

SUSANNE WESTPHAL

DIE NEUE LUST AN DER ARBEIT

**WIE SIE MIT GENUSS
BESSERE LEISTUNGEN
ERZIELEN**



campus

Die neue Lust an der Arbeit

Susanne Westphal

Die neue Lust an der Arbeit

Wie Sie mit Genuss bessere
Leistungen erzielen

Campus Verlag
Frankfurt/New York

© Campus Verlag GmbH

*Für Maxi, Leo, Phine, Louise, Nora und Günter,
ohne die mir meine Arbeit nie so viel Spaß machen würde*

ISBN 978-3-593-50797-2 Print

ISBN 978-3-593-43820-7 E-Book (PDF)

ISBN 978-3-593-43838-2 E-Book (EPUB)

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen. Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehmen wir keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Copyright © 2018 Campus Verlag GmbH, Frankfurt am Main

Umschlaggestaltung: Thierry Wijnberg, Amsterdam/Berlin

Umschlagmotiv: © Shutterstock / studiostok

Satz: Fotosatz L. Huhn, Linsengericht

Gesetzt aus: Minion und Myriad

Druck und Bindung: Beltz Grafische Betriebe, Bad Langensalza

Printed in Germany

www.campus.de

INHALT

Wir wollen alles	7
----------------------------	---

Teil I

Was heißt überhaupt »Neue Lust an der Arbeit«?

Kapitel 1: Die Dimension des Arbeitsglücks	19
Kapitel 2: Jeder braucht etwas anderes	24
Kapitel 3: Ich kann so nicht arbeiten	46
Kapitel 4: Erst einmal anfangen	51
Kapitel 5: Die Möglichkeiten nutzen	56

Teil II

Wir sind schon gut – und werden immer besser!

Kapitel 6: Meisterklasse – Die Lust am Lernen	65
Kapitel 7: Netzwerken	71
Kapitel 8: Vorbilder	76
Kapitel 9: Effizienter arbeiten	81
Kapitel 10: Meetings können Spaß machen	86

Teil III

Noch mehr Begeisterung für die tägliche Arbeit

Kapitel 11: Erst das Vergnügen, dann die übrige Arbeit	95
Kapitel 12: Gamification	99
Kapitel 13: Gute Stimmung im Büro	107

Kapitel 14: Sympathie unter Kollegen	112
Kapitel 15: Reiselust	122

Teil IV

Mehr schaffen von dem, was die Welt wirklich braucht

Kapitel 16: Selbst-Anerkennung	131
Kapitel 17: Wahrgenommen werden	142
Kapitel 18: Feedback und Lob	149
Kapitel 19: Mut zum Lieblingskunden	156

Teil V

Wir verbinden unsere Arbeit noch harmonischer mit unserem übrigen Leben

Kapitel 20: Es lebe die Digitalisierung	165
Kapitel 21: Ein Wohlfühlort zum Arbeiten	177
Kapitel 22: Vereinbarkeit mit dem privaten Leben	185

Fazit: Wir können alles	191
-----------------------------------	-----

Zum Weiterlesen	194
---------------------------	-----

WIR WOLLEN ALLES

»Was Ihr nicht tut mit Lust,
gedeiht Euch nicht.«

William Shakespeare

Was ist neu an der »Lust an der Arbeit?«

Der Begriff »Arbeit« ist ursprünglich nicht gerade positiv besetzt: Etwas muss gemacht, etwas muss erledigt werden. Von Freiwilligkeit oder gar Lust ist da erst einmal keine Rede. Ethymologisch, also sprachgeschichtlich, leitet sich das Wort Arbeit vom mittelhochdeutschen »arbeit« her, was so viel heißt wie »Beschweris, Leiden, Mühe«. In der Physik beschreibt »Arbeit« die Energie, die durch Kräfte auf einen Körper übertragen wird. Man sagt: »An dem Körper wird Arbeit verrichtet« oder »Arbeit geleistet«. Auch das klingt anstrengend, von Leichtigkeit keine Spur!

