

Business Punk

WORK HARD. PLAY HARD.

AUSGABE 04_2016 6⁰⁰ Euro WWW.BUSINESS-PUNK.COM

DOSSIER
**DIE GELD
VERBESSERER**
HELFFEN NACH DEN REGELN
DES KAPITALISMUS

MR. EVIL

Pharma-Bro
Martin Shkreli
liebt es, gehasst
zu werden

KELLY SLATER

Der Profisurfer
baut die perfek-
te Welle

Warum Teslas Ex-Deutsch-
landchef* lieber mit dem
Strom-Startup **SONNEN**
die Atomkonzerne atta-
ckiert als Autos verkauft

POWER SELLER

*PHILIPP SCHRÖDER

BELGIEN, ÖSTERREICH,
LUXEMBURG € 6,80
ITALIEN, SPANIEN € 7,95
SCHWEIZ SFR 12



4 191709 506002 0

TSCHÜSS, IHR TROTTEL



Wer im Job in öder Routine erstickt, schießt gerne nach dem Sabbatical-Exit. Das Problem: Danach fühlt sich der Alltag im Büro umso ärger an. Deshalb braucht, wie jede gute Flucht, auch die Auszeit einen präzisen Plan

[W]

ie ein perfekter Instagram-Filter legt sich die Abendsonne auf Michal Makocki, als er braun gebrannt im weißen Hemd vor einem Foodtruck auf dem Hof des Berliner Clubs Prince Charles steht und in seinen japanischen Teriyaki-Burger beißt, umweht von Grillschwaden und Hip-Hop-Beats. So Berlin. So gar nicht Brüssel. Der Ex-EU-Diplomat atmet erleichtert durch, fühlt sich so – Achtung, Kitsch! – lebendig. Oder zumindest: endlich wieder richtig wach.

In Brüssel war Makocki zuletzt wie im Koma, im Dauerdämmer, als ob er das Leben einfach verpenne. Dabei lief bis dahin alles top: Er ist noch keine 30, als ihn der polnische diplomatische Dienst in Hongkong und Barcelona stationiert, für die EU-Kommission in Peking analysiert er mehrere Jahre europäische Handelsstrategien gegenüber China. Dann kommt er nach Brüssel, und da fängt es an: Nachts kann Makocki nicht mehr schlafen, tags erlebt er Schlafattacken, döst in Meetings weg, sogar in Einzelgesprächen. Er pilgert vom Neurologen zum Hypnotiseur, vom Hypnotiseur

ins Schlaflabor. Bringt nichts. Makockis Selbstdiagnose: Bore-out. „Ich glaube, ich hatte einen dermaßen großen Widerwillen gegen die Arbeit entwickelt, dass mein Körper sich einfach verweigerte.“ Auch das Gegenmittel verschreibt er sich selbst: ein Sabbatical.

EIN TRÄUMCHEN

Auszeit, Sabbatical, Hinschmeißen auf Zeit. Einfach mal raus aus dem Job, dem Alltag, dem allen. Nur tolle Sachen machen: reisen, lesen, entdecken. Wenn man so darüber nachdenkt, klingt das nach einer hervorragenden Medizin, die jeder gern in großer Dosis nähme. Fast die Hälfte aller Deutschen wünschen sich eine Auszeit. Weil's gut tut, weil's einen weiterbringt, weil man kann. Allein: Stimmt halt nicht, zumindest nicht uneingeschränkt. Manche können es nicht. Und fast alle stellen fest, dass die größte Schwierigkeit am Ende kommt: Was, wenn das Sabbatical vorbei ist? Und man irgendwie nicht mehr ins alte Leben zurückfindet – aber der Plan B immer noch fehlt? Ein paar realistische Blicke auf den meistgeträumten Traum unserer Arbeitswelt.

Text: Solveig Gode
Illustration: DXTR



Michal Makocki

Der 36-jährige Overachiever mit Hang zum Hadern hat vier Studienabschlüsse in vier Fächern. Offizielle Erklärung: „intellektuelle Hyperaktivität“. Inoffizielle: „Angst vorm Arbeitsmarkt“.

