

# GESTALTUNGSSPIELRAUM

## (Berufs-) Leben



Dr. Carla Benz – Infos zur Person

© DZJ/Sebastian Gabisch

Ein Beitrag von Marlene Hartinger

**INTERVIEW** /// Zahnärztin, Kommunikationsexpertin und Autorin Dr. Carla Benz bietet Lesern mit ihrem Buch *TigerGulasch* wertvolle Tipps für ein glückliches Berufsleben. Wie wichtig dabei der Blick nach innen ist, lässt die Autorin im Kurzinterview anklängen.

Frau Dr. Benz, in aller Kürze, worum geht es in Ihrem Buch?

Während meiner Weiterbildung in zahnärztlicher Hypnose und Kommunikation ist mir aufgefallen, welche entscheidende Rolle die Persönlichkeit der Zahnärzte in der Interaktion mit Patienten sowie Mitarbeitenden spielt. Um unser Gegenüber wirklich zu erreichen, reicht es nicht, Kommunikationstechniken wie „Kochrezepte“ zu erlernen und zu befolgen, wir müssen vor allem authentisch und kongruent sein. Dies hat einen erheblichen Einfluss auf unseren beruflichen und letztlich auch auf unseren privaten Erfolg (weil wir ja oftmals die Dinge „mit nach Hause“ nehmen). Die Art, wie wir kommunizieren, wirkt sich zudem auf unsere mentale Gesundheit aus. Innerhalb der (Zahn-)Medizin gibt es aktuell zu diesem Thema wenig vergleichbare Literatur. Im Kern möchte das Buch die Leser bei der Beantwortung der Frage „Was macht für mich ein glückliches und erfolgreiches Berufsleben aus und wie erlange ich es?“ unterstützen. Wer hier eindeutige Handlungsanweisungen erwartet, wird jedoch enttäuscht werden. Wir neigen dazu, die Verantwortung für unser Glück wie für unser Unglück stets im Außen zu suchen. Dabei sollten wir uns bei der Beantwortung der obigen Frage immer erst auf uns selbst besinnen. Der Schwerpunkt



Das Buch von Dr. Carla Benz ist im Handel erhältlich.  
Die Autorin ist auch auf Instagram unter  
[www.instagram.com/carla.i.benz](https://www.instagram.com/carla.i.benz) zu finden.

des Buches liegt daher auf der eigenen mentalen Haltung und ihrer Auswirkung auf unser alltägliches Leben. Ich möchte verdeutlichen, welchen immensen Gestaltungsspielraum wir für unser eigenes (Berufs-)Leben haben. Dies alles äußert sich zunächst darin, wie ich mit mir selbst kommuniziere, aber insbesondere auch darin, auf welche Weise ich mit meiner Umwelt kommuniziere.

Was verbirgt sich hinter dem besonderen Buchtitel *TigerGulasch*?

Einerseits sollte man den Titel nicht allzu ernst nehmen. Andererseits hat er für mich persönlich eine sehr große Bedeutung. Während meiner hypno-kommunikativen Ausbildung dachte ich oft: Es ist doch eigentlich so leicht – die Übersetzung ins alltägliche Leben dafür aber umso schwerer!? Das Buch bietet ein paar grundlegende Kommunikationstechniken, die man kennen sollte, wenn man mit Menschen arbeitet. Techniken sollten jedoch nur als Grundrezepte angesehen werden. Ergo: Mit dem passenden Rezept kann jeder ein Gulasch zubereiten. Es geht aber um viel mehr als das! Die meiste Zeit unseres Lebens werden wir praktizierend in der zahnärztlichen Praxis verbringen. Dabei sollten wir uns möglichst wohlfühlen, um am Ende des eigenen Lebens sagen zu können: „Ich habe eine wunderbare Zeit gehabt!“ Das zu erreichen, ist eine große Herausforderung, und daher vergleiche ich dies mit dem Fangen des eigenen inneren Tigers.

#whdentalwerk



iodent.wh.com

W&H Deutschland GmbH

t 08651 904 244-0

office.de@wh.com, wh.com



# Innovative Instrumentenaufbereitung mit ioDent®-System



## Smartes ioDent®-System für die Lisa Remote Plus Sterilisatoren

In Verbindung mit dem ioDent®-System gewährleisten die neuen W&H Sterilisatoren eine intelligente und vernetzte Instrumentenaufbereitung. Durch die Übermittlung präziser Echtzeitinformationen kann Ihr Service Support schnell auf Fehlfunktionen reagieren und somit eventuelle Ausfallzeiten Ihres Geräts reduzieren. Über die ioDent® Onlineplattform haben Sie ihr Gerät jederzeit im Blick – und das von überall aus.