»Erst die Arbeit, dann das Vergnügen!«, erklärten mir schon meine Großeltern. Denn: »Ohne Fleiß kein Preis!« Arbeit muss also anstrengend sein und ordentlich nach Schweiß riechen. Das ist so ähnlich wie bei Medikamenten: »Medizin muss bitter schmecken, sonst nützt sie nichts«, lernten wir durch den Film *Die Feuerzangenbowle*. Ältere Menschen haben deshalb auch ein Problem, Wissens- oder Kreativarbeit überhaupt als Arbeit anzuerkennen. Schließlich sitzt man ja nur herum. Rechnet man die abgessene Zeit nach Stunden ab, ist das vielleicht noch gerade so nachvollziehbar. Doch wer eine Idee, etwa einen großartigen Markenslogan, für viele Tausend Euro verkauft, wirkt auf sie oft wie ein Betrüger. Wer ganz ohne Zuhilfenahme seiner Hände Geld verdient, indem er Wertpapiere auf dem Kapitalmarkt kauft und verkauft, gilt als obszön. Diese Haltung steckt uns immer noch in den Knochen. Anders lässt es sich nicht erklären, warum Arbeitszeit auch im 21. Jahr-

hundert noch ein Kriterium dafür ist, wie viel Lohn jemand ausgezahlt bekommt. Mitarbeiter müssten doch eigentlich dafür belohnt werden, wenn es ihnen gelingt, in kürzerer Zeit bessere Ergebnisse zu erzielen. Immerhin benötigen sie dadurch auch weniger Verweilzeit im Büro, weniger Energieaufwendungen und im besten Fall weniger Arbeitsplatz. Aber man orientiert sich auch für ergebnisorientierte Tätigkeiten noch immer an denjenigen, die beim Kontrollieren von Fahrscheinen oder Entgegennehmen von Kundenanrufen präsent sein müssen.

Im Jahr 2016 benötigten in Deutschland 8 Millionen Menschen staatliche Hilfen, um ein Leben auf Höhe des Existenzminimums führen zu können. Für sie hat die »Lust an der Arbeit« gewiss nicht die erste Priorität. Wer mit Armutssorgen kämpft, beschäftigt sich nicht damit, wie viel Freude er an seinem täglichen Schaffen haben könnte. Mein Buch richtet sich an die vielen Menschen, die es sich leisten können und die danach streben, sich ihr Leben und ihre Arbeit möglichst angenehm zu gestalten. Unter ihnen gibt es auch heute noch viele, die ihren Kindern erklären, sie gingen zur Arbeit, weil sie Geld verdienen müssten, ohne dazu zu sagen, dass ihnen das auch Freude macht. Doch die Zahl derer, denen es ebenfalls wichtig ist, mit welcher Tätigkeit sie ihre Miete finanzieren, wird immer größer.

Wir werden immer anspruchsvoller, wollen etwas tun, das unseren Fähigkeiten entspricht und das uns leicht gelingt. Unsere Arbeit soll sinnstiftend sein, wir wollen diese Welt ein Stück schöner machen. Gern gemeinsam mit Kollegen, die wir mögen. In einem Umfeld, das uns mit hellen, freundlichen Räumen empfängt und uns Cappuccino anbietet, nicht etwa abgestandenen Filterkaffee. Die Möglichkeit, im Homeoffice zu arbeiten und unsere Zeit frei einzuteilen schätzen wir auch, denn so können wir leichter unseren vielen anderen Interessen nachgehen, die uns neben der Arbeit wichtig sind. Die jüngste Shell-Jugendstudie (2015) hat ermittelt, dass 52 Prozent der Befragten Wert darauf legen, etwas zu tun, das sie sinnvoll finden.

Für junge Menschen sind hohes Einkommen und gute Aufstiegsmöglichkeiten wichtig. Doch genauso zählt für sie ihr Leben neben der Arbeit. 91 Prozent der Befragten finden, dass Familie und Kinder nicht zu kurz kommen dürfen. Weniger als die Hälfte der Jugendlichen ist der Meinung, dass Überstunden dazu gehören, wenn man Karriere

machen möchte. Auch viele meiner Kunden bestätigen meinen Eindruck, dass jüngere Arbeitnehmer besonders pünktlich nach Hause gehen und nicht mehr bereit sind, Freizeit zu opfern, um bei ihrem Chef zu punkten.