„Ein Sabbatical löst keine Probleme, es verschiebt sie allenfalls“, sagt Carsten Alex, ein Auszeitcoach. Wer meint, die allgemeine Unzufriedenheit mit dem Job (Puh, dieser Chef! Urgh, die Kunden! Ach, jeden Tag dasselbe Büro...) verschwände, wenn man sechs Monate durch Südostasien backpackt, nur um dann in genau diesen Job oder zumindest denselben Beruf (anderer Chef, auch Depp, neue Kunden, die gleichen Kasper...) zurückzukehren, der irrt sich. „Ein Sabbatical macht Sinn, wenn man Klarheit schaffen und entscheiden will, wo es grundsätzlich hingehen soll. Da hilft Abstand von Berufsalltag und privatem Umfeld, von Facebook und Freunden. Ein Sabbatical ist für jene, die belastet sind und keine Pausen mehr finden, aber nicht für die, bei denen das pathologisch ist, die also beispielsweise einen richtigen Burn-out haben.“

Die Hürden zu Beginn eines Sabbaticals sind den meisten Lass-hinschmeißen-Träumern bewusst. Nummer eins: Traue ich mich wirklich? Nummer zwei: Habe ich genug Kohle? Und drei: Kann ich wirklich? Laut einer Studie boten 2015 nur zehn Prozent der deutschen Unternehmen ihren Mitarbeitern

„NICHTS MACHEN TRAU ICH MIR NICHT ZU“



die Möglichkeit an, auf bestimmte Zeit ihren Job zu verlassen, ohne ihn zu verlieren. Makocki zum Beispiel hatte Glück: „Eigentlich ist es geil: Als EU-Beamter kannst du über deine Laufbahn hinweg bis zu zwölf Jahre unbezahlt was anderes machen und hast trotzdem immer eine Rückkehrgarantie.“ Für gewöhnliche Angestellte bleibt in den allermeisten Fällen nur die Kündigung – die das Wagnis noch gewagter macht: Sabbaticals kosten Geld. Und wer weiß, wann wieder neues reinkommt?

Susanne Baade musste für ihr Sabbatical fünf Monate lang hart mit ihrem Chef verhandeln. Die Fotoredakteurin haute 2012 gemeinsam mit ihrem Partner, dem Reisedeakteur Dirk Lehmann, in den Sack. Zu zweit überwindet man die „Trau ich mich?“-Schwelle leichter. Gemeinsam reisten die beiden um die Welt, von Nepal bis in die Antarktis, mit einem ausgeklügelten Plan: Pro Station haben sie sich eine Art Leitidee gegeben, wie sie den jeweiligen Ort erleben wollten, und bloggen darüber. **Ziele für seine Auszeit zu setzen ist wichtig, lobt Alex in feinsten Coachingmanier, eine Art Tagebuch zu führen könne helfen, die vielen Eindrücke nachhaltig zu verarbeiten.**

Schlüssel zu einem gelungenen Sabbatical sei es, so der Coach weiter, Ziele zu definieren: Was will ich entscheiden,



