



DIGITALE FAULHEIT

Noch beim schönsten Naturerlebnis stört der Job, denn die Arbeit folgt uns überallhin. Was macht die permanente Vermischung von Beruf und Privatleben aus uns? Und vor allem: Was können wir dagegen unternehmen?

TEXT MARKUS ALBERS PAPER ART KATRIN RODEGAST FOTOS RAGNAR SCHMUCK

D

Die Abenteuer, die ich erlebe, sind kleiner geworden. Ich habe zwei junge Töchter, Väter wissen, was ich meine. Früher bin ich mit dem Rucksack ohne Zelt allein über die Kykladen gereist, habe vier Wochen lang unter freiem Himmel geschlafen. Habe am selben Tag Abseiling in Uruguay gemacht und Wildwasserrafting in Argentinien, abends Steak und Rotwein. Bin in jedes Flugzeug gestiegen, Hauptsache, weg, weit weg.

Heute fahre ich am Wochenende auf die Insel. Ich wohne in Berlin, und die Insel heißt Valentinswerder, liegt im Tegeler See, 30 Minuten mit dem Auto von unserer Wohnung in Mitte. Immerhin: Man kommt nur mit dem Boot dahin, klar, ist ja eine Insel. Und sie ist so klein, dass keine Autos darauf fahren, nicht mal Fahrräder. Wir haben einen alten Zirkuswagen umgebaut, das Trinkwasser kommt aus einem Brunnen, und weil es auf Valentinswerder kein Café gibt, keinen Supermarkt, gar nichts, bringen wir unsere Grillsachen auf dem Boot mit. Die kleineren Abenteuer des berufstätigen Vaters halt. Wenn die Kinder am Strand buddeln und ich nach dem Rasenmähen in der Hängematte döse, ist das mein maximales Naturerlebnis in der Großstadt.

Bis es in meiner Tasche summt. Ein Kollege sucht die Präsentation von letzter Woche. Dann noch mal: Ein Kunde möchte morgen kurz sprechen, ginge es vielleicht gleich um acht? Natürlich hat Valentinswerder Handyempfang. Sehr guten sogar, es liegt ja mitten in der Stadt, direkt neben dem Flughafen Tegel. Wobei: In Argentinien hatte ich auch mein Smartphone dabei. In Vietnam waren die Roaminggebühren irre, aber natürlich habe ich trotzdem mit dem Büro telefoniert. In Wahrheit fällt mir keiner meiner Abenteuerorte ein, ob groß oder klein, fern oder nah, an dem ich nicht erreichbar gewesen wäre. Außer einmal zwei Wochen in der Maremma, weil die Italiener es offenbar nicht so mit WLAN haben, und das hat mich damals sehr nervös gemacht.

Die Sonne blendet, ich kann das Display nicht ablesen, gehe in den Wagen, um die WhatsApp-

Man mag den Hype rund um Achtsamkeit anstrengend finden, aber der Kampf gegen das Multitasking wird für alle zur Kernkompetenz eines glücklichen Lebens

Nachricht zu beantworten. Wo ich schon mal dabei bin, checke ich kurz die Mails, beantworte zwei, sortiere drei andere weg. Mache mir in der Wunderlist eine Notiz, damit ich morgen im Büro daran denke, zwei Zahlen im Angebot zu aktualisieren. Scrolle kurz durch Twitter, klicke auf einen Link, speichere den Artikel in Pocket, um ihn später zu lesen ... Was machst du denn hier im Dunkeln? Fragt meine Freundin, die durch die Tür in den Zirkuswagen schaut: Wir gehen jetzt ins Wasser, vielleicht kommst du auch?

Gleich, Moment, nur kurz ... Aber da ist sie schon weg. Ich sitze allein im Halbdunkel, meine Hände leuchten im Schein des Bildschirms, und ich denke: Mist. Eigentlich egal, ob ich um den halben Erdball reise oder nur 30 Minuten von zu Hause weg – die Arbeit kommt immer mit. Ich pfeffere das iPhone in die Ecke. Nein, natürlich tue ich das nicht, sondern stelle mir das nur vor. Lege das Gerät stattdessen zärtlich aufs Fensterbrett. In diesem Moment kommt Peter herein, ein Inselnachbar, im richtigen Leben viel beschäftigter Strategieberater. Mal angrillen? Ich nicke. Bevor Peter die Briketts aufschüttet, legt er sein Handy auf den Gartentisch. Ich muss zweimal hinschauen: Es hat einen kleinen Schwarz-Weiß-Bildschirm, große Zahlentasten, sonst nichts. Seniorenhandy, sagt Peter, 80 Euro, Akku hält ewig. Irre stabil, und Mails will ich eh nicht die ganze Zeit lesen. Wie arbeitet er in unserer durchdigitalisierten Welt mit dieser freiwilligen Beschränkung? Kein Problem, sagt er. Kunden rufen an. Mails können auch mal einen Tag warten. Er zündet den Grill an und macht sich ein Bier auf.

Menschen wie Peter wehren sich gegen einen übermächtigen Trend: immer vernetzt, maximal flexibel, ständig aufm Sprung. Kurz: das neue Arbeiten. Im Jahr 2000 boten nur vier Prozent aller deutschen Unternehmen mobiles und flexibles Arbeiten an, mittlerweile ist die Zahl der mobilen Mitarbeiter hierzulande größer als die der stationären: 54 Prozent der deutschen Berufstätigen arbeiten laut einer aktuellen Studie mobil. Bosch rief den sogenannten Next Generation Workplace ins Leben. Siemens-Personalchefin Janina Kugel ist gegen starre Anwesenheitszeiten. Microsoft Deutschland führte als erstes Unternehmen hierzulande per Betriebsvereinbarung den »Vertrauensarbeitsort« ein. Auch Daimler- >



Angestellte sollen in Zukunft dort arbeiten dürfen, wo sie möchten – zu Hause auf der Couch, mit den Füßen in einem See oder im Lieblingscafé.

