

## Zeichen der Zeit



Foto: pixabay.com

Seit der Vertreibung aus dem Paradies hat die Arbeit ein eher schlechtes Image. Das Bibelwort vom „Schweiß des Angesichts“ und der Mühsal, die fortan mit dem Broterwerb verbunden sei, klingt bis heute nach (Gen 3, 17). Spricht man von Arbeit, ist meist die mit Stress assoziierte Erwerbs-Arbeit gemeint. Die Stichworte der Sozialwissenschaftler können einem einen Stich versetzen: Arbeitsverdichtung, Beschleunigung, Entgrenzung der Lebens- und Arbeitswelt. Ist die Work-Life-Balance nicht mehr gegeben, kann der berufliche Stress zu allen möglichen körperlichen und seelischen Beschwerden führen.

Studien zeigen, dass sich zwischen 10 und 30 Prozent aller Befragten als ausgebrannt erleben. Dem Psychologen Gert Kaluza zufolge hängen 50 bis 60 Prozent aller Fehlzeiten am Arbeitsplatz mit Stress-Problemen zusammen. Wer regelmäßig mehr als 11 Stunden am Tag arbeitet, hat ein 2,5-faches höheres Risiko an einer Depression zu erkranken, mahnt der Arzt und Psychotherapeut Joachim Bauer. Das ist die eine Seite der Medaille.

Die andere Seite zeigt ein anderes Bild: die meisten Menschen gehen gerne zur Arbeit. Befragungen zufolge sind ausgerechnet jene zufrieden, die besonders viel arbeiten: Selbständige, Freiberufler, Landwirte. Als Grund wird das Lebensgefühl angeführt, gefordert zu sein und über seine Zeit frei verfügen zu können. Dabei ist die gefühlte innere Freiheit wichtiger als die tatsächliche. Auch die handwerkliche bzw. geistige Tätigkeit an sich kann als beglückend erlebt werden, vor allem, wenn man sich voll mit seinen Talenten und Fähigkeiten einbringen kann. Hat Luther also recht? Der Reformator formulierte einst: „Der Mensch ist zur Arbeit geboren wie der Vogel zum Fliegen.“ Noch weiter geht P. Josef Kantenich, der Gründer der Schönstatt-Bewegung. Demnach ist die Arbeit eine Quelle der Freude, weil der Mensch an der „schöpferischen und sich verschenkenden Tätigkeit Gottes“ teilhat.

Klaus Glas