

URHEBERRECHTLICHER HINWEIS

Dieses Manuskript ist urheberrechtlich geschützt und darf vom Empfänger ausschließlich zu rein privaten Zwecken genutzt werden. Jede Vervielfältigung, Verbreitung oder sonstige Nutzung, die über den in §§ 45 bis 63 Urheberrechtsgesetz geregelten Umfang hinausgeht, ist unzulässig.

© **Axel Gauster/Nell-Breuning-Haus**

Sende-Manuskript

**Interview (Radiofeature) mit António Matos Cristovão
in Lissabon/Portugal September 2016**

Sprecher

António Matos Cristovão ist Mitglied im Verwaltungsrat des Europäischen Zentrums für Arbeitnehmerfragen EZA aus Bad Godesberg in Deutschland. Der gebürtige Portugiese eröffnet das Seminar im September 2016 in Lissabon mit einem Grußwort. Denn die EZA ist Mitveranstalterin.

Burnout 4.0 – präventive Gesundheitsförderung als wichtige Anforderungen für die Arbeitswelt 2020! ist der Titel dieses Seminars. Und das so genannte Burnout – eigentlich keine Erkrankung – sondern ein Symptom für eine seelische Erkrankung – ist seit Jahren ein Brennpunkt. In der Arbeitswelt. In ganz Europa. Auch in der Medizin. Sozialstandards sind heute natürlich viel besser als vor fünfzig oder hundert Jahren. Der Arbeitsschutz müsste ja längst verwirklicht sein. Aber die Menschen stehen sehr unter Druck.

O-Ton António Matos Cristovão

Wie sie wissen, hat die EZA als Organisation eine sehr große Lobby im Europäischen Parlament. Und das ist der Grund, warum die EZA sowohl als Organisation als auch als Lobbyist alle ArbeitnehmerInnen in der Europäischen Union vertreten kann. Diese Lobby arbeitet vorwiegend mit der EVP-Fraktion im europäischen Parlament zusammen. Und es sind gerade die Abgeordneten, die an und für sich aus vielen Parteien kommen, die sich mit den Problemen der Arbeitnehmerschaft beschäftigen. Einige von ihnen sind in Gewerkschaften aktiv. Durch diese Abgeordneten ist es möglich eine Lobby zu haben. Und das Thema Burnout 4.0 in das Europäische Parlament zu bringen.

Sprecher

Und dann zitiert er den us-amerikanischen Dichter und Arzt Oliver Wendell Holmes. Der hat im neunzehnten Jahrhundert gelebt und galt bis in das 20. Jahrhundert hinein als einer der bedeutendsten Dichter der USA. Literarische Zeitgenossen waren zum Beispiel James Russell Lowell oder Henry Wadsworth Longfellow. Als Hochschullehrer für Anatomie hatte

er übrigens ein Stereoskop erfunden und prägte einen neuen Begriff: Anästhesie. Ein paar Gedanken zum Thema Gleichgewicht des Lebens.

O-Ton António Matos Cristovão

Das mache ich gerne. Diese Worte des großen Schriftstellers, Dichters aber auch Arztes aus den Vereinigten Staaten von Amerika sind wirklich sehr wichtig. Jetzt ein paar Gedanken von Oliver Holmes zum Thema Gleichgewicht des Lebens: Um das zu mögen was wir tun, müssen wir uns zu allen Gleichgewichten, die das berufliche Leben uns geben kann, bewegen. Unser Beruf kann uns sehr viel geben, ohne das wir Sklaven des Berufs werden. Das Wichtigste im Leben ist nicht die Lage, in der wir uns befinden, sondern die Richtung, in der wir uns bewegen‘.

Sprecher

Nun sind Sie ja in ihrer Arbeit bei der EZA an einer mitentscheidenden Position. Im Topmanagement sozusagen. Machen sich für bessere und gesündere Arbeitsbedingungen stark und reisen kreuz und quer durch die Europäische Union. Hier auf diesem Seminar sind zentrale Worte die Salutogenese und das Gleichgewicht zwischen Berufs- und Privatleben. Wie bleiben Sie gesund und im Gleichgewicht? Wenn mir diese persönliche Frage gestattet ist.

O-Ton António Matos Cristovão

Es ist mir eine Freude auf ihre Frage zu antworten. Natürlich sind Gleichgewichte nicht immer sehr einfach zu erreichen. Aber zuerst habe ich meine Familie. Das ist ein sehr wichtiges Gleichgewicht. Dann gibt es einen zweiten Punkt. Das ist die Sozialisierung. Ich weiß, daß das nicht einfach ist. Ich weiß, daß man das heute überhaupt nicht mehr mag. Es ist nicht mehr modern. Aber ich mag es trotzdem. Und aus diesem Grund ist für mich das Wichtigste in meinen privaten und beruflichen Leben: Teilnehmen. Teilhaben. Organisieren. Dabei sein. Ein Teil sein von Konferenzen und Seminaren. Dadurch erreiche ich ein persönliches und auch ein berufliches Gleichgewicht. Denn dadurch kann ich meine Batterien wieder mit positiver Energie auffüllen.