

KARIMA, KARIMA:

Umgebung als Spiegel unseres Selbst

Text: Dr. Carla Benz

Tipp

Zwischenmenschliche Beziehungen haben einen subtilen, aber entscheidenden Einfluss auf unsere Psyche und unseren Körper. Evidenz belegt, dass Menschen, die sozial stärker vernetzt sind, eine längere Lebenserwartung haben. Unser Umgang mit uns selbst und unser Verhalten gegenüber anderen bedingt somit nicht nur unsere psychische oder mentale Verfassung, sondern auch unsere physische Gesundheit. Wir verbringen einen Großteil unseres Alltags in Praxisräumen, mit dem zahnärztlichen Team und unseren Patient*innen. Diese Beziehungen sollten daher unbedingt gepflegt werden, um unsere eigene mentale und physische Gesundheit auf Dauer gesund zu erhalten.

Innerhalb des Behandlungszimmers tragen wir die Verantwortung für alle Beteiligten. Da uns unsere Patient*innen einen enormen Vertrauensvorschuss entgegenbringen, indem sie sich uns „ausliefern“, stehen wir in der Pflicht, dieses Vertrauen nicht zu enttäuschen. Allein durch die medizinische bzw. fachlich-technische Kompetenz werden wir dieser Pflicht nicht gerecht. Auch unsere soziale Kompetenz ist gefragt, d.h. unsere innere mentale Haltung, mit der wir anderen Menschen, unseren Angestellten bzw. der Stuhlassistenz begegnen. Ist dieses Verhältnis nicht von Wertschätzung und Anerkennung geprägt, werden unsere Patient*innen dies spüren.

Kennen Sie Karma?

Der Begriff stammt aus dem Buddhismus und Hinduismus und wird als „das durch früheres Handeln bedingte gegenwärtige Schicksal“ beschrieben. Demnach habe jedes menschliche Handeln – egal, ob physisch oder geistig – eine Folge, welche sich unweigerlich auf uns selbst auswirkt. Das ist der Grund, weshalb nicht nur unsere Handlungen, sondern auch unsere innere Haltung Mitmenschen gegenüber direkte Auswirkungen auf uns selbst haben – unsere Umgebung als Spiegel unseres Selbst.

Daher mein Tipp: Suchen Sie die Verantwortung für das Gelingen oder auch Misslingen immer erst bei sich selbst. Seien Sie dabei gründlich! Sie selbst sind im Übrigen häufig auch der einzige Faktor, an dem Sie wirklich etwas verändern und bewirken können. Dieses Verhalten wird sich positiv auf Ihre Umgebung auswirken und so werden Sie in der Lage sein, Ihre Mitarbeiter*innen zu motivieren und zu inspirieren. Auf jeden Fall werden diese Aspekte Auswirkungen auf Ihre allgemeine Zufriedenheit und auch Gesundheit haben. <<<

KONTAKT

Dr. med. dent. Carla Benz
Zahnklinik
Abteilung für Zahnärztliche
Prothetik und Dentale Technologie
Universität Witten/Herdecke

Infos zur Person

