

# Erforscht: Das fremde Wesen im Vorzimmer

Psychotherapeutin Monika Spiegel hat Sekretärinnen bekannter Topmanager analysiert – und erkannt: Assistentinnen neigen dazu, ähnlich arbeitssüchtig zu werden wie ihre Chefs

**A**m Wochenende kam es zum Eklat. Der Chauffeur klingelte an der Tür des Vorstandsvorsitzenden, in seiner Hand eine Schüssel mit einer großen Portion lecker duftendem Gulasch. Der Chef verzog das Gesicht. Dieses Mal hatte es seine Assistentin mit ihrer Fürsorge übertrieben. Seine Ehefrau war stinksauer, der Manager pikiert. „Unterlassen Sie das bitte in Zukunft“, war sein Kommentar am nächsten Montag, im Büro.

VON ANDREA REXER

„Sekretärinnen neigen dazu, ihren Chef zum Mittelpunkt ihres Lebens zu machen“, sagt die Wiener Psychotherapeutin Monika Spiegel. Sie hat das Verhältnis von Top-Managern zu ihren Assistentinnen untersucht und erstmals die Persönlichkeitsstruktur von Sekretärinnen wissenschaftlich beleuchtet. Für ihre Studie hat sie Vorstände der größten Konzerne in Deutschland und Österreich und deren Sekretärinnen stundenlang befragt. Insgesamt wertete sie 55 Gespräche aus. Die noch unveröffentlichten Ergebnisse hat Spiegel als Doktorarbeit an der Sigmund-Freud-Universität eingereicht. „Es hat mich verblüfft, wie ähnlich sich Manager und Assistentinnen in ihrer Persönlichkeitsstruktur sind. Hinter den starken Fassaden stecken in beiden Fällen zumeist liebenswerte, aber extrem unsichere Menschen“, sagt sie.

Während die Manager versuchen, vor allem nach außen großartig zu wirken, wollen Sekretärinnen durch ihre Chefs großartig werden, zeigt die Untersuchung. In vielen Äußerungen der Assistentinnen zeigt sich dieser Drang: „Mein Chef flimmert regelmäßig im Fernsehen über den Bildschirm, sein Foto ist in vielen Zeitungen. Ich würde sagen, dass er einer der mächtigsten Manager ist“, sagt Margarete Binder\*, die rechte Hand eines bekannten Vorstandsvorsitzenden. „Natürlich macht es mich stolz für ihn zu arbeiten. Ich stehe auch inhaltlich

voll hinter dem, was er macht.“ Spiegel wertet solche und ähnliche Aussagen als Zeichen von Narzissmus, also einer Persönlichkeitsstruktur mit großem Geltungsbedürfnis. „Solange der Narzissmus nicht in Größenwahn umschlägt, ist es unproblematisch. Er kann sogar als Triebfeder für große Erfolge dienen“, erklärt Spiegel. Problematisch sei jedoch im Fall der Sekretärinnen der überaus starke Bezug auf eine andere Person. Ihre eigene Bedeutung hängt vom Karriereverlauf des Chefs ab.

Wenn sich die Welt nur noch um den Vorgesetzten zu drehen beginnt, das eigene Leben in den Hintergrund tritt und das Glück darin besteht, den Chef glücklich zu machen, dann spricht Spiegel von Co-Abhängigkeit. Es verwundert nicht, dass die meisten Top-Manager von Psychologen als arbeitssüchtig eingestuft werden. Auch wenn „workoholics“ gesellschaftlich anerkannt sind, verbirgt sich dahinter eine Sucht, die ähnliche Auswirkungen haben kann wie etwa Alkoholismus. „Sekretärinnen unterstützen diese Sucht – und geben sich dabei häufig selbst komplett auf“, sagt Spiegel. Sie sind Co-Abhängige der Arbeitssucht.