Genuss und Lebenssinn haben in vielen Lebensbereichen einen großen Stellenwert gewonnen: Unsere Haltung gegenüber unserem Essen, unserer Fortbewegung, unserer Sexualität und unsere Einstellung zur Arbeit haben sich ähnlich entwickelt: Vom Sattwerden ging es zum Gourmetessen und weiter zur ebenso köstlichen wie gesunden Kost – vegan oder doch wenigstens mit Fleisch aus Mutter-Kind-Tierhaltung in Demeterqualität. Wollten frühere Generationen nur irgendwie von A nach B kommen, ging es später um die »Freude am Fahren«, die sich BMW dann gleich zum Slogan ihrer starken Marke machte. Heute versuchen wir, uns möglichst umweltschonend mit Elektroautos oder mit dem Fahrrad durch die Welt zu bewegen. Unsere Sexualität entwickelte sich von der reinen Zeugung unserer Nachkommen mit eher zufälligen Freudenmomenten weiter zum Orgasmus für alle, mit dem sportlichen Ehrgeiz, dieses Erlebnis gleichzeitig stattfinden zu lassen. Von der tantrischen Lust am Verschmelzen mit der anderen Seele wollte man vor ein paar Jahrzehnten noch nichts wissen. Und während unsere Großeltern noch arbeiteten, um Geld zu verdienen, wählten unsere Eltern oft schon einen Beruf, der ihnen Spaß machte. Heute wollen wir zusätzlich auch noch einen tieferen Sinn in unserem Schaffen sehen.

Gleichzeitig haben wir dank Digitalisierung und leistungsstarker, transportabler Computer auch die technischen Voraussetzungen, die es uns ermöglichen, zeitlich und räumlich viel flexibler zu arbeiten, als das noch vor 30 Jahren realisierbar gewesen wäre. Auch werden Unternehmen zunehmend beweglicher, was ihre Vorstellung vom idealen Arbeitnehmer und die Gestaltung von Arbeitsverträgen angeht. Home-office-Lösungen oder flexible Teilzeitverträge sind selbst in staatlichen Verwaltungsorganisationen keine exotischen Begriffe mehr, sondern gelebte Realität. Wir können unsere Lust an der Arbeit heute also auf ganz neue Weise gestalten und ausleben.

Ich bin überzeugt: Jeder, wirklich jeder – ob Unternehmer, Angestellter oder Beamter – kann sich sein Arbeitsleben so einrichten, dass er mit der allergrößten Freude in den Tag startet und sich mit Lust

in seine Aufgaben stürzt. Manche haben dabei mehr, andere weniger Spielraum. Aber es gibt in jeder Tätigkeit viele Möglichkeiten, den Alltag für sich angenehmer zu gestalten.

Jemand äußerte einmal, man könne die Menschheit in zwei Gruppen einteilen: in Freitagsfreuer und Montagsfreuer. Freitagsfreuer sind froh, dass ihre Arbeitswoche nun zu Ende ist und stürzen sich begeistert ins Wochenende. Sie leben nur für ihre Freizeit, hangeln sich von Feierabend zu Feierabend, von Wochenende zu den nächsten Ferien, bis sie endlich ihren Ruhestand antreten können. Montagsfreuer hingegen – hierzu zählen Eltern von Kindern, die noch nicht durchschlafen – sind heilfroh, montags morgens aus dem Haus gehen zu können, um sich wieder mit »vernünftigen, erwachsenen Menschen« zu unterhalten, ihren beruflichen Zielen nachzugehen und Anerkennung für ihre Leistungen zu erhalten. Ich weiß, offen gestanden, nicht, welche der beiden Gruppen ich schrecklicher finde. Meine Ambition ist es, mich montags und freitags freuen zu können. In jeder einzelnen Woche meines Lebens. Deshalb ist der Begriff »Work-Life-Balance« für mich nicht passend gewählt, impliziert er doch, dass Arbeit kein Leben wäre!

Was macht Lust an der Arbeit?

In der Vorbereitung für dieses Buch habe ich 296 Angestellte, Freiberufler und Unternehmer aus meinem Netzwerk schriftlich befragt, was ihnen sehr wichtig oder wichtig ist, damit ihnen ihre Arbeit Spaß macht. Neben der Tätigkeit selbst, die man sich zumeist irgendwann bewusst als Beruf ausgesucht hat, ist es vor allem der gute Kontakt zu Kollegen (69 Prozent), Kunden (66 Prozent) und Vorgesetzten (51 Prozent), der die Menschen beschwingt. »Ich sehe den Sinn meiner Tätigkeit« war ebenfalls ein wichtiger Punkt, der von vielen als besonders wichtig genannt wurde (60 Prozent).

Mobbing durch Kollegen ist der am häufigsten genannte Demotivationsfaktor (82 Prozent). Als besonders frustrierend wird es außerdem empfunden, wenn man sich durch den Vorgesetzten unfair behandelt

fühlt (81 Prozent) oder übertriebene Kontrolle und keinerlei Vertrauen spürt (80 Prozent).