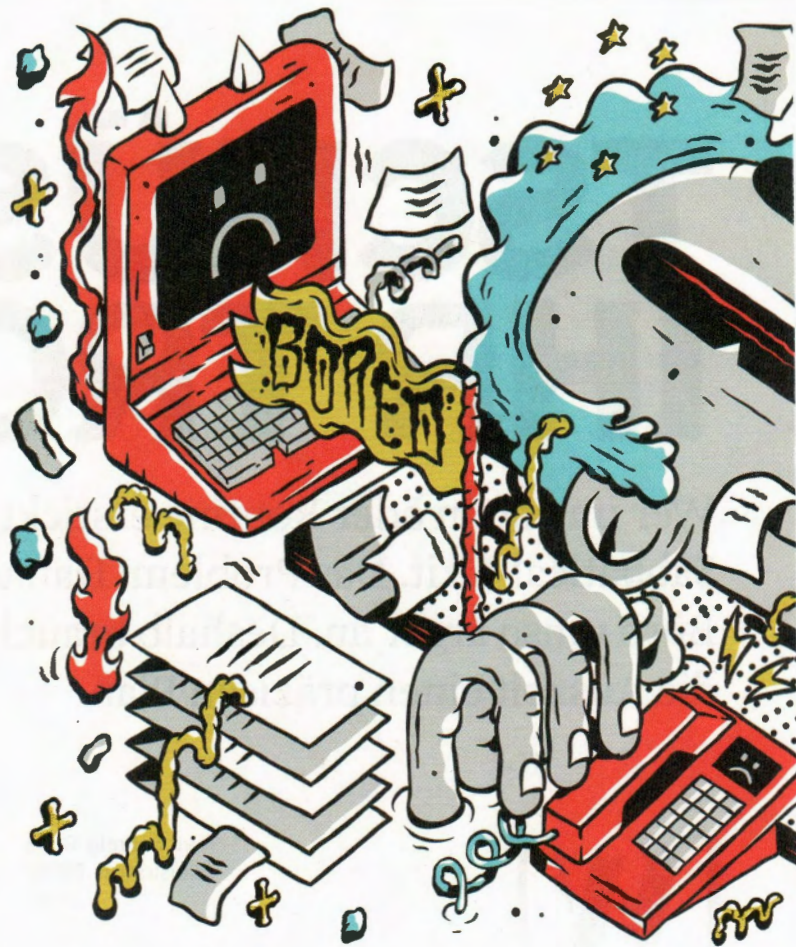
Marco Ruckenbrod

Nach drei Monaten an der Miami Ad School in Sydney machte der 29-Jährige sich als Strategist selbstständig. Zuvor: Strategic Planner bei Saatchi & Saatchi.



Susanne Baade und Dirk Lehmann

Die Bildredakteurin und der Reisedeakteur waren bei Gruner + Jahr angestellt und reisten dann fünf Jahre um die Welt. Danach: eigene Agentur für touristische Reiseblogs – natürlich zusammen.



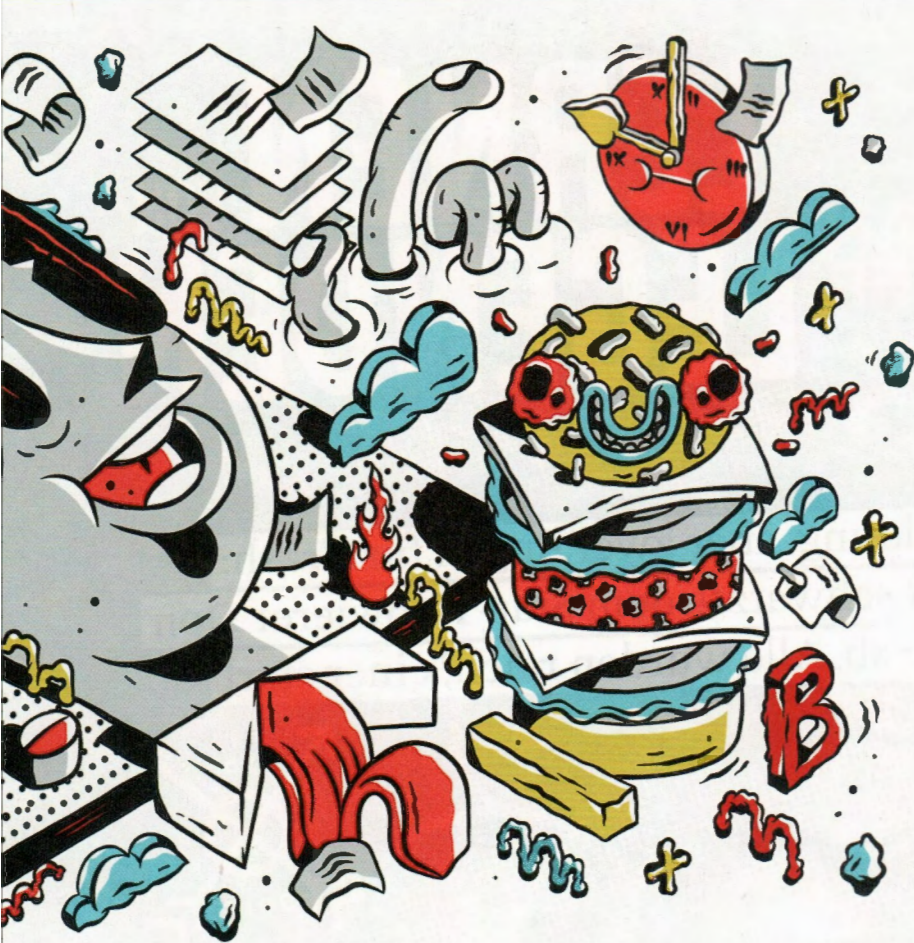
erreichen, lernen? Geht es vorrangig um eine Pause, oder will ich mich weiterentwickeln? Sinn kann es nicht sein, sechs Monate lang auszuschlafen und ohne Plan in den Tag zu leben. „Das Sabbatical kann alles sein, vom Hausrenovierungsprojekt bis hin zum Anheuern auf einem Fischkutter – vor allem ist es jedoch ein Instrument für mehr Motivation und die Erfüllung der Träume“, sagt Alex. „Man sollte das Programm aber auch nicht zu sehr durchstylen, sonst ist es nichts als ein verlängerter Urlaub, aus dem man versucht, das meiste zu machen.“

