



**Stressfrei Austria im Gespräch
mit Dr. Josef Kinast**
Leiter der Siemens Niederlassung
Linz



Biofeedback als Hilfsmittel in der Stressanalyse. Ein Beispiel mit Best Practice Charakter: Siemens in Oberösterreich setzt seit 2013 auf biometrische Verfahren bei der Ermittlung des Burn Out Risikos von MitarbeiterInnen. Die Tests werden auf freiwilliger Basis und anonym angeboten. Die Kosten dafür übernimmt Siemens in Oberösterreich. Nach dem „AVEM Verfahren“- einem zertifizierten psychologischen Testverfahren - werden Risikopotentiale sichtbar. So hat jeder Mitarbeiter die Möglichkeit, klar einzuschätzen, wie Burn Out gefährdet er ist. Die Verantwortung etwas für die psychische Gesundheit zu tun liegt jedoch nicht nur beim Unternehmen. Die Risikopotential Analyse soll MitarbeiterInnen generell dazu anregen – auch in Ihrer Freizeit – mehr für ihre Gesundheit zu tun. Unterstützt werden gefährdete MitarbeiterInnen zudem durch psychologische Sprechstunden, die das Unternehmen finanziert und den MitarbeiterInnen auf freiwilliger Basis anbietet.



„Leben in Balance“

Die psychische Gesundheit ist ein wesentlicher Teil des Siemens Programms „Leben in Balance“. Siemens geht in Oberösterreich innovative und neue Wege zur Erhaltung der psychischen Gesundheit.

„Gesunde und motivierte MitarbeiterInnen sind zu einem entscheidenden Wettbewerbsfaktor geworden!“ dies betont Dr. Josef Kinast bei einem Gespräch mit Stressfrei Austria. „Gut ausgebildete und hochqualifizierte MitarbeiterInnen können sich den Arbeitsplatz auch in turbulenten Zeiten aussuchen. Immer mehr Menschen orientieren sich bei der Wahl des Arbeitgebers auch an dessen Maßnahmen zur betrieblichen Gesundheitsförderung. Maßnahmen im Bereich BGF sind für Siemens daher von strategischer Bedeutung.“ So Kinast im Interview. Bei der Umsetzung von Maßnahmen zur Erhaltung der psychischen Gesundheit setzt Siemens in OÖ auch auf die richtige Balance für den privaten und beruflichen Bereich. Ergänzend zur Evaluierung der psychischen Belastung am Arbeitsplatz hat Siemens auf freiwilliger Basis allen

MitarbeiterInnen eine **persönliche und anonyme Stressanalyse auf Basis biometrischer Daten** angeboten. Viele MitarbeiterInnen haben diese Möglichkeit bereits in Anspruch genommen. „Maßnahmen wie diese kosten zwar Geld, Vorbeugemaßnahmen rechnen sich aber mehrfach!“ betont Kinast. „Denn Stress ist kein Problem, das am Arbeitsplatz Halt macht. Auch Freizeitstress, Stress in der Partnerschaft, auf Reisen, beim Sport und bei vielen anderen Aktivitäten müssen berücksichtigt werden, um persönlich gesund zu bleiben. MitarbeiterInnen von Siemens in Oberösterreich tragen gerne auch Eigenverantwortung für ihre Gesundheit und beteiligen sich aktiv am Programm „Leben in Balance“, denn dieses Programm macht die Menschen **rundum** fitter und zufrieden.“



Die Veranstaltung in der sogenannten "Communication Line" der SIEMENS City Vienna am 14. Juni 2012 war der Kick Off zu der SIEMENS-internen Offensive „Leben in Balance.“
(Foto: Siemens ©)

„Mit mir können sie ganz normal über seelische Erkrankungen reden“ Ein T-Shirt mit diesem Aufdruck wurde im Rahmen der Kick Off Veranstaltung der Siemens internen Offensive „Leben in Balance“ vorgestellt. Maßnahmen wie diese tragen zur Entstigmatisierung psychischer Krankheiten bei. Denn viele psychische Probleme und Krankheiten sind gut zu behandeln. Eines sollte laut Dr. Josef Kinast jedoch klar sein: „Präventive Maßnahmen sind auch bei psychischen Krankheiten der beste und günstigste Schutz. Unternehmen, die dies erkennen und die bereit sind, präventive Maßnahmen für mehr psychische Gesundheit im Unternehmen zu etablieren leisten einen wertvollen Dienst an der Gesundheit der Menschen und an der Produktivität und Innovationskraft der Unternehmen.“

„Leben in Balance“ bietet Siemens MitarbeiterInnen unterschiedliche Leistungen an. Gesundheitstage, Wirbelsäulengymnastik, Hörtests, generationenübergreifenden Wissenstransfer, gesunde Küche, Duschen für SportlerInnen, Biofeedback-Untersuchungen, gesundes Wasser und viele weitere Leistungen werden in diesem BGF Programm angeboten.

