

„Wie spreche ich über Erkrankungen?“

? „Ich habe kurzfristig eine Operation, um einen Tumor untersuchen zu lassen. Leider fällt der Termin so, dass ich ein Projekttreffen mit einem Gastwissenschaftler, der noch wichtig für zukünftige Kooperationen sein könnte, absagen muss. Ich habe ein schlechtes Gewissen und weiß nicht, wie ich das kommunizieren soll: Ich möchte kein Mitleid und auch nicht als nicht belastbar dastehen“, fragt eine Postdoc.

! Liebe Fragende, der Umgang mit Gesundheitsthemen ist in der Wissenschaft besonders heikel. Leistungsfähigkeit und Geist stehen im Zentrum, Körper und Psyche erscheinen als vernachlässigenswerte Größen, trotz des Dictums „mens sana in corpore sano“. Krankheit oder private Krisen werden im Wissenschaftssystem vielerorts als Schwäche bewertet, die das Leistungsvermögen der Person und damit ihre Position im System gefährden. Daher werden sie häufig verschwiegen.

Wichtig für eine professionelle Kommunikation gesundheitsbezogener Themen ist es, diejenigen Aspekte zu kommunizieren, die für den Arbeitskontext relevant sind. Vielleicht ist es für Sie dafür hilfreich, für einen Moment aus der Situation herauszutreten und Ihre gesundheitlichen und Ihre beruflichen Prioritäten separat zu betrachten: Überlegen Sie sich in einem ersten Schritt, was Sie persönlich an Ihrer gesundheitlichen Situation beschäftigt. Welche Erwartungen oder Befürchtungen haben Sie? Warum ist die Operation wichtig und unaufschiebbar für Sie? Machen Sie sich klar, dass Gesundheit die Basis all Ihres beruflichen Schaffens ist und dass es völlig in Ordnung und unverzichtbar ist, sich ihr für einen aus jetziger Sicht überschaubaren Zeitraum zu widmen, bevor Sie wieder mit aller Kraft in Ihre beruflichen Prioritäten starten.

Wechseln Sie dann ganz bewusst den Standpunkt und überlegen Sie sich, welche praktischen Auswirkungen der abzusagende Termin auf Ihre Arbeit hat. Was ist Ihnen an diesem Kooperationsprojekt und/oder dem Kooperationspartner wichtig? Was wollen Sie mit der Kooperation erreichen? Warum ist das Projekttreffen wichtig? Inwiefern beeinflusst der Termin den Projektablauf? Vermutlich merken Sie bei diesen ver-

schiedenen Perspektiven, dass mit Ihrer Erkrankung ein breites Feld an Emotionen und persönlichen Themen für Sie verbunden ist. Während wir diese Aspekte im privaten Kontext üblicherweise erzählen, könnten sie im beruflichen Umfeld als zu nah oder intim erlebt werden und durch das Überschreiten der Grenzen von der Berufsrolle zur Privatperson beim Gegenüber Abwehr auslösen. Stattdessen gilt es, diejenigen Aspekte, die einen konkreten Einfluss auf den Ablauf der Arbeit haben, zu adressieren und Lösungsvorschläge zu entwickeln.

Teilen Sie Ihrem Kooperationspartner möglichst sachlich mit, dass Sie eine unaufschiebbare medizinische Behandlung haben, wegen der das Projekttreffen leider nicht zum geplanten Zeitpunkt stattfinden kann. Sie müssen hier in der Regel nicht weiter ins Detail gehen oder sich rechtfertigen. Auf anteilnehmende Rückfragen können Sie oberflächlich und mit einer positiven Perspektive reagieren, beispielsweise, dass Sie sich auch Sorgen machen, aber froh sind, wenn die gesundheitlichen Fragen zeitnah geklärt werden können.

Lenken Sie das Thema dann wieder auf Berufliches. Sagen Sie, wie wichtig Ihnen der Kontakt und das gemeinsame Projekt sind. Besprechen Sie dann mögliche Alternativen zum dem geplanten Treffen: Könnte das Projekttreffen vorgezogen oder nach hinten verschoben werden? Kommt statt des persönlichen Treffens an Ihrer Universität auch eine Skype-Konferenz oder ein Besuch von Ihnen beim Kooperationspartner infrage?

Mit diesem sachlichen Umgang zeigen Sie, dass Sie trotz der gesundheitlichen Beeinträchtigung eine zuverlässige Projektpartnerin sind. Alles Gute für das Gespräch und Ihre Gesundheit! ■

Unter vier Augen

Coaching



Foto: privat

Mirjam Müller

ist Personalentwicklerin und Coach an der Universität Konstanz. Sie engagiert sich im Coachingnetz Wissenschaft, das Partner der duz ist.

 www.coachingnetz-wissenschaft.de