Konstantin Reibold

Zahnarzt + glücklich: Das komplexe Drumherum auf dem Weg zum Ziel

COACHING Schon das Studium zeigt, dass ein Zahnarzt mehrere anspruchsvolle Rollen zugleich ausfüllen muss: Facharzt, Psychologe, Motivierer. Mit dem Start ins Berufsleben erweitert sich dieses Spektrum um ein Vielfaches: Jetzt kommen Führungskraft, Marketingexperte und Betriebswirtschaftler hinzu. Außerdem sind immer wieder Geduld und Zugewandtheit, Verständnis und Kommunikationsgeschick gefragt. Viele dieser Punkte stehen beim klassischen Zahnmedizinstudium jedoch nicht auf der Agenda. Ein zielgerichtetes Coaching bietet hier die Möglichkeit, diese zusätzlichen Anforderungen in Bezug auf die eigenen Stärken und Schwächen zu begreifen und sie bestmöglich zu erfüllen.

„Die größte Herausforderung besteht", so erklärt Nicola Hemshorn, Coachingexpertin aus Hamburg, „in der konstanten Gefahr der Überforderung, nicht nur bei niedergelassenen oder zukünftigen Zahnmedizinern, sondern in allen Berufen mit Führungsverantwortung." Zahnärzte sind somit nicht die einzige Berufsgruppe, die mit einer Vielfalt an Rollen zu kämpfen hat. Im Vergleich zu anderen Berufen kommt jedoch bei Zahnärzten erschwerend hinzu, dass sie meist besonders perfektionistisch aufgestellt sind, einen hohen moralischen Anspruch an sich stellen, was zwar dem fachlichen Bereich sehr zugutekommt, aber für extreme Konzentration und Anspannung sorgt. Darüber hinaus unterliegen Zahnärzte neben der geistigen und mentalen Belastung auch in besonderem Maße einer körperlichen Beanspruchung durch ständiges und dabei oftmals falsches Sitzen.

In thematisch eingegrenzten Programmen, Workshops und Trainingseinheiten nimmt Nicola Hemshorn gemeinsam mit Zahnärzten diese berufsspezifischen Umstände und Bedingungen genau unter die Lupe, erarbeitet einzelne Entwicklungsschritte und persönliche Lösungen und schafft so nachhaltige Veränderungen im privaten wie beruflichen Leben der Teilnehmer. Denn, so formuliert es Nicola Hemshorn weiter, „erfolgreich und effizient arbeiten versus entspannt und glücklich leben, ist die gängige Gegenüberstellung. Dabei sollte das Ziel vielmehr sein: Nicht entweder oder, sondern sowohl als auch. Und dieses Ziel kann durchaus erreicht werden."

Als systemischer Coach betrachtet Nicola Hemshorn eine Situation immer ganzheitlich. „Nichts und niemand besteht", so Hemshorn, „aus sich selbst heraus und isoliert, sondern ist immer eingebettet in Systeme." Das heißt alle Mitspieler, die einen Einfluss auf die Situation haben könnten, fließen in die Betrachtung mit ein.

Insofern ist für die Hamburger Coachingexpertin der Begriff Work-Life-Balance, „in sich schon die Manifestierung eines Konflikts. Hier ist die Arbeit – dort ist mein Leben. Es handelt sich aber nicht um zwei abgeschlossene Systeme, zumindest beeinflussen sie einander nicht unerheblich und sollten deswegen gemeinschaftlich betrachtet werden."

In den Seminar- und Coaching-Angeboten wird allem voran der Umgang mit sich selbst thematisiert. „Die Grundvoraussetzung für die erfolgreiche Integration erweiterter Team- und Führungsqualitäten, ist", laut Hemshorn, „die eigene Standortbestimmung. Die Führungskraft, und das ist jeder Zahnarzt gleichzeitig eben auch, muss zunächst ein tieferes Verständnis über die eigenen Konditionierungen, die innere Haltung und den eigenen Kommunikationsstil entwickeln. Das umfasst Stärken, Schwächen, Ängste wie Zweifel. Um eine Strategie zu entwickeln braucht es die eigene Klarheit über Ziele, Werte und Visionen. Diese Klarheit ermöglicht es dann authentisch zu agieren – also im Einklang mit der eigenen Persönlichkeit und den eigenen Werten."

INFORMATION

Konstantin Reibold studierte Zahnmedizin an der Danube Private University in Krems und absolvierte dort parallel den Bachelor Studiengang Medizinjournalismus.

Nicola Hemshorn
COACHING & SEMINARE
coaching@hemshorn.com
www.hemshorn.com

Foto: © SFIO CRACHO/Shutterstock.com