



# GLÜCK

## – ist Aussichtssache

*Im Alltag, aber auch in den Betrieben der Michel Gruppe, lässt man gerne das Wort Glück fallen. Drei Mitarbeitende aus verschiedenen Bereichen durchleuchten, wie sie den Begriff verstehen und wie Perspektiven für langfristiges Wohlbefinden sorgen, auch in ihrem Arbeitsalltag.*

von Patrick Schmed

**MICHEL GRUPPE** «Ja, tatsächlich, am Telefon, aber auch in Briefen und Mails, wurde ich schon als Frau Glück angeschrieben», antwortet Martina Flück lächelnd, als sie auf die Ähnlichkeit ihres Namens mit dem gern verwendeten Glücksbegriff angesprochen wird. Passen würde

er auf jeden Fall zu ihr, findet die aufgestellte Leiterin der MPA in der Rehaklinik Hasliberg. «Wenn ich am Morgen aufstehe, wird mir häufig bewusst, wie glücklich ich mich schätzen kann», führt sie mit einigen Beispielen aus. «Gesund zu sein, ist sehr viel wert», weiss sie und sieht in der Rehaklinik immer wieder, wie es anders sein kann. «Dass ich in meiner Heimat arbeiten kann und

dabei Erfüllung im Arbeitsalltag finde, bedeutet für mich ebenfalls Glück.» Von Meiringen kann Martina Flück mit dem Elektrovelo zur Arbeit fahren und geniesst dabei die Landschaft, Land und Leute noch mehr. Auch das Team am Arbeitsplatz trägt zum Glücksgefühl bei, vor allem weil sie als Ausbildungsverantwortliche ihr Wissen und ihre Erfahrung weitergeben kann.

### In der Praxis

«Als Leiterin der Medizinischen Praxisassistentin höre ich den Begriff nicht mehr so häufig wie in der Zeit, als ich in der Hausarztpraxis tätig war», berichtet Martina Flück aus dem Umgang mit Patientinnen und Patienten. Vor allem während der Ausbildung zur Medizinischen Praxisassistentin vernahm sie nicht selten den Spruch «Zum Glück ging es nicht ins Auge.» Er wird

auch gerne im übertragenen Sinne verwendet, wenn etwas besser ausgeht als erwartet. Ein bisschen so ging es Martina Flück bei der Wahl zur Miss Berner Oberland, die sie vor ziemlich genau fünf Jahren gewann. «Nach dem ersten Casting habe ich mir überlegt, die Wahlen zu lassen», erinnert sich die Brienzerin. Sie entschied sich dann zu bleiben, und das stellte sich als Glück heraus. «Ich habe sehr viele Leute kennengelernt und Einblick in viele Betriebe und Events erhalten», meint sie dankbar. Dem Glück muss man eben auch eine Chance geben, indem man sich auf neue Erfahrungen einlässt.

### Begleiter im Prozess

Neue, positive Erfahrungen zu vermitteln, ist auch die Aufgabe von Bruno Bissegger, dem Job Coach bei der Stiftung Helsenberg in Meiringen. Seit sechs Jahren begleitet er psychisch beeinträchtigte Menschen aus der Region auf dem Weg ins und im Arbeitsleben. Beim «Supported Employment» hilft er den Betroffenen, passende Stellen auf dem Markt zu finden, und betreut später diese sowie die Arbeitgeber im Berufsalltag. «Meistens braucht es etwas Zeit, bis die Klienten bereit sind, sich auf einen Job einzulassen», beobachtet Bruno Bissegger. «Sind sie bereit, geht es meistens schnell.» Die Erfahrungen am Arbeitsplatz sind für alle Beteiligten ein Gewinn. «Die externen Betriebe übernehmen eine gewisse Verantwortung, und das tut meistens dem gesamten Team gut», sieht der Job Coach der Stiftung Helsenberg immer wieder. «Ein Job, der gefällt, und einen Platz in der Gesellschaft zu haben, wird von vielen als Glück empfunden», weiss Bruno Bissegger aus Erfahrung. «Auch wenn die Betroffenen nicht immer dort anknüpfen können, wo sie einmal waren.»

### Glücksmomente

Die richtige Anstellung zu finden, ist nicht immer einfach. Nicht zu gross sollten die Herausforderungen sein, aber doch so, dass die Betroffenen ihr Potenzial entfalten können. Wie dies gelingt, darüber führt Bruno Bissegger genau Buch. Darin sind auch anspruchsvolle Ausgangslagen skizziert. «Umso schöner ist es, wenn sich eine Person fängt und langfristig zufrieden in einem Betrieb mitwirken kann.» Solche Glücksmomente gibt es häufig, und Bruno Bissegger teilt sie mit Freuden. «Ich habe grossen Spass an der Arbeit mit meinen Leuten», hält er fest. Er weiss aus eigener Erfahrung, wie die Arbeit einen Teil des Glücklichseins ausmacht. Nach der Ausbildung als Schauspieler arbeitete er jahrelang in der Theatertechnik und bildete dabei auch Menschen in schwierigen Lebensumständen aus. Dabei beobachtete er, dass Glück häufig eine Frage der Perspektive ist.