BISSCHEN STRESS PASST SCHON

Demnach wäre Marco Ruckenbrod gescheitert: Nach sieben stressigen Jahren in Frankfurt, nach unzähligen Projekten, Pitches und Powerpoints, nach noch mehr Calls und Meetings und Mails zieht es den Werber raus in die weite Welt. Aber doch nicht zu weit weg vom Planningjob. Statt eines echten Sabbatjahrs verschreibt er sich nur drei Monate „Plannatical“, wie er es selbst

nennt, in Sydney – ein Wortmix aus Sabbatical und Planning. „Für ein Burn-out, nach dem man unbedingt die Batterien wieder aufladen muss, bin ich noch viel zu jung“, findet der 29-Jährige. Statt am Bondi Beach zu liegen, nimmt er also an einem Workshop für die internationale Werbebranche teil, sitzt nachmittags und abends in Vorträgen oder arbeitet an Gruppenprojekten. Auf die Frage, ob er sich ärgere, in der freien Zeit nicht einfach nur gereist oder zur Ruhe gekommen zu sein, zuckt er die Schultern: „Die Vorstellung, ein paar Monate einfach mal nichts zu machen, finde ich schon reizvoll, aber dafür kenne ich mich mittlerweile einfach zu gut. Das traue ich mir selbst nicht zu.“ Und so ein bisschen Stress wird man ja wohl noch abkönnen. Für den Burn-out bleibt noch Zeit genug.

Ein gelungenes Sabbatical verändert das Leben – aber das nicht immer schmerzfrei. Wer nach einer langen Zeit voll neuer Erfahrungen und Action wieder ins Büro zurückkehrt, ist häufig erst einmal desillusioniert. Gerade wer in seiner Auszeit andere Lebensformen und große Armut



5 ARGUMENTE, DEN CHEF VON EINER AUSZEIT ZU ÜBERZEUGEN

#1

„ICH KOMME ERHOLT UND TOPMOTIVIERT ZURÜCK.“

#2

„STATISTIKEN BEWEISEN: MITARBEITER, DIE REGELMÄSSIGE AUSZEITEN NEHMEN DÜRFEN, SIND GESÜNDER UND DAHER LEISTUNGSFÄHIGER.“

#3

„WARUM SOLLTE ICH BEI EINEM UNTERNEHMEN KÜNDIGEN, DAS MIR EINE AUSZEIT GEWÄHRT? SO LOYAL KOMMEN WIR NIE WIEDER ZUSAMMEN!“

