

Freiwilligkeit schafft Leidenschaft

«*Jetzt weiss ich wieder, warum ich lebe»: Das hat mir jüngst eine freiwilliger Mitarbeiter nach einer intensiven Kinderwoche gesagt. Für die ehrenamtliche Arbeit musste er eine Woche Ferien nehmen. Und er half auch noch am Sonntag mit (wie viele weitere Helferinnen und Helfer auch), als das grosse Abschlussfest stattfand.*

Doch weshalb tun Menschen das? Wieso engagieren sie sich freiwillig? Die Antwort lässt sich aus dem Einstiegssatz ableiten: Es ist sinnstiftend und gibt dem Leben eine tiefere Bedeutung.

Als Leiter einer gemeinnützigen Institution bin ich auf Freiwillige angewiesen. Gleichzeitig beschäftigt es mich, wenn mir jemand sagt, dass die Sinnhaftigkeit in seinem Beruf längst verloren gegangen sei. Wenn also einer nach einer Kinderwoche wieder weiss, weshalb er lebt, heisst das wohl auch, dass er im beruflichen Alltag oftmals wenig Sinnstiftung erfährt.

Burnout-Experten weisen immer wieder darauf hin. Nicht zu viel Arbeit führt in den Zustand des Ausgebranntseins, sondern weil Arbeit nicht als sinnvoll erlebt wird. Ich durfte in den letzten Wochen beobachten, wie Mitarbeiter aufblühten, obwohl sie sich mächtig ins Zeug legen mussten und sich niemand über zu wenig Arbeit beklagen konnte. Viele sind persönlich über sich hinausgewachsen, weil ihnen mehr zuge-

traut wurde, als sie sich selbst zu trauten.

Etliche haben mit Ferientagen dafür «bezahlt», dass sie sich freiwillig engagieren konnten. Ein schönes Praxisbeispiel also dafür, dass Arbeit, die sinnstiftend erlebt wird, einen beflügelt. Das trifft mit Bestimmtheit nicht nur auf die Freiwilligenarbeit zu, sondern gilt genauso in der bezahlten Arbeit, wie die Forschung längst weiss. Die beste und nachhaltigste Motivation wird intrinsisch erzielt, also aus eigenem Antrieb. Gehalt und gute Sozialleistungen helfen dabei wenig.

Eigentlich deutet das Wort Burnout diesen Zusammenhang ja schon an: Wenn wir nach dem «Burn» fragen, geht es darum zu fragen, wofür man brennt, wo Leidenschaft berührt und Sinnhaftigkeit erlebt wird. Geht dieses

«Burn» verloren («out»), habe ich entweder meine Leidenschaft überstrapaziert, oder sie ist mir unterwegs abhandengekommen. Wir sind also gut beraten, hin und wieder danach zu fragen, für was wir «brennen».



Stefan Gerber

Stefan Gerber ist Theologe und Coach, Leiter & Gründer der Bewegung gms. www.zfriede.ch

In dieser Rubrik erhalten Persönlichkeiten aus der Region eine Plattform: Hier können sie auf Anfrage der Redaktion pointiert Stellung nehmen; ihre Meinung braucht sich nicht mit jener der Redaktion zu decken.