



## Mein Comeback im Beruf!

### **Simona Mutti,**

43-jährig, Ausbildung als Sportlehrerin und Lehrerin (Lehrerseminar). Berufliche Erfahrungen als Sportlehrerin, Aufbau von Aqua-Fit-Kursen und Personal Training, Mutter von drei Knaben (12-, 10- und 8-jährig). Frau Mutti arbeitet heute 50% als Leiterin Betriebssanität an der ETH Zürich.



### In welcher Form haben Sie Erfahrungen mit dem beruflichen Wiedereinstieg?

Nach jeweils 12 Wochen Mutterschaftsurlaub nach der Geburt unserer drei Jungs bin ich immer wieder in die Berufsarbeit eingestiegen. Ich habe das grosse Glück, dass auch mein Partner und Vater der Kinder sich sehr engagiert in der Familie. So hatte auch ich die Chance, mich beruflich zu entwickeln. In den letzten 12 Jahren habe ich auch zweimal den Job gewechselt, was jedes Mal eine neue Herausforderung war, aber eigentlich ganz gut über die Bühne ging. Das hat auch gut getan, denn so musste ich mich entwickeln.

### Wie schaffen Sie es, Beruf und Familie unter einen Hut zu bringen?

Gerade auch als die Familie grösser wurde und es zu Hause strenger wurde, war mir meine Berufsarbeit ein willkommener Ausgleich. Ich empfinde das Pendeln zwischen Berufs- und Familienarbeit grundsätzlich als sehr bereichernd. Der Organisationsaufwand ist jedoch oft sehr gross.

Mit meinen Energien bin ich immer wieder hart am Wind gesegelt. Abgesehen von ein paar Tiefs, wo ich auf die Nase gefallen bin, hat es ganz gut geklappt.

### Wie tanken Sie Ihre Energien auf?

Mich draussen in der Natur bewegen, Joggen, buddhistische Meditation, Zeit mit meinem Mann verbringen, mal eine Freundin treffen, und mir zwei-, dreimal im Jahr ein Wochenende für mich alleine gönnen.

### Inwiefern erhalten Sie Unterstützung/Verständnis vom Arbeitgeber? / Welche familienfreundlichen Arbeitsbedingungen werden in ihrem Betrieb angeboten?

Ich hatte das Glück, recht verständnisvolle Arbeitgeber zu haben. Als Lehrerin ist das auch ein wenig einfacher. Die langen Ferienzeiten kamen mir sehr entgegen. Jetzt, da ich nur noch vier Wochen Ferien habe, ist die Betreuung schwieriger abzudecken. Was ich beim aktuellen Arbeitgeber bei meinem 50% Pensum sehr schätze ist, dass ich während den Schulferien der Kinder einen halben Tag Überzeit kompensieren darf.

---

### Haben Sie eine Arbeitsstelle, die Sie genügend fordert und fördert? Die Ihrem Potential entspricht?

Mein Mann und ich habe zugunsten der Familie beide bewusst auf eine Karriere verzichtet. Eigentlich schade, dass es mit Teilzeitstellen kaum möglichst ist eine Karriere zu machen. Das ist wohl noch Zukunftsmusik. Ich traure aber einer Karriere nicht nach, es wäre es für mich nicht der Wert gewesen, so viel zu arbeiten.

---

### Welches sind Ihre längerfristigen beruflichen Ziele?

Ich habe mich an meinen Arbeitsstellen eigentlich immer wohl gefühlt. Mein langgehegter beruflicher Traum habe ich aber (noch) nicht ausleben können. Jetzt, da die Kinder doch schon recht selbständig sind, versuche ich die Ausbildung zur Rettungssanitäterin konkret anzugehen.

---

### Inwiefern werden Sie durch Ihre Familie unterstützt? Nutzen Sie familienexterne Unterstützungsmöglichkeiten?

Mein Partner hat eine ähnliche Einstellung wie ich. Uns war es immer wichtig, dass für beide die Balance zwischen Familien- und Berufsarbeit gelingt. Unsere Eltern haben aber ein anderes Familienbild als wir und haben unsere Entscheidungen nicht immer geteilt. Sie haben nicht verstanden, weshalb ich auch noch arbeiten gehen wollte und immer noch will. Nichtsdestotrotz haben sie uns in vielen Situationen immer wieder unter die Arme gegriffen.

---

### Was würden Sie Frauen raten, die sich bei der Familiengründung überlegen, ob sie ganz aus dem Job aussteigen wollen/sollen oder nicht?

Tendenziell würde ich eher raten, die Berufsarbeit nicht aufzugeben. Mir würden nämlich ganz eindeutig der Austausch und die Anerkennung fehlen. Zudem finde ich, dass ein Wiedereinstieg einiges leichter fällt, wenn die Babypause nicht zu lange dauert.

Die Entscheidung liegt aber ganz alleine bei jeder Familie. Natürlich sind äussere Bedingungen (Budget, Ausbildungssituation, Wohnorte usw.) nicht für alle gleich und müssen in den Entscheid mit einbezogen werden.

---

### Was würden Sie Frauen raten, die noch zögern, den Wiedereinstieg in Angriff zu nehmen?

Ich persönlich brauche die Anerkennung von aussen, aus der Arbeitswelt. Andere brauchen das nicht, fühlen sich wohl zu Hause. Ich finde es wichtig, dass jedes Paar sich bewusst entscheidet, wie es sich mit Kindern und Haushalt organisieren will. Manche können auch gar nicht wählen – sie müssen einfach arbeiten gehen. Als Frau für sich selber sorgen zu können und einen Teil an das Familienbudget zu leisten ist einfach auch sinnvoll und gibt ein gutes Gefühl. Der Mann sollte aber unbedingt auch seinen Anteil in der Kinderbetreuung und bei der Haushaltsführung leisten.

---