

PFLICHT UND KÜR

Liebe FSS-Mitglieder



« Worte sind die mächtigste Droge, welche die Menschheit benutzt. » (Joseph Rudyard Kipling)

Das Schwerpunktthema des aktuellen Schulblattes ist ein guter Anlass, auch aus Sicht der FSS einige Zeilen über das Lesen, vielmehr über das Leseverhalten, zu schreiben. Bereits im 18. Jahrhundert stellte Goethe Unterschiede bei der Art des Lesens fest: «Es ist ein grosser Unterschied, ob ich lese zu Genuss und Belebung oder zur Erkenntnis und Belehrung», wird er zitiert. Was damals richtig war, stimmt heute noch viel mehr.

Die Informations- und Wissensgesellschaft, in der wir leben, hat unser Leseverhalten verändert. Die Anzahl der Leseakte hat deutlich zugenommen, doch die Art und Weise, wie gelesen wird, hat sich verändert. «Muss nur noch kurz die Welt retten ... 148 Mails checken»: Der Refrain des Songs von Tim Bendzko beschreibt es ziemlich genau. Wir tippen immer mehr und immer schneller. Ein Klick genügt und die Info ist verschickt.

Die ständige Erreichbarkeit stresst Arbeitnehmende zunehmend. Das Problem wird trotzdem meist nur unbewusst wahrgenommen. Alle stellen zwar eine Zunahme der internen Kommunikation fest; konkrete Massnahmen gegen die steigende Anzahl ein- und ausgehender E-Mails werden jedoch keine getroffen. Damit die Flut abebbt, braucht es klare Regeln für die Nutzung. Unzählige Ratgeber-Bücher und hunderte von Artikeln versprechen Hilfe. Doch wirksamer als alle Outlook-Tricks sind Regeln an den Standorten, wie Mitarbeitende erreichbar zu sein haben. Die wachsende Informationsflut und der Druck der ständigen Erreichbarkeit wirken sich negativ auf die Leistung der Lehr-, Fach- und Leitungspersonen aus. Das Gehirn kann diese vielen Informationen gar nicht mehr optimal verwerten, sodass auch die Arbeitsleistung des Menschen schliesslich nachlässt.

In der Wirtschaft gibt es Firmen, die bereits Lösungsansätze gefunden haben: Schon 2011 liess der VW-Konzern eine halbe Stunde nach Arbeitsende die Weiterleitungen vom E-Mail-Server auf andere Geräte abschalten. Erst eine halbe Stunde vor Arbeitsbeginn am nächsten Tag werden sie wieder eingeschaltet. Und auch der Autobauer Daimler geht einen Schritt in diese Richtung. Dort können seit 2014 alle

Mitarbeitenden ihre Mails, die während des Urlaubs eingehen, bei sich löschen lassen. Die E-Mails werden direkt an die Vertretung weitergeleitet, die sich darum kümmert. So wird gewährleistet, dass die Mitarbeitenden sich im Urlaub richtig erholen und danach an einem aufgeräumten Schreibtisch starten können.

Grundsätzlich sind wir natürlich verpflichtet, E-Mails des Arbeitgebers zu lesen. Dass Arbeitnehmende aber auch an ihren freien Tagen – wie zum Beispiel an Wochenenden oder im Urlaub – für den Arbeitgeber erreichbar sein müssen, ist unzulässig. Deshalb müssen definierte Auszeiten von Computer und Handy Teil des Gesundheitsmanagements sein.

Stress ist normal. Wichtig ist, dass er nur in kurzen Phasen auftritt, beispielsweise in einem Notfall oder an einem aussergewöhnlich intensiven Arbeitstag. Auf Stress muss Erholung folgen, denn Dauerstress führt zu körperlicher und mentaler Erschöpfung, im schlimmsten Fall sogar zu Krankheiten. Nicht immer können wir aktiv etwas gegen den Stress tun. In unserer Freizeit ein wenig zu entschleunigen, liegt jedoch in unserer Hand. Warum nicht wieder einmal einfach etwas lesen, was Spass macht? Keine Pflichtlektüre, keine E-Mail, keinen Newsletter, keinen Ratgeber zur Selbstoptimierung, sondern eine Lektüre, die ich selbst auswähle. Durch ein Buch die Fantasie beflügeln, sich in eine andere Welt entführen lassen, die Geschichte vor seinen Augen lebendig werden lassen oder in Emotionen schwelgen, sich einfach durch Lesen unterhalten. Oder auch einfach einmal nichts tun. Sich die Freiheit nehmen, alle Angebote links liegenzulassen – keine Einladung, kein Konzert, kein Kino, sondern daheimbleiben, tagträumen, an die frische Luft gehen.

Mehr zum Thema Gesundheit und wie sich die FSS dafür engagiert, ist im Artikel des FSS-Präsidenten Jean-Michel Héritier auf Seite 42 zu finden. Gesundheit ist ein wertvolles Gut. Die FSS unterstützt ihre Mitglieder dabei, im Beruf gesund zu bleiben. Denn nur gesunde Lehr-, Fach- und Leitungspersonen sind gute Lehr-, Fach- und Leitungspersonen!

Marianne Schwegler, Vizepräsidentin FSS