Maria Leiner\*, Sekretärin eines Vorstandsvorsitzenden, ist bewusst, dass sie für ihren Job viel gibt – vielleicht zu viel: „Ich habe meine privaten Kontakte deutlich eingeschränkt. Abgebrochen habe ich sie zwar nicht, aber die Abstände zwischen den Treffen sind größer geworden.“ Die 60-Jährige ist nicht verheiratet, ihr Leben lang hat sie für Minister und Manager gearbeitet. Sie war immer rund um die Uhr erreichbar. In den letzten Jahren hat sie das auch körperlich gespürt. Die zehn Stunden Arbeit täglich stecke man in ihrem Alter nicht mehr so leicht weg, meint sie. Doch im Gegenzug hörte sie dafür mindestens einmal am Tag Sätze wie: „Super, danke, das haben Sie gut gemacht.“ Das motiviere und fülle das Loch, das auf privater Seite klafft.

Das Lob ist es, worum sich alles dreht. Wenn Psychologin Spiegel über die Assistentinnen spricht, die sie interviewt hat, fällt häufig das Wort „Leistungstochter“. Die Biografien der Frauen äh-



## DIE RUHELOSE

**Margarete Binder, 45**, Chefsekretärin des Vorstandsvorsitzenden eines großen Finanzinstituts: „Mein Chef hat mich vor Jahren unter einer Vielzahl von Mitarbeitern ausgewählt, um für ihn zu arbeiten. Das war schon eine Auszeichnung. Denn immerhin ist er der oberste Chef von mehreren Tausend Angestellten. Aber natürlich musste ich ab diesem Zeitpunkt 300 Prozent geben. Ich muss zugeben, dass ich wie mein Chef auch arbeitssüchtig bin. Ein Leben ohne den Job kann ich mir nicht vorstellen. Auch wenn es in der Bankenbranche, in der ich tätig bin, in den letzten Jahren kein Honiglecken war. Da gab es viele Monate, in denen mein Chef alle Hände voll zu tun hatte und ständig öffentlich präsent war. Das war für alle in seinem direkten Umfeld ebenso eine sehr anstrengende Zeit. Aber ich muss zugeben, dass ich gewissen Stress brauche, um glücklich zu sein. Ich bin zu Fleiß erzogen worden: Alles, was ich mache, muss perfekt sein, ich will immer die Beste sein und niemanden enttäuschen. Meine Stellung wird mir von anderen durchaus geneidet, manchmal hat das sogar Züge von Mobbing. Die dunkle Seite des Berufs ist, dass die vielen Überstunden das Privatleben stark einschränken. Ich weiß, dass viele nur deswegen nett zu mir sind, weil sie mich als Macht sehen. Aber damit kann ich umgehen, ich habe gute Menschenkenntnis.“

## DIE PERFEKTE

**Marie-Luise Enders, 59**, Chefsekretärin eines bekannten Bank-Managers: „Mein Beruf ist sehr anstrengend, aber ich brauche das so. Ich wollte keinen Beruf haben, in dem ich nicht zeigen kann, dass ich gut bin. Ich möchte alles hundertprozentig machen, mit zweitklassigen Leistungen gebe ich mich nicht zufrieden. Mein Chef lobt mich oft, weil ich alles so schnell erledige. Und immer wieder das Unmögliche möglich mache, beispielsweise sieben hochrangige Personen kurzfristig auf einen Termin zu versammeln. Mein Perfektionismus kommt bestimmt aus der Erziehung. Wenn ich in der Schule eine schlechte Note geschrieben habe, hat meine Mutter drei Wochen kein Wort mehr mit mir gesprochen. Ich ärgere mich sehr, wenn ich einen Fehler mache. Aber noch mehr ärgert es mich, wenn mir mein Chef etwas in die Schuhe schiebt, wofür ich nichts kann. Zum Beispiel, wenn er sich beschwert, dass ich jemand nicht zum Meeting eingeladen habe, den er zuvor nicht erwähnt hatte. Als Assistentin ist man eben die erste Anlaufstelle bei Frust. Meistens merkt er, wenn er ungerecht war und mich gekränkt hat. Dann entschuldigt er sich. Das rechne ich ihm hoch an.“