#4

„ICH BRINGE NATÜRLICH NEUE ERFAHRUNGEN, IDEEN UND IMPULSE MIT ZURÜCK UND LIEFERE EINEN NEUEN BLICK AUF DIE DINGE. THINK OUTSIDE THE BOX UND SO.“

#5

„MEINE URLAUBSVERTRETUNG IST SCHON ORGANISIERT. KOLLEGE MÜLLER HAT EINGEWILLIGT, ER FREUT SICH SCHON DARAUF, SEINEN KOMPETENZBEREICH ZU ERWEITERN.“

kennengelernt hat, dem fällt es danach umso schwerer, wieder seinen Bürostuhl zu wärmen. „Ach, du meinst, weil ich fast geheult habe, als ich meinen Rucksack in Deutschland wieder auspacken musste?“, tut Baade den niederschmetternden Back-to-Reality-Moment mit einem Lachen ab. Sie und Lehmann konnten nach dem Sabbatical einen nachhaltigen Schwenk vollziehen: Kurz nach der Rückkehr kündigten beide ihre Jobs und entschieden sich für die Selbstständigkeit. Heute führen sie eine Agentur, in der sie Reiseblogs für Touristikunternehmen erstellen. Beide seien, beteuern sie, viel glücklicher als vorher.

Ausgerechnet beim Auszeitexperten ist das Zurückkommen weniger gut gelaufen. Im Jahr 2000 schmeißt Carsten Alex seinen Job als Manager bei Daimler-Benz gekränkt hin, weil er sich in einer Beförderungsrunde übergangen fühlt. Der impulsiv und emotional, also nicht unter Idealbedingungen gefasste Plan: ein Jahr Weltreise mit einem Freund. Nach zwei Monaten verkrachen sie sich, reisen getrennt weiter. Der Freund kehrt nach einem halben Jahr in seinen alten Job zurück (Stichwort: Nicht jedes Sabbatical läuft gut), Alex reist zwei Jahre durch Indien, Nepal, Neuseeland, Südamerika. Dann landet auch er wieder in Deutschland – um einen Managerpos-

ten bei Daimler-Benz anzutreten. Kein Witz: „Ich wollte alles andere als wieder zurückgehen in dieses Leistungsspiel, musste dann aber erkennen, dass niemand auf mich gewartet hatte, und brauchte einen Job.“ Nach weiteren drei Jahren im Unternehmen braucht Alex eine zweite Auszeit. Nach der macht er sich schließlich selbstständig.

Für Makocki steht noch aus, was das Sabbatical langfristig mit ihm macht. Nach wochenlangen, einsamen Skitouren in Lappland holt er sich jetzt erst mal intellektuelle Spritzen als Research-Fellow in Berlin und Paris zugleich: sechs Monate ohne Verpflichtungen, dafür lockerer Austausch am Thinktank Mercator Institute for China Studies (Merics) und am EU Institute for Security Studies. Darauf könnten noch ein paar Sprachaufenthalte und weitere Fellowships folgen. Oder, gerade durchaus vorstellbar: Er bleibt in Berlin hängen.

Stillstand und Routine sind gleich dem intellektuellen Tod – weshalb auch alle drei Jahre mindestens drei Monate Pause möglich sein sollten, ist sich Alex sicher. Dann stelle sich eine nachhaltige Zufriedenheit mit dem Job ein. Damit will er Mut machen, das Abenteuer Sabbatical zu wagen. Aber ohne kurz-sichtige Yeah-einfach-nichts-machen-Romantik, bitte.



Carsten Alex

Nach der ersten Auszeit landete der leitende Controller von Daimler wieder beim alten Arbeitgeber. Erst nach insgesamt zwei Jahren Sabbatical machte er sich als Auszeitberater und Coach selbstständig.