



Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Julika Zwack / Ulrike Bossmann

Wege aus beruflichen Zwickmühlen

Navigieren im Dilemma

V&R

V&R

Leben.Lieben.Arbeiten

SYSTEMISCH BERATEN

Herausgegeben von
Jochen Schweitzer und
Arist von Schlippe

Julika Zwack/Ulrike Bossmann

Wege aus beruflichen Zwickmühlen

Navigieren im Dilemma

Vandenhoeck & Ruprecht

Mit 2 Abbildungen

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

ISBN 978-3-647-99872-5

Weitere Ausgaben und Online-Angebote sind erhältlich unter: www.v-r.de

Umschlagabbildung: [alice-photo/shutterstock.com](https://www.shutterstock.com)

© 2017, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen /
Vandenhoeck & Ruprecht LLC, Bristol, CT, U.S.A.
www.v-r.de

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen
EPUB-Erstellung: Lumina Datamatics, Griesheim

Inhalt

Zu dieser Buchreihe

Vorwort von Jochen Schweitzer

- 1 Zwickmühlen im Beruf – Innenansichten eines alltäglichen Phänomens
- 2 Man nehme ...: Zutaten eines Dilemmas
- 3 Von Dämon zu Dämon – Begegnung im Dilemma
- 4 Die Weisheit zu unterscheiden – Dilemmata von Problemen trennen
- 5 Navigieren im Dilemma: Strategien und Haltungen für einen selbstermächtigenden Umgang mit unlösbaren Aufträgen
 - 5.1 Es hört nicht auf – eine Ent-Täuschung zu Beginn
 - 5.2 Zappeln im eigenen Netz – eine Inventur der eigenen Prämissen
 - 5.3 Zappeln im Netz organisationaler Spielregeln – Kultur und Kulturbrüche
 - 5.4 Gefühle als Kompass
 - 5.5 Werte als Kompass
 - 5.6 Selbstmitgefühl – der Umgang mit dem unangenehmen Rest
- 6 Äußere Verortung

- 6.1 Aktive Entdämonisierung
- 6.2 Vulnerabilitätsmanagement
- 6.3 Verantwortung klären und adressieren

7 Ein roter Faden durch's Geflecht – Reflexionsetappen im Dilemma

8 Fazit: Was bringt's? Chancen der inneren und äußeren Verortung

- 8.1 Das Strukturelle im Persönlichen erkennen und sie voneinander trennen
- 8.2 Die Vorzüge der Unentscheidbarkeit nutzen: entscheiden!
- 8.3 Ambivalenz mögen – Gefühle aushalten, erkunden und nutzen
- 8.4 Zu guter Letzt – die Dialektik der Dilemmaarbeit

9 Literatur

10 Danksagung

11 Die Autorinnen

Zu dieser Buchreihe

Die Reihe »Leben. Lieben. Arbeiten: systemisch beraten« befasst sich mit Herausforderungen menschlicher Existenz und deren Bewältigung. In ihr geht es um Themen, an denen Menschen wachsen oder zerbrechen, zueinanderfinden oder sich entzweien und bei denen Menschen sich gegenseitig unterstützen oder einander das Leben schwer machen können. Manche dieser Herausforderungen (Leben.) haben mit unserer biologischen Existenz, unserem gelebten Leben zu tun, mit Geburt und Tod, Krankheit und Gesundheit, Schicksal und Lebensführung. Andere (Lieben.) haben mit unseren intimen Beziehungen zu tun, mit deren Anfang und deren Ende, mit Liebe und Hass, mit Fürsorge und Vernachlässigung, mit Bindung und Freiheit. Wiederum andere Herausforderungen (Arbeiten.) behandeln planvolle Tätigkeiten, zumeist in Organisationen, wo es um Erwerbsarbeit und ehrenamtliche Arbeit geht, um Struktur und Chaos, um Aufstieg und Abstieg, um Freud und Leid menschlicher Zusammenarbeit in ihren vielen Facetten.

Die Bände dieser Reihe beleuchten anschaulich und kompakt derartige ausgewählte Kontexte, in denen systemische Praxis hilfreich ist. Sie richten sich an Personen, die in ihrer Beratungstätigkeit mit jeweils spezifischen Herausforderungen konfrontiert sind, können aber auch für Betroffene hilfreich sein. Sie bieten Mittel zum Verständnis von Kontexten und geben Werkzeuge zu deren Bearbeitung an die Hand. Sie sind knapp, klar und gut verständlich

geschrieben, allgemeine Überlegungen werden mit konkreten Fallbeispielen veranschaulicht und mögliche Wege »vom Problem zu Lösungen« werden skizziert. Auf unter 100 Buchseiten, mit etwas Glück an einem langen Abend oder einem kurzen Wochenende zu lesen, bieten sie zu dem jeweiligen lebensweltlichen Thema einen schnellen Überblick.

Die Buchreihe schließt an unsere Lehrbücher der systemischen Therapie und Beratung an. Unsere Bücher zum systemischen »Grundlagenwissen« (1996/2012) und zum »störungsspezifischen Wissen« (2006) fanden und finden weiterhin einen großen Leserkreis. Die aktuelle Reihe erkundet nun das »kontextspezifische Wissen« der systemischen Beratung. Es passt zu der unendlichen Vielfalt möglicher Kontexte, in denen sich »Leben. Lieben. Arbeiten« vollzieht, dass hier praxisbezogene kritische Analysen gesellschaftlicher Rahmenbedingungen ebenso willkommen sind wie Anregungen für individuelle und für kollektive Lösungswege. Um klinisch relevante Störungen, um systemische Theoriekonzepte und um spezifische beraterische Techniken geht es in diesen Bänden (nur) insoweit, als sie zum Verständnis und zur Bearbeitung der jeweiligen Herausforderungen bedeutsam sind.

Wir laden Sie als Leserin und Leser ein, uns bei diesen Exkursionen zu begleiten.

Jochen Schweitzer und Arist von Schlippe