

05.07.2015 um 07:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Dr. Fabian Vogt,

Evangelischer Pfarrer in der Öffentlichkeitsarbeit, Frankfurt

Tag des Workoholics

In Amerika verbieten jetzt erste Firmen ihren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, am Wochenende oder mitten in der Nacht im Büro zu sitzen. Und in Japan macht fast jede Woche ein neues Therapiezentrum auf. Warum? Weil es seit einigen Jahren immer mehr Menschen gibt, die arbeitssüchtig sind. Menschen, die einfach nicht mehr abschalten können.

Das sind Leute, die auch in ihrer Freizeit andauernd an die Arbeit denken, die zunehmend das Gefühl bekommen, ohne sie ginge in der Firma eigentlich gar nichts, und die überhaupt nicht merken, wie sehr sie im Lauf der Zeit ihr Privatleben vernachlässigen, um nur ja genügend Leistung zu bringen.

Workoholics nennt man solche Arbeitssüchtigen. Und wenn ich mal wieder eben beim Abendessen meine Mails checke, frage ich mich manchmal, ob ich nicht auch gefährdet bin. Und genau dafür gibt es den heutigen „Tag des Workoholics“ – um mal selbstkritisch zu schauen, wie viel Macht unsere Arbeit eigentlich über uns hat.

Denn das Problem ist ja: Workoholics definieren sich irgendwann nur noch über ihre Arbeit. Ja, ihr ganzes Selbstwertgefühl basiert auf ihrer Leistung. Womit sie zugleich sagen: Ohne meine Arbeit bin ich nichts. Und das ist ein ziemliches

Armutszeugnis.

Benedikt von Nursia, einer der Gründer der Mönchsbewegung, hat deshalb schon Anfang des sechsten Jahrhunderts einen klugen Satz gesagt: „Ora et labora“. Bete und arbeite. Das sind die Grundpfeiler eines guten Lebens. Na klar soll man gerne arbeiten, aber das darf nie das Einzige sein. Beten, also: über sich hinausdenken und dabei begreifen, welche Bedeutung die Liebe, die Hoffnung und der Glaube haben, gehört genauso dazu.