

Gleichgewichts(un)sinn

Jakob Schrenk



Work-Life-Balance als Ideal

Man muss also keineswegs Kiffer oder Buddhist sein, um von einem ewigen, harmonischen und stabilen Gleichgewicht zwischen Job und Freizeit zu träumen. Wer von uns könnte dagegen schon irgendetwas sagen? Vermutlich nur Louis Lewitan. Der Münchner Psychologe und Business-Coach glaubt: „Die Work-Life-Balance ist ein Ideal, das wir nie erreichen können. Die reale Erfahrung ist doch: Manchmal muss man halt in der Arbeit mehr Gas geben, weil ein wichtiges Projekt ansteht, manchmal steckt man beruflich zurück, weil man ein kleines Kind hat.“

Lewitan findet, dass uns der Begriff unnötig unter Druck setzt: „Vielleicht denken deswegen die Frauen, dass sie nicht nur im Job perfekt funktionieren sollen, sondern dass sie, um ihrem Leben noch mehr Gewicht zu geben, auch noch eine tolle Mutter und eine sexy Ehefrau sein müssen. Dann kommt zum beruflichen auch noch der private Stress.“ Louis Lewitan würde den Begriff Work-Life-Balance in unserem mentalen Wörterbuch am liebsten schwärzen. Aber vielleicht wäre das ein Fehler. Denn richtig eingesetzt, kann die nervige Vokabel durchaus helfen.

Vorgesetzte fürchten Belegschafts-Burnout

Dass unsere Vorgesetzten so gern und so oft von Gleichgewichtszuständen reden, zeigt ja, dass sie ein schlechtes Gewissen wegen all der Überstundenexzesse haben. Vielleicht fürchten sie sich auch vor einem kollektiven Belegschafts-Burnout. Das lässt sich ausnutzen. Am besten mit einem Satz wie: „Leider muss ich in der nächsten Zeit immer sehr pünktlich nach Hause gehen, ich will nämlich mehr auf meine Work-Life-Balance achten.“ Der Chef hat dann ein Problem. Denn es gibt eben Sätze, denen kann einfach niemand widersprechen.