

28.01.2021 um 05:20 Uhr

hr1 ZUSPRUCH



Ein Beitrag von

Christoph Schäfer,

Katholischer Religionslehrer, Rüsselsheim

Spaß bei der Arbeit

Im Internet hab ich entdeckt: In den USA wird heute vielerorts der „Fun at work day“ gefeiert: Er soll den Spaß bei der Arbeit hochhalten. Ich hab weitergeklickt und gemerkt: Einer anderen Website zufolge wird der „Fun at work day“ erst morgen zelebriert. Ich hab amüsiert gedacht: Es passt ganz gut zu einem Aktionstag rund um „Spaß bei der Arbeit“, dass er etwas unkoordiniert begangen wird. Das Thema sollte man nicht zu ernsthaft angehen. Sonst bleibt der Spaß auf der Strecke.

Ich hab dann noch über den kuriosen Aktionstag nachgedacht. Und gemerkt: In dem Spaß-Tag steckt für mich doch ziemlich viel Ernsthafte. Ich hab mir nämlich vorgestellt, mich würde jemand auf der Straße befragen: „Was verbinden Sie mit einem glücklichen Arbeitstag?“ Meine Antwort wäre: „Ein guter Arbeitstag ist für mich, wenn ich erfolgreich bin. Wenn ich etwas voranbringen kann.“ Die Antwort: „Wenn ich Spaß hab“ kam mir nicht in den Sinn. Denn das klingt für mich unprofessionell. So banal. Irgendwie peinlich.

Als mir das klar geworden ist, hab ich gedacht: Das ist eigentlich schade. Denn der Faktor „Spaß“ ist beim Arbeiten viel wichtiger, als ich es wahrhaben will. Denn wenn ich ehrlich darüber nachdenke, merke ich: Die Momente, in denen mir die Arbeit schlicht Spaß gemacht hat, sind etwas ganz Besonders und lassen mich gleich viel motivierter und besser weiterarbeiten.

Das Faszinierende an diesen Spaß-Momenten ist außerdem: Sie sind sehr unterschiedlich: Mal sind das Augenblicke, bei denen ich einfach ganz bei der Sache und absolut „im Flow“ bin. Ein anderes Mal habe ich Spaß bei der Arbeit, weil irgendetwas Verrücktes und Albernasses passiert und ich mal Fünfe gerade sein lasse.

Für mich ist das letztlich eine wohltuende Erkenntnis: „Spaß an der Arbeit“ ist beides: richtig loslegen – und einfach mal locker lassen. Letztlich sorgt der Spaß-Faktor anscheinend dafür, die Balance zu bewahren und weder dem „Burn out“ noch dem „Bore out“ zu verfallen. Also weder auszubrennen noch in Langeweile zu versauern. So gesehen, möchte ich doch ganz ernsthaft versuchen, den Spaß bei der Arbeit nicht aus den Augen zu verlieren.