



## Stressprävention gegen Fehlzeiten und Folgekosten



**Irsara: „Stressprävention ist gesellschaftliche Notwendigkeit“**

*Foto: tis - v.l.: Manuela Irsara (Manager Cluster Alpine Wellbeing), der Referent Peter Buchenau und Stefanie Tartarozzi (Cluster Alpine Wellbeing)*

Bozen – Robbie Williams hatte es, Tim Mälzer hatte es und Mariah Carrey hatte es auch. Die Rede ist vom Burn-out, also von einem Zustand „ausgesprochener emotionaler Erschöpfung und reduzierter Leistungsfähigkeit“. Seit Januar 2011 gelten in Italien gesetzliche Bestimmungen, die Unternehmen verpflichten, die Stresssituationen am Arbeitsplatz zu bewerten. In zwei Veranstaltungen informierte der Cluster Alpine Wellbeing vergangene Woche, warum es für Unternehmen klug ist, in die Stress- und Burn-out-Prävention zu investieren.

Die Weltgesundheitsorganisation bezeichnet Stress als die größte „Gesundheitsgefahr des 21. Jahrhunderts“ und zwar auch, weil sich das Phänomen Stress durch alle beruflichen Schichten zieht. Auf diesen Umstand verwies Referent Peter Buchenau in seinen beiden Vorträgen im TIS innovation park und im Kloster Neustift. 30 Prozent aller Arbeitnehmer glauben etwa, dass sie ihren Job nicht bis zur Rente durchhalten und 40 Prozent aller europäischen Arbeitnehmer fühlen sich „negativ gestresst“. Ein Drittel aller Personalmanager sind, laut einer Studie der Fernuniversität Hagen, vom Burn-out betroffen und die Hälfte aller Mitarbeiterausfälle geht auf stressbedingte Krankheiten zurück. Die Folge: Den europäischen Volkswirtschaften kostet der Stress richtig viel Geld. Allein Italien musste im Jahr 2005 28 Milliarden Euro für Schäden aufbringen, die durch Stress verursacht wurden. Mehr Geld gibt in Europa nur noch Deutschland (45 Milliarden Euro) aus.

„Diese Zahlen belegen, dass Unternehmen gut beraten sind, wenn sie heute schon mehr in der Stressprävention tun, als vom Gesetz gefordert wird“, erklärt Manuela Irsara, Managerin des Clusters Alpine Wellbeing des TIS innovation park. „Stressprävention ist eine unternehmerische und gesellschaftliche Notwendigkeit“, so Irsara weiter.

Per Gesetz sind Unternehmen bislang nur verpflichtet, eine Stressbewertungsanalyse im eigenen Unternehmen durchzuführen, was allein sicher nicht gegen stressbedingte Ausfälle von Mitarbeitern hilft. Unternehmen, die wirklich dafür sorgen wollen, dass ihre Mitarbeiter nur positiven Stress empfinden, sollten zunächst einmal ein freundliches Betriebsklima schaffen. Aber das ist leichter gesagt, als getan und viele Unternehmer haben weder Zeit noch Know-how, um solche Maßnahmen in Angriff zu nehmen. „Wer aber im Bereich Stressprävention im eigenen Unternehmen aktiv werden will, kann sich an den Cluster Alpine Wellbeing im TIS wenden“, sagt Manuela Irsara. Im Cluster sind nämlich auch Südtiroler Unternehmen vertreten, die anderen Unternehmen seriöse und professionelle Hilfe bei der Stressprävention bieten können und der Cluster Alpine Wellbeing vermittelt je nach Unternehmensbedürfnis den richtigen Kontakt – vom Präventionscoach bis zum Experten für Lebensqualität. Auch öffentliche Einrichtungen wie beispielsweise die Stiftung Vital haben sich des Themas angenommen und bieten Hilfe an. Zu Pfingsten 2012 findet in Meran der European Congress of Prevention and Health statt. Initiator ist das Südtiroler Unternehmen balance & more.

Dass seitens der Unternehmer reges Interesse an Stressprävention besteht, belegen die Besucherzahlen der eingangs erwähnten kleinen Vortragsreihe: Insgesamt über 150 Personen lauschten Referent Peter Buchenau bei seinem Vortrag im TIS und im Kloster Neustift.

„Aktives Gesundheitsmanagement zahlt sich für Unternehmen aus“, sagt Manuela Irsara, „und Unternehmen handeln nachhaltig, wenn sie jetzt schon mehr im Bereich Stressprävention tun, als gesetzlich vorgeschrieben ist, denn gesunde, motivierte und leistungsstarke Mitarbeiter tragen wesentlich zum Unternehmenserfolg bei.“