



Alles Burnout oder was!?

Annäherung an ein gesellschaftliches Phänomen aus verschiedenen Sichten

Dr. Martin Resch

3R-Gesundheitsmanagement

Inhalt

- **Assoziationen zum Thema**
- **Begriffsverwirrungen**
- **1. Versuch der Entwirrung**
- **Agenda für die Einladung bei Anne Will:
„Das erschöpfte Ich“**
- **Aber ...**

Burnout in der Presse



Freie Assoziationen

- Ist Burnout ansteckend?
- Bekommen nur Warmduscher einen Burnout?
- Kann man auch zweimal Burnout kriegen?
- Ist Burnout eine Erfindung der Links-Partei?
- Wann kann ICH mir meinen Burnout nehmen?
- Kann man mit Burnout Geld verdienen?
- Was soll ich tun, wenn meine Firma einen Burnout hat?

„organisationaler Burnout Bruch & Kowalevski, Universität BSt. Gallen

Definition Burnout

- Es gibt viele verschiedene Definitionen.
- Nach Burisch gibt es in der Literatur mindestens 130 verschiedene Anzeichen von Burnout.
- Es gibt mehrere Phasenmodelle.
- Es gibt keine akzeptierte Diagnosemöglichkeit.
- Es gibt eine unendliche Flut von neuen Angeboten zum Thema Burnout, Burnoutprophylaxe, Resilienz gegen Burnout, Burn-on statt Burn-out, Burnout-Lotse, Achtsamkeits-Meditation gegen Burnout, usw.

Deja vu

- Das gleiche Phänomen gab es nach 1992 mit dem Thema „Mobbing“
 - Verschiedene Definitionen
 - Verschiedene Phasenmodelle
 - Schwierigkeiten der eindeutigen Diagnose
 - Aber ein riesiger Markt 😊 mit
 - einer Flut von Ratgebern
(was ich so oder so schon empfehle, hilft auch gegen Mobbing pardon ... gegen Burnout)

Begriffsklärung

- Belastung
- Beanspruchung
- Kurzfristige Beanspruchungsfolgen
- Langfristige Beanspruchungsfolgen

- Was davon ist mit „Burnout“ gemeint?

Was mich an dem Wort stört ...

- BURNOUT ist wie MOBBING ein „all-inclusive“-Begriff ...
- Populär und polarisierend
- aber wenig handlungsleitend
- Wird gerne als Mode-Diagnose abgewertet
- oder als „Kampfdiagnose“ verwendet

