Zeitschrift: Die Kette : Schweizerisches Magazin für Drogenfragen

Herausgeber: Die Kette, Dachverband der privaten therapeutischen Einrichtungen in der Drogenhilfe der Region Basel

Band: 14 (1987)

Heft: 1

Artikel: Gedanken zum Thema Arbeitssucht

Autor: Wyssling, Heinz

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-799813

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Gedanken zum Thema Arbeits-sucht

Sucht

- Unser Leben ist bestimmt von Abhängigkeiten:
  - als Kind sind wir von den Eltern (materiell und immateriell) abhängig
  - als Liebhaber in den Leidenschaften des Partners verstrickt
  - als Eltern ums Wohlergehen der Familie bemüht
  - als Arbeitnehmer vom Goodwill des Arbeitgebers einerseits und dem Konjunturverlauf andererseits abhängig
  - etc., etc. ...
- **Solche und andere Abhängigkeiten gehören zu den (kulturell) akzeptierten Ritualen des Alltags. Wenn sie uns vertraut und kulturell abgesichert sind, können wir damit umgehen.**
- Abhängigkeiten werden dann problematisch, wenn die Freiheit der Wahl nicht mehr gegeben ist und wir die Opfer der eigenen Ansprüche geworden sind. Gleichsam gefangen im Käfig der Begierden und Sehnsüchte: d.h.:
  - wenn Liebe zur Eifersucht wird
  - wenn sich Arbeit zum Selbstzweck reduziert
  - wenn die Freude am Spiel zum "Spielhöllenexzess" verkommt
  - wenn gesellige Abende im besinnungslosen "Suff" enden.
- **Wir leben in einer permissiven, "drogenfreundlichen" Gesellschaft. Der Umgang mit den gesellschaftlich akzeptierten Drogen wie Alkohol, Nikotin, Medikamente etc. ist längst zum Bestandteil unseres Wirtschaftslebens geworden und trägt mit dazu bei, den Alltag besser ("störungsfreier") zu bewältigen. Solange der Umgang damit in Verantwortung gegen sich selbst und andere eingebunden ist, ist nichts dagegen einzuwenden.**
- Erst durch die Analyse der Verhaltensmuster, der Werte und Normen innerhalb einer Gesellschaft kann bestimmt werden, wann der Gebrauch von Drogen zum Missbrauch wird. Missbrauch bewegt sich im Vorfeld von Abhängigkeit und kann zu zwangshaftem Verhalten führen.
- **Abhängigkeit wird definiert als schwer bezähmbares Verlangen nach periodisch oder ständig wiederholter Einnahme einer Substanz (chemischen oder natürlichen Ursprungs) bzw. Handlung (Verhalten), um Unlustgefühle zu verdrängen oder lustvolle Befriedigung zu erhalten.**
- Es macht den Anschein, als ob es gerade in unserer "High-Tech"-Gesellschaft besonders schwierig geworden wäre, den schmalen Pfad zwischen Genussfähigkeit und Lebensfreude hier, Missbrauch und Abhängigkeit dort einzuhalten. Es stellt sich zunehmend die Frage, ob wir überhaupt noch die Freiheit der Wahl haben.

Arbeitssucht

- **Sucht ist ein Verhalten mit Wiederholungszwang, welches zunächst allein aus sich selbst heraus nicht sinnvoll erklärbar ist. Es ist offenbar so, dass süchtiges Verhalten erst erklärbar ist, wenn man sieht, dass dieses Verhalten etwas zudeckt. was man als innere Lehre bezeichnen könnte. Das Ganze hat auch einen Zirkel und beinhaltet damit eine eskalierende Spirale, die nicht mehr zu bremsen ist, im Sinne von: immer-mehr-desselben. Sobald es eine Unterbrechung in diesem Zirkel gibt, tritt das Phänomen des Katers auf.**

Arbeitssucht ist also eine Art zu arbeiten, welche weder auf der spezifischen Aufgabenstellung noch der existentiellen Notwendigkeit begründet werden kann, sondern vielmehr mit dem Bedürfnis nach einer narzistischen Befriedigung zu tun hat. Jede Art von Tätigkeit bzw. Arbeit, die über die durch die Arbeitsorganisation gegebene zeitlichen und aufgabenbezogenen Bestimmungen hinausgeht, würde ich als Arbeitssucht bezeichnen (Pierre Passett, Psychoanalytiker).