Mancherorts entsteht sogar der Eindruck, man würde nur »für den Mülleimer produzieren«, weil noch nicht einmal klar ist, was mit einem Arbeitsergebnis überhaupt geschieht. 77 Prozent gaben an, dass sie es demotivierend finden, wenn sie eine aus ihrer Sicht unsinnige Tätigkeit ausführen müssen. Erst dann wurde »Sexuelle Belästigung am Arbeitsplatz« angeführt, was ebenfalls für 77 Prozent der Befragten zu Frustrationen führen würde. Keine oder zu wenig Anerkennung für eine gute Leistung bewerten 72 Prozent als frustrierend. Damit geht einher eine schlechte Bezahlung (63 Prozent). Unterforderung wird schlimmer empfunden (72 Prozent) als Überforderung durch eine Aufgabe (59 Prozent).

Fehlende Regeln können genauso demotivieren wie übertriebene Bürokratie und langwierige Entscheidungsprozesse. Starre Arbeitszeiten und langweilige Routine lähmen den Elan ebenso.

Mag diese Umfrage auch nicht repräsentativ sein, so bestätigt sie doch viele Aussagen aus weiteren Studien zur Arbeitszufriedenheit.

Genussarbeiter verdienen mehr Geld

Lust an der Arbeit ist nicht nur »nice to have«. Sie ist auch mehr als nur ein wichtiger Faktor für unsere psychische und physische Gesundheit. Das Erstaunliche ist: Wenn wir all unsere Energie darauf konzentrieren, den Genuss bei der Arbeit zu maximieren, verdienen wir automatisch mehr Geld. Genussarbeiter verplempern weniger Zeit für energieraubende Tätigkeiten und haben viel mehr Kraft, nur noch das zu tun, was sie besonders gern machen und auch gut können. Dadurch sind sie seltener krank oder antriebslos und können an viel mehr Tagen im Jahr ihrer erfüllenden Tätigkeit nachgehen. Gegenüber Kollegen, Vorgesetzten oder Kunden formulieren sie von Anfang an klar, was ihnen – zum Genussarbeiten – wichtig ist. Sie äußern Erwartungen und stellen Bedingungen, was sie selbstbewusst erscheinen lässt und dadurch eine starke Wirkung auf andere erzeugt. Das macht sie in Gehalts- oder Honorarverhandlungen zu einer harten Nuss, weil sie

vermutlich mehr für sich selbst herausholen können als andere dazu in der Lage wären. Ein wahrer Genussarbeiter nimmt keine Aufträge an, wenn ihm der Auftraggeber unsympathisch erscheint oder das Projekt nach Frustrationserlebnissen klingt. Dadurch erfahren andere, wer seine Traumkunden sind und welche Lieblingsaufgaben er besonders gern annimmt. Er wird an die richtigen Neuinteressenten weiterempfohlen und es ergibt sich eine Art magnetische Anziehung, durch die immer mehr Traumkunden und Lieblingsaufgaben auf ihn zukommen.

Klingt nach Hokuspokus? Funktioniert tatsächlich!

»Das Leben ist zu kurz für Projekte, die keinen Spaß machen«, dachte sich wohl Michaela Stach, als zwei Ereignisse ihr Leben veränderten: Ihr wichtigster Kunde, der sie durch regelmäßige Textaufträge gewissermaßen ernährte, veränderte interne Prozesse und stellte auf eine neue Software um, so dass kreatives Schreiben nicht mehr so wichtig war. Zeitgleich rückten die Themen Gesundheit und Wohlbefinden in den Vordergrund: Sie bekam die Diagnose Multiple Sklerose. Beides für sie ein Grund, die nicht mehr passende Zusammenarbeit mit ihrem Stammkunden in Frage zu stellen und aufzukündigen. Wirtschaftlich erst mal »völlig verrückt«. Doch sowohl finanziell als auch in der Sache war die Entscheidung am Ende vollkommen richtig. Denn bei einer längeren Bergwanderung entwickelte Michaela die Idee, ihr berufliches Lieblingsthema in den Mittelpunkt ihres Schaffens zu rücken: Sie gründete die Akademie für Systemische Moderation, die regelmäßig interessierte Führungskräfte zum Systemischen Moderator ausbildet und auch vom Dachverband der Weiterbildungsorganisationen zertifiziert wurde. Mit ihrem Buch »Agil moderieren« hat sie das Thema fest mit ihrem Namen verknüpft und überregional für Aufmerksamkeit gesorgt. »Ohne die Kündigung meines größten Kunden wäre all dies nicht möglich gewesen.« Und die Krankheit? »Hält sich zurück, im Moment. Das hat sicher auch damit zu tun, dass es mir insgesamt so gut geht im Leben.«

Glücklichsein muss man erst einmal wollen!