Begriffsklärung

➤ TENNISARM

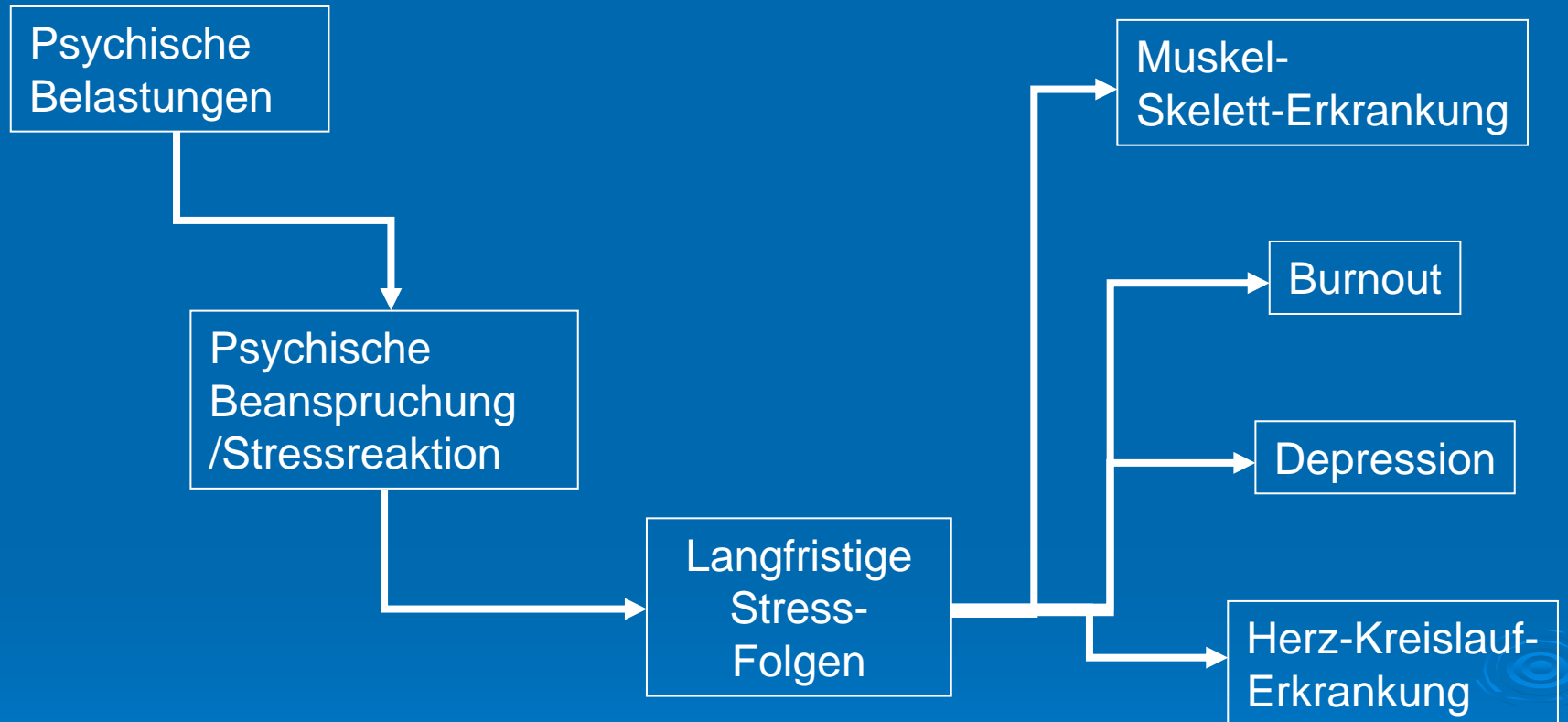
- Einseitige Belastung z. B. bei Tastatur-/Mausbenutzung, bei der Haus- und Gartenarbeit oder im Sport
- Führt zu einer hohen Beanspruchung des Sehnen
- Die zu kleinen Verletzungen und Rissen führen kann
- Und langfristig in einer chronischen Sehnenansatzreizung und -entzündung enden kann

➤ ERGO: Wie verbieten Tennis und sperren alle Tennislehrer ein!

Fragen

- Bringt es irgendeinen Erkenntnis-Gewinn, statt von Stress von Burnout zu reden?
- Gibt es eine besondere BELASTUNG, die speziell zu Burnout führt?
- Kann der Begriff Burnout irgendwelche NEUEN Präventiv- oder Interventionsmaßnahmen begründen?

Modell 1



Modell 2



Thesen für die Talkshow „Das erschöpfte Ich“ bei Anne Will ...

- Burnout ist die Krankheit unserer Zeit
- Globalisierung führt zu Burnout
- Zwang zur Flexibilität ist die Ursache
- Alles wird schlechter
- Früher war alles besser
- Opa arbeitete 12 Stunden und hat danach noch die Kaninchen versorgt – warum hatte der kein Burnout?

Die Hitliste der „Burnout-Betriebe“

Dax-Konzerne im Vergleich: Wo Burn-out am häufigsten auftritt

| Unternehmen | Mitarbeiter in Deutschland, 2011 | Burn-out-Fälle* pro Jahr Untergrenze – Obergrenze (geschätzt) | |
|------------------------|-------------------------------------|---|-------------|
| Adidas | 4500 | 200 – 300 | |
| Allianz | 40 837 | 2400 – 3400 | 5,9 – 8,3 % |
| BASF | 52 049 | 1500 – 3400 | |
| Bayer | 35 800 | 1300 – 2000 | |
| Beiersdorf | 5889 | 200 – 400 | |
| BMW | 73 324 | 2200 – 5200 | |
| Commerzbank | 44 474 | 2300 – 3200 | |
| Daimler | 167 684 | 4900 – 11400 | |
| Deutsche Bank | 24 801 ** | 1400 – 1900 | 5,6 – 7,7 % |
| Deutsche Börse | 1547 | 80 – 100 | |
| Deutsche Post | 168 108 | 4500 – 11600 | |
| Deutsche Telekom | 121 564 | 3 800 – 8 900 | |
| Eon | 35 133 | 1800 – 2500 | |
| Fresenius | 45 262 | 1200 – 2900 | |
| Fresenius Medical Care | 4200 | 100 – 300 | |
| HeidelbergCement | 4500 | 100 – 300 | |
| Henkel | 8322 | 300 – 700 | |
| Infineon | 7926 | 300 – 600 | |
| K+S | 10 147 | 10 – 20 | |
| Linde | 7361 | 200 – 500 | |
| Lufthansa | 67 259 | 2100 – 4500 | |
| MAN | 30 187 | 900 – 2100 | |
| Merck | 10 900 | 300 – 700 | |
| Metro | 91 189 | 2800 – 6600 | |
| Munich Re | 24 299 | 1200 – 1700 | |
| RWE | 41 632 | 1000 – 2400 | |
| SAP | 16 011 | 700 – 1000 | |
| Siemens | 116 000 | 3800 – 9000 | |
| ThyssenKrupp | 68 419 | 2500 – 5700 | |
| Volkswagen | 224 851 | 3400 – 6300 | 1,5 – 2,8 % |