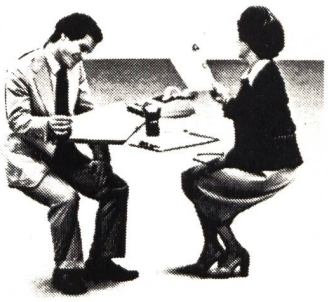
- Ich würde dann von Arbeitssucht reden, wenn die Arbeit missbraucht wird, wie dies im Vergleich mit einer chemischen oder natürlichen Substanz geschehen kann, um Konflikten oder Konfrontationen mit Problemen aus dem Weg zu gehen, d.h. wenn die Arbeit im Sinne einer Abwehrfunktion missbraucht wird. Entscheidend ist dabei, ob der Betroffene leidet, wenn er seine Arbeit nicht mehr ausführen kann, sich verloren und leer vorkommt, Angst bekommt, depressiv wird.
  Solche Entzugserscheinungen sind ja ein typisches Charakteristikum einer jeden Sucht.
  Von einer eigentlichen Arbeitssucht kann man wahrscheinlich nur dann reden, wenn dies – wie bei anderen "Süchten" auch – zu negativen Folgeerscheinungen führt. Das ist z.B. wenn die Effizienz der Arbeit beeinträchtig wird, weil die Arbeit gar nicht mehr auf ein Ziel ausgerichtet ist, sondern von der Abwehrfunktion überwuchert wird oder wenn andere wichtige Bereiche des Lebens leiden, weil der Betroffene nicht mehr in der Lage ist, sich ausserhalb der Arbeit wohlzufühlen und andere Ziele zu verfolgen wie: Ferien machen oder das Wochenende ohne zweckbestimmtes Tun zu geniessen (Ambros Uchtenhagen, Psychiater).

- **Die amerikanische Autorin M. Machlowitz schätzt, dass ca. 5% der Erwachsenen zur Kategorie der Arbeitssüchtigen zu zählen sind. Auffallend bei dieser Untersuchung ist, dass die Betroffenen im allgemeinen "glücklich" sind mit ihrer Sucht. Als "glücklich" können wohl diejenigen bezeichnet werden, denen es gelungen ist, ihr privates Lebensarrangement der Arbeit unterzuordnen ohne dabei noch zusätzlichen Erwartungen in Partnerschaft und Familie genügen zu müssen. Als "unglücklich" sind diejenigen auszumachen, die zwischen den Ansprüchen an die Arbeit und den Erwartungen seitens der Familie zerrissen werden und darauf mit Schuldgefühlen und psychosomatischen Reaktionen reagieren.**

- Der Psychiater G. Mentzel vergleicht die Arbeitssüchtigen in ihrem Erscheinungsbild mit demjenigen der Alkoholiker. Im Entwicklungsprozess gibt es ein analoges Phasenmodell mit: Einstiegsphase, Kritische Phase, Chronische Phase. Weitere Gemeinsamkeiten sind: die Zwangshaftigkeit des Tuns (unstillbarer Drang zu arbeiten), die Ausrichtung des Lebensstils zugunsten der Arbeit, das ständige Kreisen der Gedanken um die Arbeit, das nicht verzichten können auf die Arbeit (keine Wahl haben) und schlussendlich die allmähliche Zerstörung der sozialen Kontakte ausserhalb des Arbeitslebens.

- **Arbeitssüchtige sind Menschen, die aus eigenem Antrieb – und nicht weil es der Vorgesetzte erfordert – hart und lange arbeiten.**
  Arbeitssüchtige lieben ihre Arbeit, ihre Droge ist die Arbeit. Nur die Arbeit vermittelt das intensive Gefühl der eigenen Existenz.
  Der Fixer hat das kurz und bündig so formuliert: Auf den Schuss ist etwas – sonst ist nichts. Das können Arbeitssüchtige auch betreffs ihrer Arbeit sagen. Ob Putzteufel ob Wirtschaftskapitän: Gemeinsam ist ihnen die Unfähigkeit, ihr Leben ohne ein Übermass an Arbeit geniessen zu können.

