

„Switch-Happens“

Die Switch-Kolumne von Monica Deters vom 13. August 2026
Wie Millionen Menschen den Switch in eine neue Zeit erleben.



Wenn der Job wegbricht!

Was passiert mit einem Menschen, wenn nicht nur der Job verschwindet, sondern irgendwann auch die Aussicht auf den nächsten?



Wenn ein 56-jähriger gestandener Mann vor dir sitzt und weint, weil er keinen neuen Job mehr findet, dann trifft mich das mitten ins Herz.

Er hat sein Leben lang gearbeitet. Verantwortung übernommen. Seinen Lebensunterhalt verdient. Und jetzt schreibt er eine Bewerbung nach der anderen. Absagen. Keine Antwort. Wieder eine Bewerbung. Irgendwann sagt er einen Satz, der mir wirklich nachgeht: „Was soll ich denn jetzt machen?“ Und ich merke: Er meint längst nicht mehr nur die nächste Bewerbung. Er meint sein Leben.

Ich selbst bin dreimal unverschuldet arbeitslos geworden. Ich kenne dieses extreme Gefühl, wenn von einem Tag auf den anderen die ganze Existenz wegbricht. Aber damals hatte ich neben aller Verzweiflung immer die Gewissheit: Irgendwo und irgendwie finde ich wieder etwas. Heute frage ich

mich: Was passiert mit uns, wenn genau diese Gewissheit verloren geht?

Eben war das Leben noch geregelt. Man hatte Aufgaben, Termine, Kollegen, Verantwortung, Status. Und plötzlich ist da morgens dieser merkwürdige freie Raum. Und dann beginnt etwas, das ich bei vielen Menschen beobachtet habe: Entweder schalten die einen sofort in den Kampfmodus. Lebenslauf aktualisieren, Stellenportale durchsuchen, Bewerbungen schreiben. Hauptsache schnell wieder rein ins Arbeitsleben. Doch es gibt auch die anderen, die langsam ihren Rhythmus, ihre Struktur verlieren. Es passiert ganz schleichend. Sie stehen später auf, die Tage werden beliebiger, Aufgaben verschwinden. Irgendwann wird aus einer vorübergehenden Arbeitslosigkeit ein Zustand, in dem man auch innerlich immer weniger

vom Leben erwartet. Beide Reaktionen sind menschlich. Doch heute kommt etwas Neues hinzu. Was, wenn der nächste Job gar nicht mehr kommt?

Bisher war die Antwort auf Arbeitslosigkeit ziemlich einfach: Such dir einen neuen Job. Genau das habe auch ich damals gemacht. Immer wieder. Schon fast panisch. Und es hat auch immer geklappt. Doch ich musste immer heftiger kämpfen. Aber was passiert, wenn diese Antwort für immer mehr Menschen in dieser neuen Zeit nicht mehr funktioniert? KI und Automatisierung verändern unsere Arbeitswelt. Tätigkeiten verschwinden, Berufsbilder verändern sich und neue Jobs entstehen nicht zwangsläufig dort, wo alte wegfallen.

Was passiert mit einem Menschen, der sich bemüht, Bewerbungen schreibt, flexibel ist und trotzdem nichts findet? Dann fehlt irgendwann nicht nur das Einkommen. Und natürlich ist Geld dabei keine Nebensache. Miete, Strom, Versicherungen und Lebensmittel lassen sich nicht mit Sinn und Lebensfreude bezahlen. Diese Realität darf man nicht schönreden. Wie wir künftig unseren Lebensunterhalt sichern, wenn Erwerbsarbeit tatsächlich weniger wird, ist eine der großen ungelösten Fragen unserer Zeit und eine, auf die Politik und Gesellschaft dringend Antworten finden müssen.

Aber trotzdem passiert noch etwas anderes. Es fehlt die Aufgabe. Wir brauchen etwas, wofür wir aufstehen. Arbeit gibt unserem Leben viel mehr Sinn als nur Geld. Sie gibt unserem Tag Struktur. Wir werden gebraucht. Wir haben Kollegen, Aufgaben, kleine Erfolgserlebnisse. Und abends das Gefühl: Ich habe heute etwas geschafft. Wenn das wegfällt, entsteht eine Lücke, über die wir viel zu wenig sprechen. Vielleicht müssen wir deshalb anfangen, Arbeit und sinnvolle Tätigkeit voneinander zu unterscheiden. Oder sie ergänzen. In jedem Fall braucht der Mensch eine Aufgabe im Leben!

Ich muss dabei an Beppo, den Straßenkehrer aus Michael Endes „Momo“, denken. Für ihn war das Kehren seiner Straße nicht einfach nur Arbeit – es war eine Aufgabe, der er sich mit Ruhe und

Hingabe widmete und die seinem Tag Bedeutung gab.

Und das wird in Zukunft immer wichtiger werden. Handys geben uns die Möglichkeit über Social Media oder Online-Spielen, beschäftigt zu sein. Doch wie erfüllend kann es am Ende des Tages sein? Aber was kann einen erfüllen? Ein neuer Job? Ein Ehrenamt? Ein eigenes Projekt? Lernen? Sport? Tiere? Gartenarbeit? Handwerk? Kreativität? Andere Menschen unterstützen? Eine kleine Selbstständigkeit? Oder etwas, von dem man vor einem Jahr noch nicht einmal wusste, dass es einem Freude machen könnte? Nicht als Beschäftigungstherapie. Sondern als Antwort auf die Frage: Was gibt meinem Leben heute Sinn, Struktur und Freude? Denn wir haben jahrzehntelang gelernt, uns auf Arbeit vorzubereiten. Schule. Ausbildung. Studium. Weiterbildung. Karriere. Aber kaum jemand hat uns beigebracht, ein erfülltes Leben zu gestalten, wenn Erwerbsarbeit plötzlich weniger Raum darin einnimmt.

Vielleicht wird genau das eine der großen Aufgaben unserer neuen Zeit. Und deshalb werden wir auch Menschen brauchen, die andere durch solche Übergänge begleiten. Menschen, die nicht einfach sagen: „Dann bewirb dich halt weiter.“ Sondern die dabei helfen, einen neuen Platz, eine neue Aufgabe und vielleicht sogar eine neue Vorstellung vom eigenen Leben zu entwickeln.

Und genau das wünsche ich dem 56-jährigen Mann: dass er nicht nur wieder einen Job findet, sondern auch seinen inneren Frieden wiederfindet, selbst wenn sein Leben vielleicht anders weitergeht, als er es sich vorgestellt hat. **Denn Arbeitslosigkeit darf nicht bedeuten, lebenslos zu werden.** Im Gegenteil. Der Job kann verschwinden. Die Aufgabe kann sich verändern. Aber das eigene Leben wartet immer noch darauf, gestaltet zu werden. Vielleicht lautet die entscheidende Frage der Zukunft deshalb nicht nur: Wo kann ich arbeiten? Sondern: Wofür stehe ich morgens auf?

Die Switch-Kolumne von Monica Deters

Menschlich gefühlt. Eigenständig gedacht. KI-unterstützt geschrieben. Entdecke die MillionDreams-Academy - www.million-dreams.de