



Wandelgeschichten

05. Dezember 2020

Von der Wirtschaftsingenieurin zur Altenpflegerin

Zwei Burnouts 2016 und 2018 haben mich zum Innehalten und Umdenken gezwungen. Ich wusste, dass es nicht mehr so weiter gehen kann, wie bisher. Ich war nicht nur durch jahrelanges Arbeiten über die Belastungsgrenze hinaus, völlig ausgebrannt, auch konnte ich schon lange keinen Sinn mehr in meiner täglichen Arbeit erkennen. Ich habe mich kaputt gearbeitet, meine Gesundheit ruiniert und am Ende des Tages wusste ich gar nicht mehr wofür eigentlich. Aber ich hatte auch keine Ahnung, was die Alternative dazu wäre.

In einer mehrmonatigen Auszeit bin ich dann auf die Pioneers of Change und den Be.Come - Onlinekurs gestoßen. Diesen habe ich im Oktober 2018 absolviert und es war die beste Entscheidung meines Lebens!!!

Durch den Kurs habe ich herausgefunden, dass ich seit meiner Kindheit nur fremdbestimmt war und immer alles gemacht habe, was andere von mir erwartet haben. Das hat mich auch beruflich in eine Richtung gehen lassen, die absolut nicht meinem Wesen entsprach. Auch die Frage, wer ich eigentlich im Inneren wirklich bin, wenn ich nicht in meiner beruflichen Rolle steckte und auch nicht in der Funktion als Mutter, Hausfrau und Ehefrau war, konnte ich durch den Kurs immer deutlicher erkennen.

Es hat dann aber noch einige Zeit und einige gedankliche Umwege gebraucht, bis ich nun endlich für mich erkannt habe, welche Aufgabe mir einen wirklichen Sinn für mein tägliches Tun zurückbringen kann: Ich möchte als Altenpflegerin in einer Einrichtung für Menschen mit Demenz arbeiten. Dazu habe ich zum 30. Juni 2020 mein aktuelles Arbeitsverhältnis aufgelöst und werde am 1. Oktober 2020 meine Ausbildung zur Pflegefachkraft beginnen. Die Zeit dazwischen nutze ich, um als Quereinsteigerin praktische Erfahrungen in der Einrichtung zu sammeln.

Damit gebe ich die Sicherheit, den Status und die sehr gute Bezahlung meines bisherigen Lebensweges auf, um für zwei Drittel weniger Geld im Monat eine dreijährige Ausbildung zur Pflegefachkraft zu beginnen. Dann bin ich keine Diplom-Wirtschaftsingenieurin mehr, sondern mit 42 Jahren eine Auszubildende, die noch mal ganz von vorn beginnt. Nun aber in einem Beruf, in dem ich meine Empathie, Herzlichkeit und Hilfsbereitschaft leben kann. Wo ich mich

nicht mehr jeden Tag verstellen muss, sondern einfach nur ich selbst sein kann und damit sogar einen sinnvollen gesellschaftlichen Beitrag leiste. Ich bin mir dessen bewusst, dass auch die Arbeit in der Pflege neben allem Idealismus stellenweise hart sein wird und dass ich auch hier nicht davor gefeit bin, über meine Kräfte zu gehen. Aber ich habe inzwischen gelernt, besser auf mich zu achten, mir meine Kräfte gut einzuteilen und auch viel eher Grenzen zu setzen. Viele Menschen in meinem Umfeld sind irritiert darüber, dass ich meinen sicheren Job aufgebe, um in ein Berufsfeld zu wechseln, das durch den jahrelangen Pflegenotstand so gebeutelt und am Limit ist. Noch dazu die schlechte Bezahlung, Arbeit im 3-Schichtsystem und an Wochenenden und Feiertagen. Ich sage mir aber, woher soll denn eine personelle Entlastung kommen, wenn niemand mehr in diesen Jobs arbeiten will? Jemand muss doch den Anfang machen. Wenn wir erst darauf warten, bis die Politik die finanziellen Rahmenbedingungen und Personalschlüssel verbessert, vergeht noch einige Zeit oder es passiert auch einfach gar nichts. Kann sein, aber es brauchen doch so viele Menschen aus gesundheitlichen oder Altersgründen unsere Hilfe. Das wird uns allen nicht zuletzt durch die Corona-Krise drastisch deutlich.