„Steigende Stressfaktoren für den Wirtschaftsstandort OÖ!“

Stress ist für Dr. Josef Kinast nicht nur ein menschliches Problem. Er erkennt auch viele Stressfaktoren, die den Wirtschaftsstandort OÖ derzeit stark unter Druck setzen.

Den Wirtschaftsstandort OÖ sieht Josef Kinast durch unterschiedliche Punkte gefährdet, die es global tätigen Unternehmen nicht immer einfach machen, ein klares Bekenntnis zum Wirtschaftsstandort OÖ abzugeben. „Wir haben Kunden auf der ganzen Welt und in unterschiedlichen Zeitzonen. Dies macht es nicht immer einfach, die restriktiven und bürokratischen Bestimmungen etwa bei den Arbeitszeitaufzeichnungen oder im Rahmen der Arbeitszeitautonomie zu erfüllen.“ so Kinast. „Denn globale Geschäftsbeziehungen können nicht ausschließlich in den österreichischen Kernarbeitszeiten aufrecht erhalten werden. Auch unsere MitarbeiterInnen fordern hier nicht nur aus diesem Grund mehr Flexibilität. Primär junge Beschäftigte wollen auch mehr Freiraum bei der Gestaltung ihres Arbeitstages.“ Für Kinast ist es kontraproduktiv, DienstnehmerInnen an starre Arbeitszeiten zu binden. Er bemerkt einen Trend, dass primär junge Beschäftigte gerne früher aus dem Büro gehen, um die Tageszeit für Familie und Hobbys zu verwenden. Diese Personen arbeiten dann gerne in Ruhe von zuhause aus. Ebenso möchten viele MitarbeiterInnen die Stauzeiten beim Pendeln an den Arbeitsplatz meiden. Dies ist nur dann möglich, wenn die Breitband Offensive das Arbeiten mit großen Datenmengen auch vom Home Office aus ermöglicht. Der Datenhighway ist in vielen sehr lebenswerten Regionen Österreichs, in denen auch Siemens MitarbeiterInnen ihren Lebensmittelpunkt haben, leider nach wie vor Zukunftsmusik.

Viele MitarbeiterInnen erkennen im Straßenverkehr einen nicht zu unterschätzenden Stressor, der viel Lebensenergie raubt und gerade zu den Hauptverkehrszeiten an den Nerven der pendelnden MitarbeiterInnen zerrt. Mehr Flexibilität bei Arbeitszeiten ist jedoch nur mit einem weniger bürokratischen gesetzlichen Rahmen und mit einer höheren Leistungskapazität der Internet Verbindungen möglich.

Ausufernde Auditierungstrends:

„In den 1990er Jahren hatten wir einen erheblichen Aufwand im Rahmen der ISO Zertifizierungen, in den 2000er Jahren die 2K Umstellung, ab 2005 einen signifikanten Anstieg der Umweltaudits und ab 2013 einen sprunghaften Mehraufwand bei Audits im Bereich psychische Gesundheit. Auditierungstrends kommen wie Wellen in zyklischen Abständen auf die Unternehmen zu und führen zu überproportionalem Aufwand in den Unternehmen.“ Kinast fordert in diesem Zusammenhang weniger Bürokratie und mehr Umsicht bei Entscheidern in Unternehmen und auch bei den Behörden ein. „Denn die Erfahrung zeigt, dass viele neue Bestimmungen in den ersten Jahren nach Einführung überkontrolliert werden und erst nach einer viel zu langen Umstellungsphase in praktikierbare und weniger bürokratische Verfahren transformiert werden. Hier umzudenken baut auch viel Stress ab, schont unsere Nerven und die Budgets der Unternehmen!“

© Redaktion Stressfrei Austria
Juli 2014
www.stressfrei-austria.at