

## Der Work-Life-Blending-Schmäh

**Paartherapie.** Im Umfeld mehren sich die Beziehungskonflikte. Seine Arbeitszeiten sind unregelmäßig und lang, ihre auch. Die Beziehung bleibt auf der Strecke.

VON ANDREA LEHKY

**I**hn stören die abendlichen Anrufe ihres Chefs/ihrer Kunden; sie ärgert sich, dass seine Hock-Aufträge immer am Zeit-zu-zeit-Abend eintrudeln. Und dass er sie auch annimmt.

Früher zermürbten schief ausgequetschte Zahnpastatuben Beziehungen. Jetzt ist es die schöne neue Arbeitswelt. Die doch so ist, wie man sie sich gewünscht hat. Alles, nur keine Nine-to-five-Berufsroutine, abwechslungsreich, flexibel, selbstbestimmt und frei.

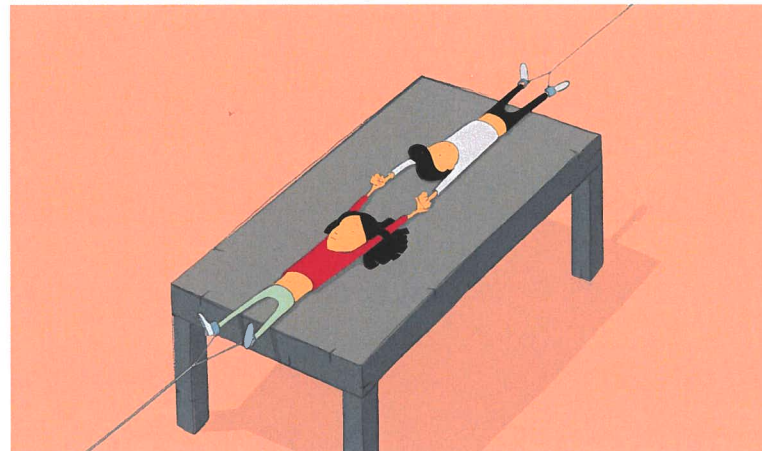
Dass sie damit auch unplanbar wurde, fällt vielen Paaren jetzt auf den Kopf. Ganz schlimm ist es in der Start-up-Szene, in der Berufliches und Privates grundsätzlich verschwimmen und es obendrein um das wirtschaftliche Überleben geht. Auch in weniger existenzbedrohendem Kontext ist von Work-Life-Balance keine Rede mehr. Und das schöne Buzzword Work-Life-Blending entpuppt sich als durchgehender Bereitschaftsdienst.

### Wo ist die Stoppaste?

Ihnen kämen vermehrt Paarthermen unter, bestätigen zwei viel beschäftigte Wirtschaftscoaches, die Trilog-Geschäftsführerin Gabriele Riedl sowie der Coach und Mediator Christian Ploy. Letzterer entlarvt die vermeintliche Selbstbestimmung als Außenlenkung: „Wenn mich jeder Anruf steuern kann, bin ich nicht eigenverantwortlich.“

Das wahre Thema laute Abgrenzung. Man meine, für alles verantwortlich zu sein, und arbeite von früh bis spät – fremdgesteuert von Mails, Anfragen und Telefonaten. „Die Beziehung leidet, und ich hänge meinen Ärger dem Partner um. Dabei habe ich mich bloß nicht abgegrenzt.“

Riedl rät zur Stoppaste. Diese zu drücken warteten Mitarbeiter



Beider Jobs zerran an der Partnerschaft. Manchmal zerreißt sie auch.

[MGC]

viel zu lang, während der – oft arglose – Chef denke, es sei „eh alles in Ordnung“. Eine Verpflichtung für beide also: Der Chef kann nur akzeptieren, was der Mitarbeiter artikuliert. Dieser muss die Grenze ziehen: bis hierher und nicht weiter.

### Der gute alte Maslow

Ploy arbeitet mit einer Werte- und Bedürfnistabelle, angelehnt an die immer gültige Maslow'sche Bedürfnispyramide. Mit ihrer Hilfe findet das Paar heraus, wie wichtig jedem Sicherheit, Prestige oder Soziales sind, und in welchem Ausmaß. Ploy's Klassiker: Sie wünscht sich Karriere und Nähe, er Karriere, aber nicht so viel Nähe. Ploy fällt auf, „dass die Abweichungen oft gar nicht so groß sind. Nur der Streit ist schon so weit fortgeschritten.“

Riedl setzt auf Vereinbarungen, die – wichtig – in aller Ruhe

getroffen werden müssen: „Nicht zwischen Tür und Angel. Da entstehen nur Anschuldigungen.“

Solche Abmachungen und Rituale stellen gemeinsame Qualitätszeit sicher, „und wenn es nur eine Stunde ist“. Eine solche Vereinbarung hat Riedl mit ihrer Tochter, die im Unternehmen mitarbeitet: „Wenn unsere Familien sonntags zusammen essen und ein Kunde ruft an, ist die Versuchung groß, die Sache gleich zu besprechen.“ Im Sinn ihrer Partner machen sie sich einen Termin für Montag aus. Und ja, es erfordert Disziplin, solche Vereinbarungen auch durchzuziehen.

### Die schweren Fälle

Der Knackpunkt ist natürlich die Priorität, die beide Partner der Beziehung einräumen. Ist sie beiderseitig hoch, steht praktischen Lö-

sungen nichts im Weg. Etwa, die spärliche Freizeit nicht dem Wohnungsputz zu widmen, sondern eine Haushaltshilfe zu engagieren.

Doch oft sind solche Verhandlungslösungen nicht (mehr) möglich. Wenn Machtkämpfe im Spiel sind („Mein Job ist wichtiger als deiner“), enttäuschte Gefühle („Dein Job ist dir wichtiger als ich“) oder divergierende Prioritäten („Mein Job ist mir wichtiger als du“). Ploy: „Viele gehen dann noch mehr im Beruf auf, weil der Spaß macht und der Partner eh nur grantig ist.“

Dann greift der Coach tief in die Trickkiste und provoziert etwa mit paradoxer Intervention: „Da muss man schon extremer rütteln. Die beiden müssen sich ihre unterschiedlichen Werte eingestehen.“ Und wo es an Motivation fehle, gebe es auch keine Lösung.



VON DEN BESTEN LERNEN



**ARS AKADEMIE –**  
Erleben Sie Weiterbildung

Gestalten Sie mit uns Ihren Weg in die berufliche Zukunft!

Über 18.000 begeisterte Teilnehmer im Jahr sprechen für sich.

Überzeugen Sie sich selbst und lassen Sie Ihren Wissensvorsprung nicht warten!



Jetzt Magazin kostenlos anfordern! ars magazin

\*In der Kategorie Gesamtbilanziert laut dem Industriemagazin-Berung 2019



Jetzt informieren!  
+43 (0) 713 80 24-0

www.ars.at | office@ars.at

### NAVIGATOR

**Schwerpunkt.** Was sich Trainees erwarten, was Unternehmen bieten. ..... K3  
**Punziert.** Ist es noch immer ein „Karriere-booster“, für eine Partei zu arbeiten? ..... K4

### DiePresse.com/Karriere

Geschäftsmodelle, die kommen: Managementprofessor Christoph Wecht (NDU St. Pölten) erstellte einen „Innovationskultur-Navigator“.