© Bertold Werkmann – Fotolia.de

Ärzte-Ehen – wenn der Beruf in die Partnerschaft eindringt

80% DER ARZTFRAUEN SAGEN, ihre Männer kämen nach der Praxis oft ausgelaugt nach Hause. 78% dieser Männer wiederum sagen, sie kämen nicht ausgelaugt heim! Dies zeigt, wie wenig Ärzte oft darüber wissen, wie sie für ihre Partnerin wirken (und bei Ärztinnen und deren männlichen Partnern ist es möglicherweise nicht viel anders).

DIE SCHEIDUNGSRATE VON ARZTEHEN ist fast 40% höher als in der Allgemeinbevölkerung! So können Ärzte häufig ihren Ärger und ihr Gefühl des Überfordertseins nicht auf ihre Patienten begrenzen, sondern nehmen diese Gefühle mit nach Hause und übertragen sie auch auf die Familienmitglieder. Ärzte können auch ihre Hilfsbedürfnisse gegenüber dem Partner oft nicht benennen und ausdrücken. Und das Übermaß an Arbeit und Verantwortung führt dazu, dass sie auch die Bedürfnisse ihrer Familienmitglieder gar nicht mehr kennen und erkennen: „Arztsein ist eine der wenigen gesellschaftlich anerkannten Möglichkeiten, die eigene Familie zu vernachlässigen oder zu verlassen.“(Gundersen, Ann Int Med, 2001).

WENN BEIDE IM ARZTBERUF STEHEN

Wenn beide Partner Ärzte sind, liegt eine besondere Situation vor. Einerseits können die Partner einander in ihren Nöten und Belastungen möglicherweise besonders gut verstehen, viele Situationen bedürfen keiner langen Erklärung. Andererseits können die Partner auch eine unterschiedliche Auffassung von der „richtigen“ Ausführung des Arztberufs haben, was zu Konflikten und Unverständnis führen kann. Die nahe liegende Möglichkeit, mit dem Partner über den Beruf zu sprechen, kann auch zu einer Einseitigkeit der Kommunikation und der gemeinsamen Zeit führen. Arbeiten beide im Spital, kommt dazu, dass beide Nachtdienste machen. So kann – vor allem wenn Kinder da sind – eine regelrechte „Übergabe“ zu Hause stattfinden, bei der für partnerschaftliche Nähe kaum Zeit bleibt, sondern alles der bloßen Organisation des Alltags untergeordnet ist.

PARTNERSCHAFT ALS STÜTZE – STÜTZEN DER PARTNERSCHAFT

Die oben genannten Faktoren können sogar dazu führen, dass Partner und Familie als Belastung empfunden werden. Umso wichtiger ist es, die eigene Beziehung und Familie wieder als wichtige Stütze und Bereicherung des eigenen Lebens empfinden zu können und andererseits auch wieder als Stütze für diese da sein zu können.

STELLEN SIE SICH DOCH EINMAL FOLGENDE FRAGE:

Wo würden Sie Ihre eigene Belastung auf einer Skala von 1–10 einstufen?

1 Überhaupt keine Belastung ← → **10** Meine Belastung ist maximal!

Und nun überlegen Sie Folgendes:

- Wo würde mich mein Partner/meine Partnerin einstufen?
- Wo würde er/sie sich selbst einstufen?
- Wo wäre meine Wunschposition und die meines Partners/meiner Partnerin?
- Und welche Änderung der Positionen wären für uns beide und unsere Beziehung eine relevante Verbesserung?
- Was wäre ein erster konkreter Schritt (im eigenen Einflussbereich), damit Sie wieder zu einer besseren Position auf der Skala gelangen können?
- Was wäre das erste Merkmal, an dem Ihr Partner/Ihre Partnerin dies bemerken würde?

ANDERE HINWEISE FÜR ÄRZTE UND IHRE BEZIEHUNGEN

- Nehmen Sie Ihren Beruf und die damit verbundenen Sorgen und negativen Gefühle nicht zu oft nach Hause mit! So wichtig es ist, dem Partner/der Partnerin auch erzählen zu können, was einen beschäftigt, so wichtig ist es, diese damit nicht zu überfordern.
- Falls Sie mit einem Arzt/einer Ärztin verheiratet sind: Sprechen Sie mit ihm/ihr nicht nur über berufliche Dinge. Schalten Sie auf ein anderes Programm, sowohl in Gesprächen als auch in gemeinsamen Aktivitäten (es gibt auch andere Wochenendbeschäftigungen als Kongresse …)!
- Überlegen Sie einmal, mit welchem Energielevel Sie gewöhnlich nach Hause kommen: Wie kann es Ihnen gelingen, mit mehr Energie und Frohmut aus der Arbeit zu gehen?
- Und schließlich überlegen Sie auch, wie stark Ihre finanzielle Situation Ihr Leben beeinflusst. Leben, um zu verdienen, oder verdienen, um zu leben?

Univ.-Prof. Dr. WOLFGANG LALOUSCHEK, MSc
Neurologe und systemischer Coach, Mediziner und Biologe; Geschäftsführer des Beratungsinstituts Medical Coaching und Med. Leiter des Gesundheitszentrums „The Tree“ in Wien. www.medical-coaching.at; www.thetree.at

THOMAS J. NAGY, MSc
Systemischer Coach, Unternehmensberater und Fachbuchautor; Schwerpunkte: Burn-out-Prävention, Trauer-Gesprächsbegleitung und Autogenese. www.trauerweile.at; www.meisterklasse.at

Kontakt zu den Autoren:
www.enneagon.at; info@enneagon.at

© Martina Draper – Photography (2)