

# »Man kann alles erreichen, aber wofür?«

Die Grenze zwischen Ausbeutung und **Selbstaubeutung** verläuft fließend. Während manche in der Arbeit Erfüllung suchen, müssen andere mit unbezahlter Tätigkeit Familien zusammenhalten.

→ VON GABRIEL RATH

Schlaf hält der 30-jährige Hilmar für überbewertet. Und das nicht, weil der junge Wiener Krankenpfleger ständig Party macht. „Nach zwölfenhalb Stunden Nachtdienst im Krankenhaus reicht mir ein kurzer Powernap, und ich bin wieder fit für einen Vormittagseinsatz in einer Impfstelle“, erzählt er. Bis zu 18 Stunden schaffe er locker. Seine Motive sind klar: Hilmar kann die zusätzliche Bezahlung gut brauchen, er lernt gern interessante Menschen kennen und: „Ich bin ein Workaholic, wie schon meine Mutter.“

Für viele Arbeitnehmer hingegen ist der Druck in der Arbeit eine immer größere Belastung: Nach dem Arbeitsklimaindex 2022 der Arbeiterkammer (AK) Oberösterreich kann sich ein Drittel der Beschäftigten nicht vorstellen, den derzeitigen Beruf bis zur Pension auszuüben. Weitere 27 Prozent sagen, sie fühlen sich stark belastet – mehr als doppelt so viele wie vor zehn Jahren.

„Die Belastung ist für viele enorm“, sagt Sybille Pirkbauer, Leiterin der AK Sozialpolitik. Etwa in der Gastronomie und der Reinigungsbranche herrschten oft unzumutbare Bedingungen: „Die Einhaltung bestehender Gesetze wäre



hier oft schon ein enormer Fortschritt.“ Besonders schwierig aber ist die Lage im Pflegebereich, wo die Grenzen zwischen bezahlter und unbezahlter Arbeit, zwischen im Beruf und in der Familie geleisteter Arbeit verschwimmen. Die Rechnung zahlen vorwiegend die

Katharina Mader, Chefökonomin des Momentum Instituts, erinnert daran: „Meine Aufgabe ist es, dass ich nicht alles leisten muss.“ // Clemens Fabry

Frauen: „Männer machen Überstunden im Büro, Frauen leisten nach dem Beruf unbezahlte Familienarbeit“, sagt Katharina Mader, Chefökonomin des Thinktanks Momentum Institut. Auch in modernen Jungfamilien wiederholten sich nach dem ersten Kind oft traditionelle Muster: „Halbe-halbe bleibt oft Illusion. Die Frauen übernehmen die meiste Karenzzeit, kehren dann oft nur verkürzt in die Arbeit zurück, und da schnappt die Falle zu: Jede zweite Frau arbeitet in Teilzeit, bei Müttern mit Kindern unter 15 Jahren sind es sogar 73 Prozent.“

**Über die Grenze.** Für die betroffenen Frauen heißt das: „Die mentale Belastung ist sehr hoch, und es gibt eine starke Erschöpfung durch die Mehrfachbelastung“, berichtet Manuela Vollmann, Geschäftsführerin des Förderungszentrums **ABZ Austria**. Das erlebte auch die deutsche Politikerin Antje Kapek: „Auf dem Weg in den Kreißsaal gab ich mein letztes Telefoninterview“, schreibt sie in ihrem Buch „Macht und Müdigkeit“, das sie nach ihrem Rückzug von

richtern, auch im Krankenstand von ihrer Firma kontaktiert zu werden.