## DIE AUFOPFERNDE

**Maria Leiner, 60**, Chefsekretärin eines Versicherungsvorstands: „Für mich ist es stets wichtig gewesen, dass ich mich mit den Entscheidungen des Chefs total identifizieren kann. Mit meinem habe ich da großes Glück gehabt. Bis zu meiner Pensionierung vor wenigen Monaten waren wir ein eingespieltes Team. Wenn er mich ansah, wusste er sofort, wie ich innerlich tickte. Und umgekehrt hörte ich an seiner Stimme oder der Art, wie er die Tür aufmachte, wie er drauf ist. Ich war über all die Jahre immer wie eine Mutter zu meinem Chef. Das liegt auch an dem großen Altersunterschied, ich bin 20 Jahre älter. Außerdem erinnere ich mich in manchen Dingen an meinen Sohn, den ich bei einem Unfall verloren habe. Natürlich war der Arbeitsdruck enorm, aber wenn sich der Chef bei der Weihnachtsfeier eine Stunde zu mir setzte, mit mir das Jahr durchging und mich für das lobte, was ich gemacht habe, war ich glücklich. Er ist jemand, der sich jeden Abend mit Handschlag aus dem Büro verabschiedet. Das macht nicht jeder. Früher habe ich jeden Tag für ihn gebetet. Und auch jetzt mache ich das, wenn ich höre, dass es im Unternehmen schwierig läuft. Die Arbeit vermisse ich schon sehr. Aber am Ende hat es mich körperlich auch sehr belastet. Vielleicht ist es besser, dass ich nicht noch länger geblieben bin.“

neln sich: Sie hatten ein strenges Elternhaus und mussten viel tun, um Anerkennung zu erfahren. Ein erlerntes Verhalten, das sie als Erwachsene beibehalten.

Am ähnlichsten sind sich Manager und Sekretärinnen in ihrem Hang zur Perfektion. „Ich kann mich grün und blau ärgern, wenn ich einen Fehler gemacht habe. Aber das kommt Gott sei Dank nicht so oft vor“, sagt Binder. Sie ist an 365 Tagen im Jahr erreichbar, ihre drei Handys begleiten sie auch am Wochenende und abends. „Für ihn will ich alles perfekt machen“, sagt sie. „Er würde auch nichts anderes akzeptieren, schließlich arbeitet er genauso.“

Die offizielle Statistik weist 303.000 Sekretäre und Sekretärinnen in Deutschland für 2011 aus, 298.000 davon waren weiblich. Doch so manche Assistentin ist offiziell als Sachbearbeiter oder Bürohilfskraft registriert – in diese Gruppen fallen mehr als 700.000 Personen. Frauen überwiegen dabei auch. In der Studie kommt nur ein männlicher Assistent vor. „Das Antwortmuster unterschied sich in dem Fall nicht wesentlich von den weiblichen Befragten“, sagt Spiegel. Sie weist aber darauf hin, dass die Studie keine repräsentative Arbeit ist, sondern eine qualitative Aussage trifft.

Eine dieser Aussagen ist eine klare Warnung an die Assistentinnen: Nur solange das Suchtsystem Arbeit aufrecht erhalten werden kann, läuft alles glatt. „Die Arbeit kompensiert häufig eine versteckte Depression, die erst zum Vorschein kommt, wenn der Beruf wegbreicht – etwa durch einen Job-Verlust oder den Übergang in die Pension“, sagt Spiegel. Von Außenstehenden werden die Frauen über ihren Chef identifiziert. „Ich achte auch bei privaten Terminen sehr auf mein Äußeres. Man kennt mich ja als ‚die Assistentin von ...‘. Da will ich mich nicht der Kritik aussetzen“, sagt Chefsekretärin Binder.

Dass die Frauen wenig Selbstbewusstsein haben, gaben sie in den Gesprächen mit der Psychotherapeutin offen zu. Auf die Frage, was sie an sich selbst verändern wollten, antworteten sie häufig, dass sie gern selbstbewusster wären. „Ich bin auf unglaublich viel Einsamkeit in den Gesprächen gestoßen“, schildert Psychotherapeutin Spiegel. So wie Manager nur wenigen loyalen Anhängern trauen, wissen auch ihre Assistentinnen, dass ihnen andere ihre Position neiden – und sich viele mit ihnen gut stellen wollen, weil sie sich daraus einen Vorteil erhoffen. Das macht misstrauisch.

