmelnd: „Haha von wegen **wir**.“

Grenzenlose Arbeitsaufträge

- L: „Also Du müsstest Dich spätestens heute Nachmittag bei **Frau Sorge** melden. Es geht ihr momentan sehr schlecht.“
- MI: „Kann das denn nicht Kollege **Selbstpflege** machen? Der hat doch noch nicht so viele Klienten und eine besondere Beraterausbildung, wie er erzählt hat.“
- L: „Nein das geht aus zwei Gründen nicht. Erstens wollte er nicht so turbomäßig einsteigen, sondern sich langsam einarbeiten. Und zweitens will er sich nicht überlasten um seine Arbeitskraft gut auszubalancieren und zu pflegen. Ich hatte ihn schon gefragt. Ich glaube, Du bist einfach belastbarer und Du weißt schon wir Frauen haben eh mehr Power.“ Gekicher

Grenzenlose Arbeitsaufträge

- MI: „Oh manno, ich weiß nicht, im Moment steht mir auch das Wasser bis zum Hals.“
- L: „Ach Beflissen, das ist doch nur für ein paar Tage. Lass doch einfach ein paar andere zur Zeit unnötige Aufgaben liegen. Ich schau mal, ob wir das umverteilt bekommen.“
- MI: „Na dann, wenn es nur für ein paar Tage ist...“
- L: „Klasse, damit rettest Du uns. Danke, Danke, Danke. Tschüss dann bis die Tage.“
- MI: „Äh, tschüss.“ Legt den Hörer auf und fragt: „Was ist jetzt eigentlich geregelt?“

Grenzenlose Arbeitsaufträge

- MA: „Dass Du noch eine schwierige Klientin mehr hast auf unbestimmte Zeit. Die Aufgaben, die Du dafür liegen lassen musst, werden sich wie üblich auf türmen. Du gerätst unter Druck und arbeitest die Pausen durch bis Du die Haufen beflissen abgearbeitet hast. Eventuell bis zum Umfallen.“
- MI: „Na toll! Schön, dass Du mir das jetzt sagst. Das baut mich so richtig auf!“



<http://red-o-rama.blogspot.com/2009/03/yip-yip-aliens.html>

Fragebogen

Mal ganz ehrlich!

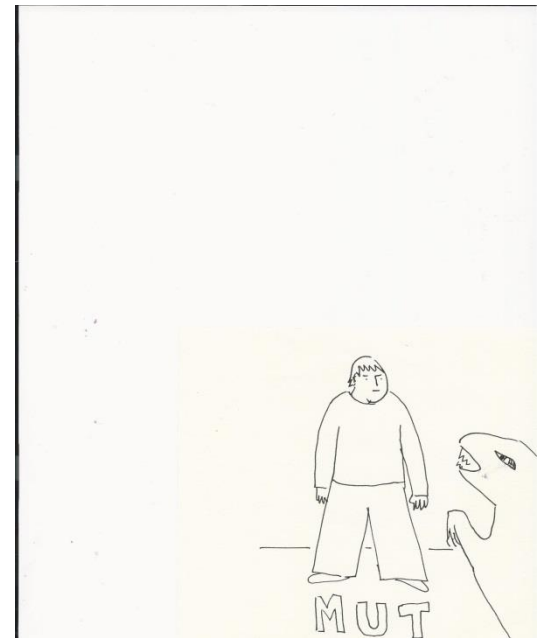
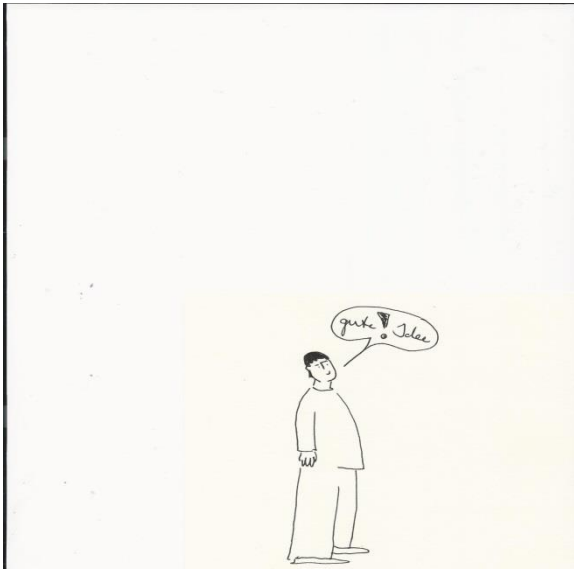
Was tust Du?

