

Sita Mazumder

Die Zeit in Zeiten des Burnout



Bild: zvg

Eine Minute beim Zahnarzt fühlt sich wesentlich länger an als eine Minute am Strand – jedenfalls für die meisten von uns. Zeit kann zwar für alle gleich gemessen werden, aber die Wahrnehmung ist individuell und situationsabhängig. Selten haben wir genügend Zeit. Zu wenig Zeit zu haben, ist schon fast salonfähig geworden, Zeit zu balancieren, gehört unter dem Begriff Life-Balance zu einem der grossen Themen unserer Zeit, und Zeitreisen haben wir bei allen Versuchen immer noch nicht hinbekommen. Zeit ist ein Begriff, den wir täglich und für ganz unterschiedliche Aussagen benötigen, schon fast abnützen, denn in irgendeiner Form passt er immer. Doch was ist Zeit überhaupt?

Zeit ist eine physikalische Grössenart. Das Formelzeichen der Zeit ist t , ihre SI-Einheit ist die Sekunde s . Die Zeit beschreibt die Abfolge von Ereignissen, hat also im Gegensatz zu anderen physikalischen Grössen eine eindeutige, unumkehrbare Richtung. Hier könnte ich mit der physikalischen Erörterung fortfahren – und Sie würden wahrscheinlich sofort aufhören zu lesen.

In der Philosophie haben sich in der Antike unter anderen Platon, Aristoteles und Augustinus mit dem Begriff der Zeit befasst, in der Neuzeit vor allem Newton, Leibniz, Kant, Heidegger und Bergson. Sie alle versuchten vor dem Hintergrund der Philosophie zu definieren, was Zeit ist. Das Spektrum der Erkenntnisse reicht von der messbaren Grösse bis zur reinen Anschauungsform. Augustinus unterscheidet erst-

mals zwischen einer physikalisch exakten (messbaren) und einer subjektiven, erlebnisbezogenen Zeit.

Bei der psychologischen Interpretation sind wir beim Zahnarzt angekommen. Hier werden klare Differenzen zwischen der subjektiv wahrgenommenen Zeit und der objektiv messbaren deutlich. Kurzweil und Langeweile sind hier Stichworte. Ob wir etwas als gleichzeitig wahrnehmen, hängt unter anderem vom jeweiligen Sinnesorgan ab. In der biologischen Betrachtung von Zeit besitzen fast alle Lebewesen bis hin zum Einzeller eine biologische innere Uhr, die sich mit dem Tag-Nacht-Wechsel und anderen natürlichen Zyklen synchronisiert. Ich beispielsweise bin definitiv eine Eule, jedoch scheint mir, dass die morgendlichen Beginnzeiten in unseren Breitengraden vor allem von Lerchen geschaffen wurden.

Die Interpretationen von Zeit könnte ich noch ein ganzes Stück ergänzen mit vergleichender Kulturwissenschaft, Soziologie, Literatur oder dem Tempus, der Zeitform in der Grammatik. All das und weit mehr ist Zeit, beschreibt Zeit und bedeutet Zeit. Würden wir aber Strichlisten erstellen, in welchem Kontext wir den Begriff Zeit in der Arbeitswelt so oft verwenden, geht es (zu) oft um (zu) wenig Zeit. Wir sind zu beschäftigt, gestresst, ausgelaugt, haben ein Burnout. Dass dieser Umstand auch einen nicht zu vernachlässigenden ökonomischen Aspekt hat, wird spätestens jetzt klar: Das Staatssekretariat für Wirtschaft (Seco) schätzt den durch Burnout verursachten volkswirtschaftlichen Schaden durch ärztliche Behandlung, Medikamente und Produktionsausfall auf jährlich 4,2 Milliarden Franken. Weitere Erhebungen fördern ähnlich erschreckende Zahlen zutage. So leiden 44 Prozent der Schweizer Bevölkerung unter starken nervlichen Anspannungen am Arbeitsplatz zumeist wegen der Komponente Zeit. Ich meine: «Stop the Glorification of Busy!» ■

Sita Mazumder ist Wirtschaftsprofessorin am Institut für Finanzdienstleistungen Zug (IFZ, Hochschule Luzern) und Inhaberin des Beratungsunternehmens Purple in Zürich.