- Typische Auffälligkeiten bei Arbeitssüchtigen sind:
  - Arbeitssüchtige sind konkurrenziert und zugleicn sich selbst die schärfsten Konkurrenten
  - Arbeitssüchtige können jederzeit und überall arbeiten
  - Arbeitssüchtige nutzen ihre Zeit optimal. Sie hassen Zeitverschwendung und schauen ständig auf die Uhr
  - Arbeitssüchtige ziehen keine scharfen Grenzen zwischen Arbeit und Vergnügen, oft ist ihre Arbeit ihr Hobby, ihre Freunde sind auch ihre Arbeitskollegen.
  - Eine einheitliche Psychodynamik der Arbeitssucht lässt sich nicht ausmachen. Zu unterschiedlich sind die je individuellen Ausprägungen und Motivationen. Ganz allgemein lässt sich das Phänomen mit dem Begriff der "neurotischen Gesundheit" umschreiben: Probleme werden verleugnet, der Anschein von Gesundheit und Schaffenskraft verdeckt auch dem Betroffenen selbst seine Schwierigkeiten (die dann doch irgendwann mit Macht hervordrängen und die Abwehr überwinden).



Wie wird man arbeitssüchtig?

Identifikation mit einem besonders tüchtigen Elternteil: Wenn z.B. schon der Vater viel gearbeitet und entsprechend viel verlangt hat. Die Disposition zur Arbeitssucht wird begünstigt, wenn die elterliche Zuwendung durch Leistung erkauft werden musste und nicht bedingungslos gewährt wurde.
Selbstzweifel: Die ausserordentliche Arbeitsleistung mag der unbewusste Versuch sein, es den Eltern immer noch recht machen zu wollen, um so endlich ihre Anerkennung zu erhalten.
Narzistische Selbstbestätigung: Menschen, die ausschliesslich ihre Arbeit lieben, mehr als sie andere Menschen lieben können, bringen damit zum Ausdruck, dass sie nicht lieben können, was sich nicht von ihnen beherrschen lässt.
Hinter der narzistischen Motivation können frühkindliche Erlebnisse stehen, die eine tiefe persönliche Unsicherheit haben entstehen lassen, was nun eine zwangshafte Abhängigkeit zur Arbeit hervorruft, damit das sonst unaufhörliche Gefühl der Unzulänglichkeit – das unbewusst noch vorhanden ist – ausgeglichen werden kann. Der dabei oft festzustellende ausgeprägte Individualismus deckt meist eine Angst vor Ablehnung zu. Die Abhängigkeitswünsche werden geleugnet, um nicht noch einmal das Gefühl des Abgelehntwerdens zu erfahren, das ein Kennzeichen der früheren Kindheit war.
Angst zu versagen: Wenn Erfolg haben das unbedingte Ziel ist. Wenn nie ein Misserfolg erlebt wird, bei dem gelernt werden kann, dass dies keine Katastrophe sein muss, dann muss die Kette der Erfolge immer weiter fortgesetzt werden.
Furcht vor der Langeweile: Dahinter verbirgt sich eine tiefe existentielle Unsicherheit. Es wird vermieden anzuhalten und dabei über das eigene Leben nachzudenken.
Furcht vor der eigenen Trägheit und Schwäche: Damit die "innere Bequemlichkeit" nicht Oberhand gewinnt, muss man sich ständig auf Trab halten.
Zwang, ständig alles unter Kontrolle zu halten: Der Ausdruck davon ist ein übervoller Terminkalender, wie auch das ständige Anfertigen von Listen, in denen die noch zu erledigenden Arbeiten vermerkt sind, was jedoch wiederum dazu führt, dass zuerst die verlegten oder verlorengegangenen Listen gesucht werden müssen.
Suche nach Spannung und Abwechslung: Die Arbeit wird zum Abenteuer, zur permanenten Herausforderung. Der Arbeitsplatz wird als der einzige Ort erlebt, wo noch Stimulierung und Anregung erfahren werden kann.

Heinz Wyssling