Glückliche Menschen sind unter anderem deshalb zufriedener mit ihrer Lebenssituation, weil sie positive Botschaften förmlich suchen! Das

konnte der britische Psychologe Richard Wiseman in einem einfachen Test nachweisen: Über eine Anzeige rief er die Leser einer Zeitschrift auf, sich an einer Studie zum Thema Glück zu beteiligen. Besonders die Menschen, die sich ganz besonders glücklich oder ganz besonders unglücklich fühlten, forderte er auf, sich bei ihm zu melden. An anderer Stelle in derselben Zeitschrift stellte er einen möglichen Gewinn von 400 Pfund in Aussicht, wenn man sich bei ihm als Teilnehmer für eine Studie meldete. Die Nachfrage unter allen Studienteilnehmern ergab: Fast alle, die sich selbst als besonders glücklich bezeichneten, hatten die zweite Anzeige ebenfalls entdeckt. Die Unglücklichen dagegen hatten diesen Aufruf allesamt überblättert. Wisemans These lautet wie der Titel seines gleichnamigen Bestsellers *Machen, nicht denken*: Wenn ich mich verhalte, wie jemand, der glücklich ist, fühle ich mich in Folge dessen auch glücklicher.

Die amerikanische Sozialpsychologin und Körperspracheexpertin Amy Cuddy weiß: Wenn ich mich bewege wie ein starker, erfolgreicher Mensch, bin ich auch erfolgreicher. In einem Test ließ sie in einer Gruppe von 42 Probanden die eine Hälfte typische Siegerposen einnehmen. Nur eine Minute lang: Brust raus, das Kinn nach oben gestreckt und die Arme applaudierend über den Kopf haltend oder Muskeln spielend den Bodybuilder mit Siegerlächeln mimend. Oder die Arme wurden lässig hinter dem Kopf verschränkt, während die Füße machohaft auf dem Tisch lagen. Die andere Hälfte der Gruppe sollte sich mit verschränkten Armen und Beinen und mit gesenktem Kopf möglichst klein machen. Selbst nach so kurzer Zeit veränderte die Körperhaltung den Hormonspiegel: Während bei der Siegergruppe im Blut ein deutlicher Testosteron-Anstieg und gleichzeitiges Absinken des Stresshormons Cortisol nachweisbar war, veränderten sich die Werte bei den Teilnehmern mit Tiefstathaltung genau umgekehrt. Im Anschluss zeigten sich die ersten deutlich risikofreudiger und selbstbewusster.

Vor wichtigen Verhandlungen ist es also wichtig darauf zu achten, dass man nicht unbedingt zusammengekrümmt auf einem Stuhl sitzt und auf seinem Handy herumdrückt, sondern sich ganz bewusst so bewegt, als hätte man bereits einen Sieg errungen. Das gelingt am einfachsten, indem man sich an eine erlebte Situation erinnert, wo man sich exakt so gefühlt hat. Das kann ein Erfolgserlebnis beim Sport

gewesen sein oder ein besonders gelungener Chorauftritt. Man imitiert sich also selbst und ahmt das eigene Verhalten aus einer Situation nach, in der es einem großartig ging.

Eben diese Einstellung sollten wir uns auch in Sachen Lust an der Arbeit zu Herzen nehmen. Warum nicht auch hier einfach einmal in Vorleistung gehen und uns zuerst so benehmen, als wären wir glücklich und voller Arbeitsfreude? Mal sehen, ob wir damit nicht auch unsere Empfindungen beeinflussen können.