Fragebogen „Hören“

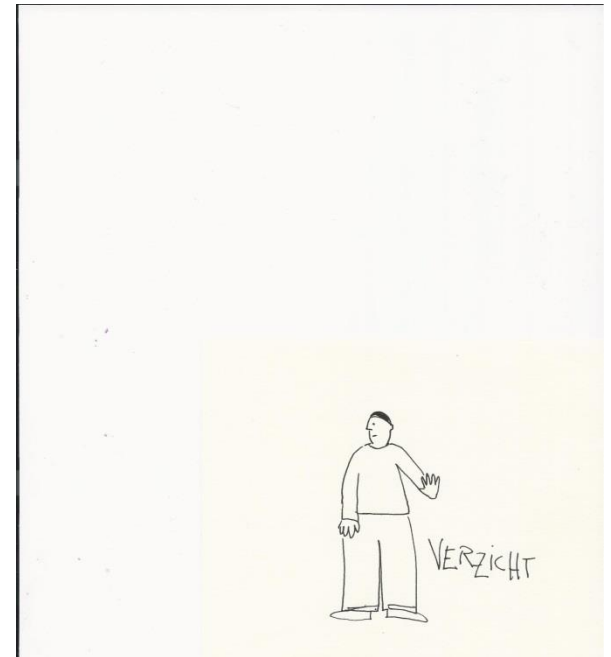
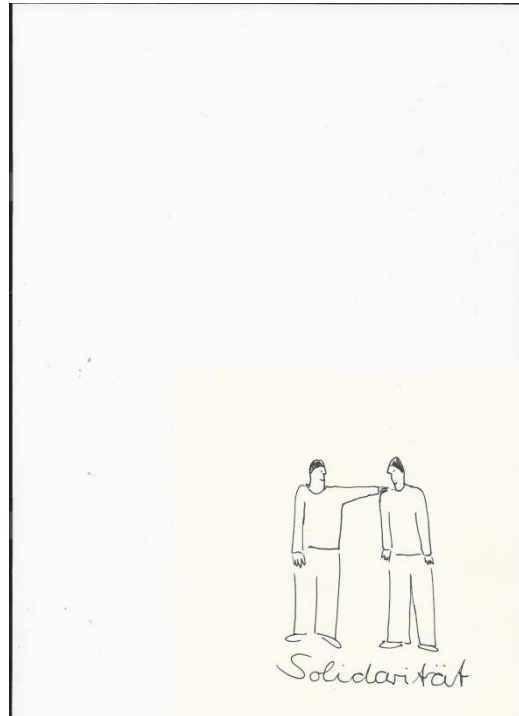
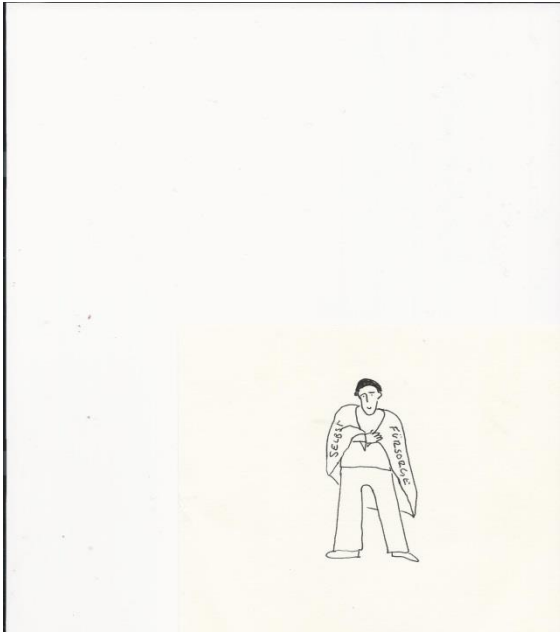
1. Ich kenne solche und ähnliche Situationen auch aus meinem Arbeitskontext. Immer, wenn die Chefin was will, kann ich nicht **Nein** sagen.
2. Ich habe Angst um meinen Arbeitsplatz oder dass ich nicht mehr gemocht werde.
3. Ich kriege das gar nicht mit, wie ich um den Finger gewickelt werde.
4. Ich unternehme einen Versuch mich abzugrenzen, aber wenn der nicht klappt, gebe ich meistens nach.
5. Ich werde sauer und reagiere pampig. Das hat dann einen gegenteiligen Effekt. Wegen des schlechten Gewissens darüber, knicke ich ein.
6. Mir tun die Klient_innen leid. Darum übernehme ich die Arbeit .
7. Ich kann mich gut abgrenzen und Arbeitsbelastungen aushandeln.
8. Meine Gesundheit ist mir wichtiger als ein gesicherter Arbeitsplatz. Darum sage ich strikt nein zu Überbelastung.
9. Sonstige Ideen:

STATION 4

Reflektieren



Bilder:
Heike Schader



??? Was noch???