

## Erzähl mir Deine Geschichte

Ich bin 1968 geboren und habe 3 Jahre später noch einen Bruder bekommen. Ich bin ledig, meine Mutter ist bereits verstorben. Meinen Vater, der im Altenpflegeheim lebt, besuche ich regelmässig. Auch meinen Bruder unterstütze ich immer noch bei Problemen mit Behörden und in schwierigen Situationen. Von Klein auf bin ich es gewohnt, mich um andere zu kümmern und Verantwortung zu übernehmen.

Als Kind wollte ich Historiker werden, da mich Geschichte interessierte und faszinierte. Mein Berufsweg war dann aber doch ein ganz anderer. Nach einer Ausbildung als Detailhandelsangestellter folgte die Lehrmeister- und die Meisterprüfung. Nach einer ersten Erfahrung mit Stellenverlust machte ich einen Abstecher als Bibliothekar und als Immobilienbewirtschafter, und entwickelte mich dann zum Sachbearbeiter im Sozialbereich weiter, eine Ausbildung als systemischer Berater schloss sich an.

Aus- und Weiterbildung war und ist mir sehr wichtig. Diese wurde auch immer wieder durch die Stellenverluste und die dadurch bedingten, notwendigen, Neuorientierungen beeinflusst. Die Phasen der Anstellungen waren zwar, mit drei bis fünf Jahren Dauer, länger als die Stellenlosigkeiten, jedoch blieben Erfahrungen mit der Sozialhilfebehörde leider nicht aus. Ich lernte, mit wenigen finanziellen Mitteln auszukommen, und nutzte die gebotenen Chancen der Freiwilligenarbeit. Dadurch erhielt ich immer wieder eine Chance auf eine Aus- oder Weiterbildung und damit auf einen Einstieg bei einem neuen Arbeitgeber.

Durch die Stellenverluste und die lange Zeit der Arbeitslosigkeit erlebte ich immer wieder Einsamkeitsgefühle und finanzielle Engpässe, die schlecht auszugleichen waren, auch wenn es dann wieder zu einer Anstellung kam. Diese Erfahrungen brannten sich fest ins Gedächtnis ein, und lösen heute noch sofort Ängste aus, sobald es wieder einmal Schwierigkeiten in einer Anstellung gibt. Besonders belastend war auch der Tod meiner Mutter, den ich schwer überwinden konnte. Auch die persönlichen Angriffe durch Vorgesetzte, die auf meine Person abzielten, und nichts mit meiner Arbeit zu tun hatten, belasteten mich zeitweise sehr. Leider wiederholten sich solche Erfahrungen, nach einer gewissen Dauer der Anstellung, so dass es immer wieder zu Konflikten und Stellenverlusten kam.

So erlebte ich immer wieder, dass nach anfänglichen Lobeshymnen für mein Engagement, immer mehr Kritik an meiner Arbeit und meiner Person geübt wurde. Am Ende wurde jeder kleine Fehler zu einem Drama, so dass eine Zusammenarbeit nicht mehr möglich war, und ich wieder in die Stellenlosigkeit rutschte. Mein Wunsch nach Wertschätzung und gebraucht werden im Team wurde dadurch oft enttäuscht. Dieser Dynamik versuche ich auf die Spur zu kommen, um zukünftig unabhängiger von der Bewertung durch Andere zu werden. Leider ist das, trotz Weiterbildung im systemischen Bereich, nicht so leicht.

Viel Halt in diesen schweren Zeiten gab mir mein Freundeskreis, den ich sehr pflege. Wir unternehmen viel, da wir ähnliche Interessen und Hobbys haben. Das, und auch meine ehrenamtlichen Engagements halfen mir sehr, mich nicht aufzugeben. Aktuell arbeite ich, aber leider beginnt es schon wieder zu „krieseln“.

### Persönliche Daten

Jahrgang: 1968  
Zivilstand: ledig  
Geschwister: 1  
Nationalität: Schweiz

Geschlecht: männlich  
Kinder: 0  
Position: ältester  
Kanton: BS

### Erzähl mir Deine Geschichte – Kurzportrait F.CH. – männlich - ledig

- Jahrgang 1968, mehrere qualifizierte Berufsabschlüsse
- Anstellungen wechseln sich regelmässig mit Stellenlosigkeit ab
- Mehrmalige Erfahrung mit Sozialhilfeabhängigkeit
- Trotzdem Immer wieder den Weg in eine Anstellung geschafft
- Stellenverlust durch finanzielle Schwierigkeiten des Arbeitgebers und durch „Bossing“
- Wiedereinstieg durch Weiterbildung / ehrenamtliche Einsätze

### Beispiele für Bossing

- Der Chef kritisiert Sie immer wieder vor ArbeitskollegInnen
- Der Vorgesetzte macht sich über Sie lustig – schlimmstenfalls vor anderen
- Er äußert Kritik wiederholt unsachlich oder ist in seiner Kritik unverhältnismässig
- Der Chef nimmt Ihnen Aufgaben weg oder betraut Sie nur mit Tätigkeiten, die Sie unterfordern
- In sozialen Situationen ignoriert der Chef Sie demonstrativ – zum Beispiel, indem er Ihnen den Rücken zukehrt oder den Raum verlässt, wenn Sie ihn betreten
- Ihnen werden wichtige Informationen vorenthalten
- Sie werden für Dinge kritisiert, die gar nicht in Ihrem Verantwortungsbereich liegen
- Der Vorgesetzte macht Sie bei höherrangigen Führungskräften schlecht
- Der Chef überträgt Ihnen Aufgaben, die Sie nicht bewältigen können
- Sie werden gegenüber Ihren Kollegen systematisch benachteiligt
- Der Vorgesetzte äußert sich gegenüber Kollegen negativ über Sie