

Süchtig nach dem Beruf?

In der Samstagsausgabe FAZ vom 20. Januar erschien ein aufschlussreicher Artikel zum Thema „Workaholismus“. Tobias wurde dazu interviewt.

Neuere Studien zeigen, dass Workaholics ein höheres Risiko haben, Angsterkrankungen, Depressionen oder Schlafstörungen zu bekommen. Dass Sie weniger zufrieden mit ihrem Leben als „Normalarbeitende“ sind, häufiger Unzufriedenheit in der Beziehung oder Ehe erleben, mehr Unfälle im Zusammenhang mit dem Job produzieren, mehr Stress erleben und auch insgesamt weniger zufrieden mit ihrem Beruf sind. Sie sind im Schnitt schlechter gelaunt als „normal“ arbeitende Menschen. Und zwar auch dann, wenn sie das tun, was ihnen eigentlich gefallen sollte – nämlich arbeiten. Die „gute“ Nachricht: Nicht jede/r, der/die viel arbeitet, muss aber ein Workaholic sein.

In dem Artikel kam auch Tobias als ein sogenannter „Vielarbeiter“ zu Wort. Hier ein Ausschnitt seines Statements:

„Ich arbeite 60 Stunden pro Woche. Keiner zwingt mich, ich mache das freiwillig. Ich will kreativ sein, Neues erkunden, etwas bewirken, an andere weitergeben, Erfolge sehen. Ich empfinde einen Flow, die Arbeit trägt einen davon, ich merke die vielen Stunden nicht. Wichtig finde ich, dass man die Kontrolle behält (...) Mein Rat an Unternehmen: Schafft ein Arbeitsumfeld mit Sinn, Gemeinschaft, Angstfreiheit, Feedback und Möglichkeiten zu persönlicher Entwicklung. Wenn ein Manager eine Führungsposition in Teilzeit haben möchte – kriegen wir hin. Umgekehrt erwarte ich, dass man mich auch als jemand akzeptiert, der viel arbeitet.“

Quellenverweis:

Felicitas Witte: „Süchtig nach dem Beruf“. In: Frankfurter Allgemeine Zeitung, Nr. 17 vom 20.01.2024, Frankfurt 2024.

Autorin:

Dr. med. Felicitas Witte
Journalistin
www.felicitas-witte.de