Diese Wendung in meinem Leben hätte ich nie so stimmig hinbekommen, wenn ich nicht durch den Be.Come- Onlinekurs und die jährlichen Summits immer wieder Mut geschöpft hätte, diesen Schritt auch wirklich zu gehen.

Mein Mann hat diese Wendung auch ohne aktive Hilfe der Pioneers of Change eingeleitet. Er hat schon letztes Jahr seinen Job als IT-Systemadministrator gekündigt und wird im Sommer eine Lehre als Tischler beginnen. Also auch hier der Schritt weg vom „Sinnlos-Überforderungs-Job“ hin zur Sinnhaftigkeit durch der eigenen Hände Arbeit mit einem sichtbaren Ergebnis am Ende des Tages.

Auch sind wir als Familie generell schon länger auf einem guten Weg. Wesentliche Dinge gestalten wir bereits so in unserem Alltag, dass wir der Natur möglichst wenig Schaden zufügen. Seit 10 Jahren leben wir vegetarisch, zunehmend vegan und fahren auch konsequent nur mit dem Zug in den Urlaub und nutzen die öffentlichen Verkehrsmittel so gut es geht. Da wir aber in einem kleinen Dorf in Ostdeutschland leben und die Öffis hier nicht so gut ausgebaut sind, ist das noch nicht so zufriedenstellend für uns.

Dann rüsten wir unsere Stromversorgung nach und nach auf Solar- und Windenergie um, die wir selbst auf unserem Grundstück erzeugen.

Im letztem Jahr haben wir mit Gemüseanbau im eigenen Garten nach den Prinzipien der Permakultur begonnen und wollen auch das jährlich immer weiter ausbauen. Uns ärgert es, dass wir hier in unserer Provinz keine Biolebensmittel von einer „Solawi“ oder einem Bioladen beziehen können. Deshalb sind wir in den letzten Jahren 1-2 mal im Monat mit unseren Reiserucksäcken gerüstet 60 Km mit dem Zug gefahren, um in einer Verbrauchergemeinschaft regionale Bioprodukte einkaufen zu können. Schon alles sehr zeitaufwändig, wenn jedes mal ein Wochenendtag nur für Lebensmittelbeschaffung drauf geht. Und zusätzlich mussten wir trotzdem auch Bioprodukte im Supermarkt kaufen und dann die riesigen Mengen an Plastikverpackungen in Kauf nehmen. Das wollen wir alles nicht mehr, sondern uns zum größten Teil selbst versorgen.

Ebenfalls im Sinne von „wieder selber machen“ steht es, dass wir, neben Brot mit eigenem Sauerteig backen und Sauerkraut selbst herstellen, vor einem halben Jahr nun auch angefangen haben, Bier zu brauen. Das findet nach und nach Gefallen in der Familie und im Bekanntenkreis. Daher wäre es schön, wenn es sich zu einem kleinen Nebengewerbe entwickeln ließe, mit dem wir unsere finanzielle Situation durch den beruflichen Neuanfang etwas aufbessern können. Und nebenbei unterstützt es uns dabei, uns wieder mehr in die

Dorfgemeinschaft einzubinden. Auch das hat in den letzten Jahren enorm gelitten durch unser permanentes überarbeitet und ausgebrannt sein.

Ihr seht, bei uns ist Einiges im Gange und es wird auch sicher oft nicht leicht. Aber wir wollen hin zu einem einfachen, aber guten und zufriedenen Leben. Und dabei helfen uns die Online-Summits und der Austausch mit anderen PionierInnen enorm, um Inspiration, Mut und Unterstützung zu bekommen.

Stefanie Lode / erzählt ihre persönliche Wandelgeschichte, die durch den Be.Come-Onlinekurs im Oktober 2018 startete.