Auf der anderen Seite sind sich die Frauen ihrer Macht bewusst. Sie können den Zugang zum Chef öffnen – oder verwehren. Auch Marie-Luise Enders\* weiß, was sie bewegen kann. Als Chefsekretärin macht sie ihren Einfluss hin und wieder geltend. Beispielsweise, indem sie vor dem Chef Mitarbeiter lobt, die besonders gute Arbeit geleistet haben. „Das hat schon die ein oder andere Karriere befördert“, sagt sie.

Auch auf die eigene Karriere hat sie stets geachtet, nur dreimal war sie krank in den 17 Jahren, die sie an der Seite ihres Chefs arbeitet. Selbst nach einem Bandscheibenvorfall saß sie am Bürotisch. Die Aufforderung, nach Hause zu gehen, kommentierte sie mit den Worten: „Das tut mir zu Hause genauso weh. Machen Sie sich daher über mich keine Sorgen.“ Enders weiß, dass sie unverzichtbar ist. „Der Chef sagt, er möchte, dass ich bis 70 bleibe“, sagt sie – mit Stolz in der Stimme.

\*Namen geändert

## SÜCHTIG NACH NOCH MEHR ARBEIT

Betroffene erleben Erfolge wie im Rausch – und können nicht aufhören

„**Karoshi**“ nennen Japaner die Arbeitssucht, die laut amtlicher Statistik jährlich zu mehreren Hundert Todesfällen führt. In Europa hingegen gibt es dafür keine offizielle Diagnose – stattdessen leiden die Betroffenen an Depressionen, Bluthochdruck oder Angststörungen. Der Bonner Wirtschaftspsychologe Stefan Poppelreuter schätzt, dass in Deutschland rund 200.000 Menschen an Arbeitssucht leiden. Davon sprechen Experten, wenn sich der Betroffene krankhaft auf die Arbeit fixiert und andere Lebensbereiche verwahrlosen lässt.

Typische Fragen zur Diagnose sind: Setzen Sie sich selbst unter Druck, in-

dem Sie sich eigene Deadlines setzen? Sind Sie ständig erreichbar? Tun Sie sich schwer damit, Arbeit zu delegieren? Fühlen Sie sich schlecht, wenn Sie nicht gerade an einer Aufgabe arbeiten?

Wie bei einer Drogensucht erhöht der Rausch ständig seine Dosis, unter Hochdruck schüttet er das Glückshormon Endorphin aus. Erfolge erlebt er wie im Rausch. Doch zunehmend verliert er die Kontrolle über das Arbeitspensum. Ungeduld und aggressives Verhalten nehmen zu, Schuldgefühle tauchen auf. Bis schließlich die Leistungsfähigkeit zusammenbricht. Oft geht einem „Burn-out“ eine Arbeitssucht voraus.