rungen sein, aber doch so, dass die Betroffenen ihr Potenzial entfalten können. Wie dies gelingt, darüber führt Bruno Bissegger genau Buch. Darin sind auch anspruchsvolle Ausgangslagen skizziert. «Umso schöner ist es, wenn sich eine Person fängt und langfristig zufrieden in einem Betrieb mitwirken kann.» Solche Glücksmomente gibt es häufig, und Bruno Bissegger teilt sie mit Freuden. «Ich habe grossen Spass an der Arbeit mit meinen Leuten», hält er fest. Er weiss aus eigener Erfahrung, wie die Arbeit einen Teil des Glücklichseins ausmacht. Nach der Ausbildung als Schauspieler arbeitete er jahrelang in der Theatertechnik und bildete dabei auch Menschen in schwierigen Lebensumständen aus. Dabei beobachtete er, dass Glück häufig eine Frage der Perspektive ist.

### Ansichtssache

Bei der Perspektive denkt der Direktor der Privatklinik Meiringen, Dr. phil. Christian Pfammatter, auch an die zeitliche Betrachtung. «Wir sprechen häufig von Glück, meinen damit aber eher das dauerhafte Wohlbefinden», sagt er. Wer in der Schweiz aufwache, habe allerbeste Bedingungen für Wohlbefinden, was aber leider häufig vergessen werde. «Frieden, die umfangreichen Sozialleistungen und -netzwerke, gute Ausbildungs- und Karriereöglichkeiten und nicht zuletzt das hervorragende



Gesundheitssystem bilden eine gute Grundlage, um sich langfristig wohlfühlen zu können», äussert sich der Direktor. «Auf dieses Wohlbefinden fokussieren sich die Therapien der Privatklinik Meiringen und der Abteilung für Stressfolgeerkrankungen am Hasliberg.» Bei den Gesprächen gehe es dabei häufig auch um Familie, Partnerschaft und Freunde, und das aus statistisch nachvollziehbaren Gründen.

### Verlängert das Leben

Aus Befragungen weiss man, dass Familie und Partnerschaft am häufigsten genannt werden, wenn Schweizerinnen und Schweizer nach den Gründen für ihr Wohlbefinden gefragt werden. Auf Platz drei folgen Freunde. «Stimmen diese Faktoren, kann sich dies sogar in einer längeren Lebensdauer niederschlagen», erklärt Christian Pfammatter. Die aktuelle Zeit würde dies nochmals deutlich zeigen, veranschaulicht er mit einem Beispiel. «Wer eine intakte Familie und Partnerschaft hat und auf Freunde zählen kann, spürt die negativen Folgen von Covid-19 weniger deutlich.» Gesundheit beansprucht in der Statistik übrigens den zweiten Platz, die Themen Karriere und Geld schaffen es überraschenderweise nur auf Platz sechs und sieben. Das Wort Glück kommt in der Befragung übrigens nicht vor. Es ist nämlich nicht als Konstante angelegt, sondern taucht unerwartet auf und wird meist vom Schicksal bedingt.

### Lottosechser

Der Millionengewinn im Lotto ist ein typischer Glücksmoment, der sich sogar körperlich mit vermehrtem Ausstoss von Glückshormonen manifestiert. «Glück kann man nicht bestellen, man kann aber die Wahrscheinlichkeit vergrössern, dass es eintritt», so die Darstellung von Christian Pfammatter. «Wer sein Wohlbefinden fördert, indem er zum Beispiel Kontakte festigt und aufbaut, vergrössert auch die Chance, vom Glück gefunden zu werden», lautet sein philosophischer Ansatz. Während der letzten sieben Jahre hat er als Direktor der Privatklinik Meiringen das Wort Glück noch in einem weiteren Sinne erlebt. Er erinnert sich unter anderem an einen Brand in der Klinik, der dank der guten Zusammenarbeit aller Beteiligten glimpflich und ohne Personenschaden ausging. «Manchmal ist Glück auch etwas ganz Elementares», findet der Direktor. «Nämlich ganz einfach die Tatsache, dass über eine lange Zeit kein Unglück passierte.»

Nr. 186341, online seit: 17. Dezember – 07:00 Uhr

Michel Gruppe

**Michel Gruppe**  
Willigen  
3860 Meiringen  
Telefon 033 972 82 00  
info@michel-gruppe.ch  
www.michel-gruppe.ch

1 Für die Leiterin der MPA Martina Flück bedeutet es Glück, dass sie eine Stelle in der Region fand, die sie voll und ganz erfüllt.

2 Dr. phil. Christian Pfammatter unterscheidet zwischen Wohlbefinden, das langfristig angelegt ist, und Glück, das meist unvorhergesehen eintritt.

3 Durch einen Job erhalten die Klienten von Bruno Bissegger einen Platz in der Gesellschaft, was von vielen als Glück wahrgenommen wird. Fotos: Patrick Schmed