Klingt erst mal gut. Aber weil das Ganze natürlich ohne digitale Geräte nicht funktioniert, bedeutet es, dass die Arbeit uns künftig – noch mehr als bisher – überallhin folgen wird. Dabei ist schon heute fast jeder zweite Deutsche vom Multitasking überfordert, 40 Prozent der Befragten klagen über zu viele E-Mails. Es mehren sich die Zeichen, dass das emanzipatorische Potenzial des Digitalen im Alltag an seine Grenzen stößt. Die Hoffnung vieler Menschen, dass Technologie uns ein besseres Leben ermöglichen kann, weicht zusehends der Ernüchterung. Ein Erfolgsroman wie »The Circle« des US-Autors Dave Eggers oder die britische TV-Serie »Black Mirror« beschreiben eine düstere Gesellschaft, in der der Einzelne nur noch technologisch vermittelt zu seinen Mitmenschen in Beziehung treten kann.

Insofern ist die digitale Erschöpfung eine doppelte. Es gibt sowohl die konkrete, individuelle Erschöpfung, die das Always-on des Digitalen in uns auslöst. Aber ebenso die abstrakte, begriffliche eines sich erschöpfenden Heilsversprechens. Wenn es stimmt, dass die technologische Entwicklung immer schneller voranschreitet, wenn die Arbeit dank Virtual Reality, Augmented Reality und intelligenter Assistenten zu einem permanenten, nicht mehr abstellbaren Begleiter unseres Lebens wird, dann ist das von Unternehmen wie Microsoft geforderte Konzept des »Work-Life-Blending«, also der Aufhebung der Trennung von Arbeits- und Privatleben, unausweichlich. Und dann werden alle Versuche, diese Entwicklung politisch zu regulieren, immer zu spät kommen, zu kurz springen.

Es spricht viel dafür, dass erste Reflexe, sich dem Megatrend des Überall-und-immer-Arbeitens zu entziehen, weiter Schule machen werden. Man mag den Hype rund um Achtsamkeit anstrengend finden, aber der Kampf gegen das Multitasking wird für alle zur Kernkompetenz eines glücklichen Lebens. Voraussetzung ist natürlich, die digitalen Geräte in den Griff zu bekommen. Heißt für mich: nicht ständig bei mir zu tragen. Ich habe auch alle Social-Media-Notifications ausgestellt, E-Mail-Newsletter abbestellt. E-Mails rufe ich nicht mehr in dem Moment ab,

in dem sie ankommen – also ständig –, sondern gesammelt, zum Beispiel nur einmal pro Stunde. Dann aber fasse ich jede Mail nur einmal an, beantworte sie sofort oder sortiere sie weg.

Mit Kunden, Dienstleistern oder Partnern verabrede ich: nicht dringende Dinge per Mail. Wenn's dringend ist, eine Chat-Nachricht oder Twitter-DM. Anrufe sollten die Ausnahme sein, reserviert für emotional komplexe oder sozial kritische Themen. Und natürlich: wenn es wirklich brennt. Meine Kollegen wissen, dass sie mich abends nicht mehr anrufen können, es sei denn, die Welt geht unter. Kunden wissen, dass ich zweimal pro Woche die Kinder von Schule und Kita abhole, also auch mal nachmittags nicht erreichbar bin. Alle haben verstanden, dass ich ein Leben neben der Arbeit habe, das ich mit Klauen und Zähnen verteidige. Was hilft: dass ich im Notfall trotzdem erreichbar bin. Es muss nur eben wirklich ein Notfall sein, und von denen gibt es nicht viele.



Markus Albers lebt als Autor, Berater und Unternehmer in Berlin. Er hat mit »Morgen komm ich später rein« und »Meconomy« zwei Sachbücher über die Zukunft der Arbeit geschrieben. In seinem neuen Buch »Digitale Erschöpfung« (Hanser Verlag) beleuchtet er die Schattenseiten der neuen Arbeitswelt.

Auch Peter mit seinem Opa-Handy ist kein Einzelfall. Nokia hat neulich mit dem 3310 ein altes Klassikermodell wieder auf den Markt gebracht, um genau jene Zielgruppen abzugreifen, die keine E-Mails und Videotelefonate auf dem Handy machen wollen. Die schicke Variante eines so reduzierten Mobiltelefons kommt vom Schweizer Hersteller Punkt und kann ebenfalls nur SMS verschicken, gestaltet vom Designer Jasper Morrison. Keine Apps, keine E-Mails. Kein Snapchat, Facebook, WhatsApp. Die Technologiepresse hat für derartige Geräte bereits einen neuen Gattungsbegriff gefunden: das Dumbphone. Ich habe mir gleich eins besorgt.

Es ist eine irrationale, hilflose Rebellion, ich weiß. Aber eine mit hohem Symbolwert. Neuerdings lege ich das dumme Telefon in Meetings demonstrativ auf den Tisch. Das führt verlässlich zur Nachfrage, was das denn sei (»ein Taschenrechner?«) und – selbst mit Führungskräften – zu einer Diskussion über Erreichbarkeit, Workload, Auszeiten. Dann erzähle ich vielleicht von der Insel und der Hängematte und weiß: Diese Kunden, Kollegen, Geschäftspartner werden beim nächsten Mal, wenn sie mich am Wochenende anpingen wollen, zweimal nachdenken. Ein kleiner Sieg, aber meine Abenteuer sind ja auch kleiner geworden. ■