GUTTY IMAGES/RETA/GE-MONTAGE WELT AM SONNTAG

## BUSINESS EXPLORER

<b>Bad &amp; Sanitär</b> <b>BAD und SANITÄR / SHOP</b> <a href="http://www.megabad.com">www.megabad.com</a>	<b>Finanzen</b> <b>Helfen Sie mit im Kampf gegen die Banken!</b> Gratis-Info anfordern: <a href="http://www.fxtrading24.de">www.fxtrading24.de</a>	<b>Mobile Räume</b> <b>! Mobile Räume mieten !</b> Büro-, Mannschaft-, Wohn-, Sani-, Lager-Container <a href="http://info@container.de">info@container.de</a> - Tel.: 05932/50 6-0 <a href="http://www.container.de">www.container.de</a>	<b>Online-Shopping</b> <b>Unterwäsche ab Fabrik</b> riesige Auswahl auch Übergrößen + extra lang. HERMKO, auf AMAZON, eBay oder hermko.de	<b>Reisen</b> <b>Privatreisen in ferne Länder</b> mit über 20 Jahren Erfahrung <a href="http://www.geoplan-reisen.de">www.geoplan-reisen.de</a>	<b>Unternehmenskauf und -verkauf</b> <b>Unternehmensverkauf / Kauf</b> Finden des passenden Käufers, Unternehmensnachfolge, <a href="mailto:mail@euro-matrix.de">mail@euro-matrix.de</a> - <a href="http://www.euro-matrix.de">www.euro-matrix.de</a> Tel.: 0631 / 31 04 24 01, Fax: / 31 04 24 02 Euro - Matrix GmbH	<b>Wein</b> Bioweine aus der Calmont-Region <a href="http://www.bioweingut24.de">www.bioweingut24.de</a>
<b>Bürobedarf</b> <b>Büromöbelübernahme</b> <a href="http://www.die-Abholer.de">www.die-Abholer.de</a>	<b>Container</b> <b>PRESTIGE-HALLEN &amp; BÜROCONTAINER</b> Großflächen - Mietpreisbrecher Jahresgebäude bis 50 % unter NP <a href="http://www.deu-bau.de">www.deu-bau.de</a>	<b>Geschäftsideen</b> <b>Möchten Sie auch 25.000,- € und mehr p. Monat vom Schreibtisch aus verdienen??</b> TOP seriöses Geschäft! <a href="http://www.4AplusB.de">www.4AplusB.de</a>	<b>Reisen</b> <a href="http://www.Linderhof-Sydt.de">www.Linderhof-Sydt.de</a> gemütliche Apartments im idyllischen Reetdachhaus mit herrlichem Garten garantieren erholsamen Urlaub in Westerland	<b>Spirituosen</b> 2500 Spirituosen ab Jhg. 1802 <a href="http://www.worldwidespirits.de">www.worldwidespirits.de</a>	<b>Veranstaltungen</b> Sie planen eine Veranstaltung? <a href="http://www.messe-erfurt.de">www.messe-erfurt.de</a>	<b>Werbemittel</b> <a href="http://www.alpha-praesent.de">www.alpha-praesent.de</a> Werbearbeit-Neuheiten / Aktionen
<b>Edelmetalle</b> <b>Gold online kaufen!</b> <a href="http://www.anlagegold24.de">www.anlagegold24.de</a>	<b>Altersvorsorge - Geld anlegen - OHNE PROVISION</b> TOP-Finanzberater Deutschland. Mehrfach ausgezeichnet. Stellen Sie jetzt Ihre Lebens-/Rentenversicherung um und sparen bis zu 67% Provisionskosten. Auch bei laufenden Verträgen. Angebot anfordern unter: <a href="mailto:office@barnert-company.de">office@barnert-company.de</a> 089/41 35 35 00 <b>BARNERT &amp; COMPANY GmbH</b> besser-als-eine-bank.de	<b>Internet</b> <b>Branchen-Register</b> <a href="http://www.firmenfinder.de">www.firmenfinder.de</a>	<b>Online-Shopping</b> <b>Zimmerli und Hanro.</b> Bei <a href="http://www.lingerie-henneberger.de">www.lingerie-henneberger.de</a>	<b>Haus m. Pool, Tel. 0931 - 923 80 0.</b> <a href="http://www.florida-ferienparadies.de">www.florida-ferienparadies.de</a>	<b>Tragetaschen</b> ab 250 Stück mit Firmenlogo <a href="http://www.gemet-tragetaschen.de">www.gemet-tragetaschen.de</a>	<b>Wohnungen zu vermieten</b> <a href="http://www.peter-schneeberg.de">www.peter-schneeberg.de</a>
		<b>eterna, Olymp, CasaModa</b> <a href="http://www.businesshemden.com">www.businesshemden.com</a>	Anregungen, Tips und Ideen rund um Ihren Urlaub. <a href="http://www.welt.de/reisewelt">www.welt.de/reisewelt</a>	<b>Übersichtlich und kompakt - Ihr Infoforum um DIE WELT/WELT am SONNTAG</b> <a href="http://http://media.welt.de">http://media.welt.de</a>	<b>Wohnungen zu vermieten</b> Qualitätsimmobilie jetzt online besichtigen! <a href="http://www.immonet.welt.de">www.immonet.welt.de</a>	<b>Zahnimplantation</b> sanft - patientenfreundlich - bezahlbar Die (R)Evolution in Implantologie & Zahntechnik! Top Qualität aus Deutschland! Infos & Adressen: <a href="http://www.mimi-info.de">www.mimi-info.de</a>