Jemand, der morgens nicht gut aus den Federn kommt, schlampig gekleidet und ohne Frühstück auf den letzten Drücker zur Arbeit rennt, um dort als erstes die Arbeitsaufträge und Kommentare von Vorgesetzten und Kollegen einzusammeln (»erst einmal E-Mails checken«), bevor er sich eigene Gedanken macht, was er heute erledigen oder erreichen will, wird sich schwertun, Lust an seiner Arbeit zu entwickeln. Einen erfolgreichen Genussarbeiter stelle ich mir dagegen ganz anders vor: Jemand sieht ausgeschlafen, gesund und energiegeladent aus, hat eine ganz entspannte Körperhaltung, mit der er sich majestätisch schreitend und lächelnd an seinem Arbeitsplatz bewegt. Dieser Mensch gönnt sich ein gepflegtes Äußeres, vom gebügelten Hemd oder Bluse bis zu den geputzten Schuhen, und umgibt sich mit besonders schönen Arbeitsutensilien, ob das nun ein ledergebundenes Notizbuch ist oder eine extra leistungsstarke Bohrmaschine. Zur Besprechung ist derjenige schon früh da und begrüßt die Kollegen, als wäre er der Gastgeber.

Wir haben die Wahlfreiheit, ob wir bei uns selbst anfangen oder ob erst die Umstände alle ideal sein müssen, bevor wir die Welt positiv sehen.

Natürlich gibt es äußere Umstände, die einen Job objektiv angenehmer oder unangenehmer machen. Neue Büromöbel für alle sind eine erfreulichere Mitteilung als die Schließung eines kompletten Standorts und das damit verbundene Bangen um den eigenen Arbeitsplatz. Doch wenn ich mir ansehe, wie unterschiedlich Menschen, die beim selben Arbeitgeber beschäftigt sind, mit identischen Situationen umgehen, kann man schon zur Überzeugung gelangen, dass wir am allermeisten selbst für unsere Lust am Arbeiten verantwortlich sind. Wir sind unseres eigenen Arbeitsglückes Schmied!

Dieses Buch will Ihnen den Blick für die Möglichkeiten öffnen,

wo und wie wir unser Eisen klopfen und biegen können. Ich hoffe, es macht Ihnen Lust, einiges davon in die Tat umzusetzen. Schreiben Sie mir doch, ob etwas gelungen ist. Erzählen Sie mir, wenn eine Idee bei Ihnen nicht funktioniert hat. Vielleicht haben Sie ja noch ganz andere Ideen, wie sich die Arbeitslust steigern lässt. Ich bin gespannt, was Sie zu berichten haben.

www.arbeitslust.de

E-Mail: Susanne@Arbeitslust.de

Teil I
Was heißt überhaupt
»Neue Lust an der Arbeit«?

Kapitel 1

DIE DIMENSION DES ARBEITSGLÜCKS

»Wenn du eine Stunde lang glücklich sein willst, schlafe.
Wenn du einen Tag glücklich sein willst, gehe fischen.
Wenn du ein Jahr lang glücklich sein willst, habe ein Vermögen.
Wenn du ein Leben lang glücklich sein willst, liebe deine Arbeit.«

Spruchwort

Bin ich hier richtig?

Wir alle haben uns irgendwann unseren Beruf gesucht. Vielleicht ganz bewusst, vielleicht sind wir auch »irgendwie reingerutscht«. Damit wir überhaupt irgendeine Form von Arbeitslust erleben können, ist es zwingend notwendig, dass wir uns auch den Job leisten, der zu uns passt. Wenn jemand leidenschaftlich gern kocht und seine gesamte Jugend mit Küchenexperimenten verbringt, all sein Taschengeld in ordentliche Messer investiert und nachts davon träumt, sich eines Tages einen Guide-Michelin-Stern zu erkochen, kann ich mir nicht vorstellen, dass diese Person glücklich wird, wenn sie als Rechtsanwältin in einer großen Kanzlei anheuert, weil Papa mit Enterben drohend »Lern etwas Gescheites!« verlangte.

Damit maximale Arbeitslust möglich ist, müssen viele Faktoren gleichzeitig passen. Der Job sollte mir nicht nur Spaß machen, sondern auch meinen Fähigkeiten entsprechen. Für manche Berufe, wie etwa Rechtsanwältin oder Arzt, brauche ich auch zwingend eine bestimmte Qualifikation. Ich sollte mein Thema leidenschaftlich lieben oder mir doch zumindest vorstellen können, nachts aufzuwachen, weil ich zu meinem Thema eine gute Idee hatte. Damit ich von dieser Leidenschaft leben kann, sollte mein Thema auch bezahlt werden. Es muss also jemanden geben, der meine Leistung nachfragt und brauchen kann. Und selbst wenn diese Punkte alle erfüllt sind, nützt es mir nichts, wenn die erforderliche Arbeitszeit oder der Arbeitsort nicht zu meinem restlichen Leben passen.