

Fit für Familie

Arbeit ist wichtig, leben auch

Es ist nicht leicht, Beruf und Familie ins Lot zu bringen. Wie man den Spagat schaffen kann, wurde gestern an einer Veranstaltung in Zug diskutiert.

VON NELLY KEUNE

Beruf und Familie – seit Jahren dreht sich die öffentliche Diskussion um diese beiden Pole. Nach der Arbeit wartet der Haushalt, das Kind soll ordentlich ernährt werden, Hausaufgaben sind auch nicht gemacht, Spülmaschine, Waschmaschine müssen gefüllt oder geleert werden, Geschichten gelesen und erzählt. Der ebenfalls berufstätige (Ehe)-Partner ist auch noch da, für das Telefonat mit der besten Freundin fehlt die Kraft ... Ein Leben im Hamsterrad.

Jonglieren mit fünf Bällen

Es geht auch anders, sagte gestern die Geschäftsführerin der Familienmanagement GmbH, Franziska Bischof-Jäggi, bei der Veranstaltung «Fit für Familie: eine Aufgabe für die Zuger Wirtschaft» der Kommission für Gleichstellung im Congress Center Metalli.

Die Familientherapeutin und pädagogische Psychologin aus Zug beschrieb die Vereinbarkeit von Beruf und Familie als Jonglieren mit fünf Bällen. «Die Wichtigkeit der verschiedenen Bälle wie das gesellschaftliche Engagement, die Gesundheit, die Familie, soziale Kontakte sowie die bezahlt, oder auch unbezahlte Arbeit muss jeder Mensch für sich gewichten», erklärte Bischof-Jäggi. «Aber gerade dem Element Arbeit sind mehr Abstriche zuzumuten.»

Flexible Arbeitsmodelle

Die meisten Menschen arbeiten zu viel und «leben» zu wenig, am Ende steht dann die Diagnose Burn-out.

Immer mehr Unternehmen haben das Problem erkannt und bieten den Mitarbeitern flexibel Arbeitsmodelle, wie Teilzeitarbeit, Jobsharing oder auch die Möglichkeit, zu Hause zu arbeiten. Entspannungsräume werden zur Verfügung gestellt, Jogakurs in der Mittags-



«Familie und Beruf zu koordinieren, ist wie Jonglieren mit fünf Bällen», sagte Franziska Bischof-Jäggi, die Geschäftsführerin der Familienmanagement GmbH.

BILD WERNER SCHELBERT

pause angeboten oder auch eine firmeneigene Kinderkrippe. Doch oft, sagt Bischof-Jäggi, seien es die schrägen Blicke von Kollegen oder Vorgesetzten, die dazu führen, dass die Angebote von den Mitarbeitern nicht wahrgenommen werden. «Es ist wichtig, dass die neuen Angebote nicht nur von der Geschäftsleitung abgesegnet werden, sondern dass auch die Mitarbeiter gut in diesem Bereich informiert und geschult werden. Eine Work-life-balance hat viel mit Zeitmanagement und mit Selbstbewusstsein zu tun», betont Bischof-Jäggi. Wichtig ist es nun herauszufinden, wo

man die Prioritäten setzen will. Wie viel Prozent eines Tages gehen für Arbeit und Karriere ab, wie viel für Beziehung, Familie Freunde, was bleibt übrig für die Gesundheit und was für eigene Interessen?

«Work-life-balance hat viel mit Zeitmanagement und Selbstbewusstsein zu tun.»

FRANZISKA BISCHOF-JÄGGI,
FAMILIENMANAGEMENT GMBH

Gesundheit auf der Strecke, macht sich Unzufriedenheit breit.

«Ein Personalpolitik, die auch der familiären Situation und den privaten Bedürfnissen der Mitarbeiter Rechnung

EXPRESS

- Unternehmen profitieren von einer familienfreundlichen Personalpolitik.
- Oft werden die Angebote wegen schräger Blicke der Kollegen nicht angenommen.

trägt, zahlt sich aus. Die Mitarbeiter sind motivierter, leistungsbereiter und seltener krank, aber auch die Fluktuation nimmt ab», sagt Bischof.

HINWEIS

► Weitere Informationen unter www.fit-fuer-familie.ch ◀