Die Grenze zwischen Arbeits- und Privatleben weitgehend aufgelöst haben die Coronapandemie und die Digitalisierung. „Ich sehe gerade für Frauen das Wegfallen von Wegzeiten als absoluten Gewinn“, sagt Mader. Zugleich kritisiert sie aber: „Für viele Firmen ist es ein bequemer Weg, Frauen ins Home-Office abzuschieben. Job, Kinder, Haushalt – sie werden das schon alles schaukeln.“ Kapek meint dazu: „Dieses Ewigzur-Verfügung-Stehen mag ja zuerst ganz praktisch scheinen, ist aber hochgefährlich.“

Katharina Butschek, Leiterin der Psychologischen Beratungsstelle des Wiener Gesundheitsverbundes, geht noch weiter: „Ich halte das Smartphone für einen Brandbeschleuniger.“ Sie nennt auch psychologische Gründe, warum jemand zur Selbstaubeutung neigt: Die kindliche Sozialisation, das Vorbild der Eltern und Aufwachsen in einem Umfeld, wo Anerkennung untrennbar mit Erbringen von Leistung verbunden war: „Das sitzt bis ins Mark.“

Daraus leiten Menschen nicht nur besonderen Fleiß und einen Hang zur Perfektion ab, für viele wird die Arbeit identitätsstiftend. „Arbeit hat viel mit Selbstwert zu tun“, sagt Butschek. „Man kann alles erreichen, aber man muss sich auch fragen, wofür.“ Kapek hat beobachtet: „In jeder Firma gibt es den Typen, der vorleben muss, wenn ich mich nicht kaputt rackere, dann habe ich nicht richtig gearbeitet.“ Dieser „Typ“ ist üblicherweise ein Mann. Frauen sind weiterhin doppelt benachteiligt, wie Vollmann weiß: „Sie leisten mehr von der unersetzlichen Pflegearbeit und bekommen weniger Bezahlung und weniger Anerkennung.“ Die Mehrfachbelastung verhindert beruflichen Aufstieg, und die schlechte Bezahlung zwingt zu Selbstaubeutung: „Je mehr eine Frau verdient, desto mehr Möglichkeiten hat sie, sich Pflege- und Betreuungsleistungen zu kaufen“, so Mader.

Ob uns die völlige Verwirtschaftung des Lebens glücklich(er) macht? Psychologin Butschek plädiert für Auszeiten: „Wenn Sie einmal abschalten wollen, im wahrsten Sinne des Wortes, ist das kaum mehr möglich. Sobald Pause ist, kommt das Handy raus. Unser Hirn kommt nie zur Ruhe.“ Ökonomin Mader empfiehlt als Gegenentwurf zum „neoliberalen Dogma“ des permanenten Leistungszwangs, „wiederzuentdecken, dass es meine Aufgabe ist, nicht alles schaffen zu müssen.“

## »Wenn Frauen verkürzt aus der Karenz in die Arbeit zurückkehren, schnappt die Falle zu.«

der Fraktionsspitze der Berliner Grünen geschrieben hat. Es ist ein Aufschrei. Zur „Presse am Sonntag“ sagt sie: „Ich habe sehr oft und sehr lang über meine Grenzen gelebt. Das hat sich gesundheitlich, emotional und psychisch niedergeschlagen. Das Erschreckende ist, dass fast jeder, mit dem ich darüber spreche, sagt: ‚Mir geht es genauso.‘“ In der Pflege verläuft auch die Grenze zwischen Beruf und Berufung fließend. Vollmann erzählt: „Wir haben eine junge Frau aus Afghanistan bei uns, die unter schrecklichen Umständen zu uns gekommen ist. Sie hat sich für den Pflegeberuf entschieden, weil sie etwas zurückgeben will.“

Wer einmal in das Hamsterrad geraten ist, kann nur schwer ausbrechen. Oft sind wirtschaftliche Zwänge verantwortlich. „Ich dachte, ich muss rund um die Uhr arbeiten, damit ich mehr verdiene, um Kredite, die Ausbildung der Kinder und unseren Lebensstandard finanzieren zu können“, sagt ein früherer Manager, der ins Burn-out schlitterte. Nach einer AK-Umfrage gehen neun von zehn Österreichern krank in die Arbeit. Wer zu Hause bleibt, hat längst keine Ruhe: 49 Prozent der Befragten be-