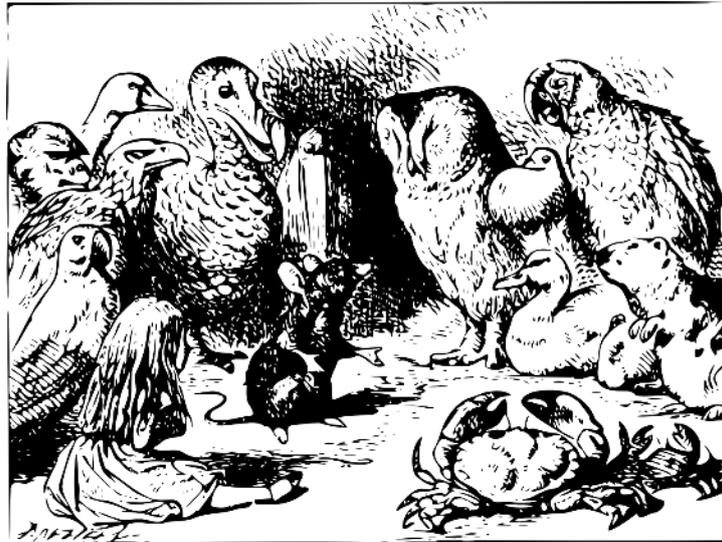




**NEIN SAGEN
& GRENZEN SETZEN**
TEIL 2: DIE MACHT

VETACADEMY

Eine Geschichte



Laura war überzeugt, dass die leicht überhebliche, sich einmischende Tierärztin Eva, ihre Kollegin, noch ihre Karriere ruinieren würde. Erst hatte sie Eva für etwas anstrengend, dann für lästig gehalten. Inzwischen war `unerträglich` wohl das passende Wort. Eva kam gewöhnlich unangekündigt zu Laura, wenn sie gerade die Einträge zu Patienten vornahm, manchmal sogar gab sie ihre Kommentare von sich, während Patientenbesitzer und TPA's dabei standen. Laura hatte sowieso schon wenig Zeit für die Patienten, Unterbrechungen an sich waren somit schon störend genug. Aber was Laura wirklich ärgerte, war die Art und Weise, wie Eva immer versuchte ihre Autorität bei den Besitzern und den TPA's zu untergraben.

Eva sagte oft Dinge wie `Ich würde ja eine andere Therapie oder Technik empfehlen...Du solltest ebenfalls die Weiterbildung in Osteosynthese machen, die hat mich weit vorangebracht...`

Laura reagierte auf Evas Kommentare immer mit einem höflichen Nicken und einem Lächeln, aber innerlich brodelte sie. Sie wurde nachtragend. Zugegebenermaßen liess sie ihren Frust auch an anderen Teammitgliedern aus.

Wenn sie sich bei anderen Kollegen beschwerte, hörte sie meist Kommentare wie "Du weisst ja, wie sie ist" oder "Ignoriere ihre Kommentare einfach. Sie meint es nicht böse." Das gab etwas Trost. Im Geheimen wurde der Spitzname `Mrs. Besserwisser` geprägt.

Doch es kam der Moment wo sich alles zuspitzte. Den Vorschlag doch ihre Arbeit als Chirurgin niederzulegen und sich lieber auf die reine Behandlung zu konzentrieren, brachte Laura nah an den Abgrund.

Sie nahm sich den Nachmittag spontan frei, um nicht zu explodieren. Laura befürchtete bei ihrer Rückkehr sich auch noch anhören zu müssen, dass sie vielleicht zu zart besaitet oder zu wenig stressresistent für diesen Beruf sei und überlegte, wie sie die Rückkehr hinauszögern könne. Sie suchte sich professionelle Hilfe, einen Coach, der ihr helfen sollte mit dem Problem umzugehen.

Ein Aspekt war der eigene Umgang mit ihrer Wut. Sie lernte auch Präventionstechniken für den Alltag.

Der Coach forderte Laura dazu auf sich eine Aufstellung zu machen, wie viel Zeit ihrer Woche sie mit welchen Tätigkeiten (Konsultation, OP, Sport, Administration, Familie etc.) verbrachte.



Dann eine zweite Aufstellung darüber wie viel Zeit ihrer Woche sie direkt mit der Kollegin verbrachte.

Und zum Schluss wie viel Energie und Zeit sie in die jeweiligen Abschnitte steckte. Sie musste erkennen, dass die Energie die sie in Eva steckte in keinem Verhältnis zu der Zeit, die sie physisch mit ihr verbrachte passte.

Obwohl sie körperlich nur maximal zehn Stunden pro Woche mit ihrer Kollegin verbrachte, widmete sie mindestens weitere acht bis zehn Stunden dem Nachdenken und Gesprächen mit Freundinnen, Partner und anderen Kollegen über das Thema. Oft dachte sie sogar noch beim Joggen über bestimmte Situationen nach.

Offenbar räumte sie ihrer unliebsamen Kollegin verdammt viel Macht über viele Bereiche in ihrem Leben ein. Einmal erkannt, wollte Laura diesen Umstand ändern.

Sie begann an sich zu arbeiten und gesunde Grenzen festzulegen. Eine Freundin bat sie um Mithilfe. Sie vereinbarten, dass immer, wenn Laura das Thema ansprach, die Freundin sie darauf hinweisen sollte.



Laura sprach auch mit Eva, in einem sehr sorgfältig vorbereiteten Gespräch, um nicht wieder sprachlos zu sein und doch wieder klein beizugeben. Sie bat sie während oder nach der Konsultation nicht in das Behandlungszimmer zu kommen, um etwas zu kommentieren. Im Gegenteil sagte sie klar, dass sie konstruktive Vorschläge mit sehr spezifischer Benennung von einer Therapie mit einem konkreten Vorschlag einer alternativen Behandlung gern entgegennehme, aber sich jedwede Kommentare, welche auf ihre Persönlichkeit oder Fachkompetenz gerichtet wären, verbitten würde. Alternativ hätte sie auch sagen können, dass, wenn sie Evas Meinung hören will, sie proaktiv auf sie zukommen würde.

Dafür beschwerte sich Laura auch nicht mehr über Eva. Sie hatte erkannt, dass dies nur ihre Frustration vermehrte, da es nichts änderte, bzw. sie noch selbst in ein schlechtes Licht rückte.

Laura begann das Gefühl zu entwickeln, dass sie ihr Arbeitsumfeld wieder mehr im Griff hatte.

Sie befürchtet nun Evas Übergriffigkeiten nicht mehr, sondern geht ganz im Gegenteil immer mal wieder zu ihr, um einen Fall zu besprechen, da Eva fachlich wirklich gut ist. Da sie weiss, dass sie keine unhöflichen oder respektlosen Verhaltensweisen mehr tolerieren wird, fühlt sie sich dabei auch wesentlich entspannter. Die Kontrolle über die Situation und ihre Gefühle liegt wieder bei ihr.