

IM Detail

Der Begriff Burn-out wurde 1973 von dem Psychoanalytiker Herbert Freudenberger erstmals verwendet. „Helfende Berufe“ (Ärzte, Pflegeberufe, Rettungsdienstpersonal, Lehrer, Sozialarbeiter, Erzieher) fielen damals durch besonders häufige Krankenschreibung, Arbeitsunfähigkeit oder Frühverrentung auf. Ursache war eine besonders hohe Arbeitsbelastung, gepaart mit einem besonders hohen persönlichen Engagement, beides führte zum Ausbrennen.

Prominente Betroffene: Ins Blickfeld kam das Syndrom durch prominente Fälle: Skispringer Sven Hannawald hat deswegen seine Karriere beendet; Fußballspieler Sebastian Deisler litt darunter; Jazzpianist Keith Jarrett hat eine jahrelange Zwangspause eingelegt, Rapper Eminem hat eine Tournee abgesagt.

Bis zu acht Prozent der Arbeitnehmer gefährdet: Genaue Zahlen, wie viele Österreicher tatsächlich an einem Burn-out leiden, existieren nicht – vor allem deswegen, weil Burn-out von den Krankenkassen nicht als eigenständige Erkrankung anerkannt wird. Experten schätzen jedoch, dass acht Prozent der Arbeitnehmer betroffen sind. **Burn-out-Prävention:** Der Arbeitsmedizinische Dienst bietet als Vorbeugung Vorträge zum Thema Burn-out, Stressmanagementkurse mit vielen praktischen Übungen, Seminare zum Erlernen von Entspannungstechniken und Einzelberatungen an. **Mehr Info: www.amd.at**

„Mitarbeiter spiegeln die Laune ihres Chefs“

STEFAN VEIGL

2,5 Mal: So oft rentiert sich ein Euro, der in die physische oder psychische Gesundheit eines Mitarbeiters investiert wird, pro Jahr – allein durch die Reduktion der Krankenstände.

Für ihn ist es aber keine Frage der Rendite, sondern der Überzeugung: Claudius Neumayr ist Chef von Segafredo Austria, und für Meditation, Tai Chi, Qui Gong und andere Entspannungstechniken höchst aufgeschlossen: „Ich kann nur gute Leistungen und gute Menschenführung von meinen Mitarbeitern erwarten, wenn sie in ihrer Mitte stehen – und sich das nicht mit Tabletten und Aufputzmitteln herholen müssen.“ Selbiges gelte speziell für die vielen Außendienstmitarbeiter, ergänzt Verkaufsleiter West, Christian Gehbauer: „Mitarbeiter spiegeln die Laune ihres Chefs wider.“ Und ein gewinnendes Auftreten sei im Außendienst das Wichtigste.

Dass die Stimmung und der Stresslevel gerade bei den Segafredo-Außendienstlern, die den in der Zentrale in Hallwang-Mayrwies gerösteten und verpackten Kaffee in ganz Österreich vertreiben, ausgeglichen ist, verdeutlicht Vertriebschef Wolfgang Reichl an



Dorothea Neumayr ist Wasser- und Atemtherapeutin und bietet Entspannungsseminare für Firmen an.

Die Firma schickt ihre Mitarbeiter mindestens ein Mal pro Jahr auf ein sechstägiges Entspannungsseminar. Es gibt einen Ruheraum. Und die Maxime des Chefs ist: „Ein gesunder Geist wohnt nur in einem gesunden Körper.“ Bei Segafredo Austria ist dank Prävention Burn-out kein Thema.

einem Beispiel: „Unser Fuhrpark umfasst 40 Fahrzeuge. Aber es ist nicht nötig, sie Vollkasko zu versichern, weil die Mitarbeiter auch so auf die Fahrzeuge schauen.“

Geschäftsführer Neumayr, der diese Funktion schon seit 23 Jahren innehat („seit ich da bin, hat's noch nie einen Betriebsunfall gegeben“), war mit seiner Philosophie, dass nur entspannte Mitarbeiter auch leistungsfähig und kreativ sind, anfangs allein auf weiter Flur: „Ich werde heute noch von manchen anderen Unternehmern belächelt.“ Bereits seit Jahren fährt jeder der 60 Segafredo-Mitarbeiter mindestens ein Mal pro Jahr auf ein Seminar nach Südtirol: „Die dauern mindestens fünf bis sechs Tage und haben drei Säulen: Gesundheit inklusive Meditation und Sport. Lernen – denn die Aufnahmefähigkeit steigt, wenn Geist und Seele offen sind. Die dritte Säule ist Erlebnis“, erzählt der Chef und lacht noch heute über gemeinsame gruppenspezifische Erfahrungen. 70.000 Euro investiert die Firma pro Jahr in punkto Corporate Mental Wellness – „das ist Teil unserer gelebten Unternehmenskultur“, sagt Neumayr. Eine Kultur, die auch von den Segafredo-Standorten Ungarn, Deutschland und Tschechien übernommen wurde; Neumayr ist inzwischen zum CEO Cent-



Bei Segafredo Austria tummelt sich auch schon mal die Chefetage im betriebseigenen Ruheraum (v. l.): GF Claudius Neumayr auf der Liege, Verkaufsleiter West Christian Gehbauer auf dem Sitzball, Finanzprokurist Gottfried Blaschka an der Chi-Maschine (liegend), Vertriebschef Wolfgang Reichl jongliert. Bilder (2): SNA/VEIGL

ral Europe aufgestiegen.

Auch der Frau des Chefs ist nachhaltige Mitarbeiterführung wichtig. Nicht zuletzt, weil Dorothea Neumayr Seminare zu diesem Thema hält. Ihre Erfahrung: „Es mangelt in vielen Firmen an Bewusstsein.

Burn-out-Prävention gilt bei vielen Chefs als zu weich und zu wenig männlich.“ Wichtig wären ihrer Meinung nach Zahlen über die Betroffenen und Förderungen für Prävention, „um Burn-out endlich zu enttabuisieren“.