*Schätzung auf Basis der Zahl der Patienten in stationärer Behandlung; **ohne Postbank und Sal. Oppenheim.

Quelle: Konsensus-Analyse Asklepios, Geschäftsberichte, mm-Recherche

KARRIERE BURN-OUT



weit ist unsere aktuelle Wettbewerbsfähigkeit mit der Gesundheit unserer Leute erkauft“, sagt der Coach und Buchautor Gerhard Nagel („Chefs am Limit“). Jetzt treffen volle Auftragsbücher auf ausgedünnte Mannschaften.

„Das Geschäft ist unsicherer, volatil und komplexer geworden“, sagt Joachim Bohner von der Personalberatung Russell Reynolds. Compliance-Vorgaben und Good-Governance-Regeln schaffen immer neue Bürokratie. Dass „unternehmerische Verantwortung immer stärker auf die Angestellten verlagert wird“, wie Hilmar Schneider vom Bonner Institut zur Zukunft der Arbeit sagt, verwandelt den körperlichen Stress von einst in „Verantwortungsstress“.

Der Wandel der Arbeitswelt freilich trifft

alle Firmen, alle Beschäftigten. Doch ein Großteil der Burn-out-Fälle geht in Wahrheit im Dax auf hausgemachte Probleme zurück.

Das Muster, das die Asklepios-Untersuchung zeigt, ist eindeutig: Überall da, wo seit Jahren umgebaut, reorganisiert und gekürzt wird, schießt die psychische Belastung der Mitarbeiter steil nach oben. So etwa bei der Allianz Deutschland, die mit bis zu 3400 geschätzten Burn-out-Fällen eine der höchsten Quoten im Dax zeigt. Vor inzwischen sieben Jahren hatte die Deutschland-Sparte des Versicherers die bis dahin größte Umstrukturierung in der Konzerngeschichte in Angriff genommen. Dass Radikalumbau und Stellenkürzungen nicht den gewünschten Effizienzgewinn brachten, ist kaum dazu angetan, die Stimmung der Allianz aufzuhellen. „Wir beobachten eine starke Erhöhung an Fällen von Burn-out und Erschöpfung“, sagt ein Betriebsrat.

Der Assekuranzkrösus hat das Problem erkannt. Als erster Finanzdienstleister in Europa schloss er eine Betriebsvereinbarung zur Bekämpfung arbeitsbedingten Stresses, derzeit erstellt er eine Analyse psychischer Gefährdungen für jeden einzelnen Arbeitsplatz. „Die Neuordnung war für unsere Mitarbeiter nicht einfach. Doch zuletzt ist ihre Identifikation mit der Allianz wieder gestiegen“, sagt Claudia Pfeifer, Leiterin Grundsatz und Vergütung im Personalwesen der Allianz Deutschland.

Wenn inmitten permanenter Reorganisation auch noch ein fundamental wichtiges Geschäftsfeld wegbricht, nimmt die Unsicherheit

der Beschäftigten dramatisch zu. Da nimmt es nicht wunder, dass die Energiebranche in der Asklepios-Schätzung ebenfalls ein hohes Maß an Burn-outs aufweist. Der Wert für Eon: bis zu 2500 Fälle pro Jahr.

Seit Fukushima und Atomausstiegsbeschluss steht bei den Energiekonzernen kein Stein mehr auf dem anderen. Den Beschäftigten bei Eon sitzt die Angst im Nacken, einer von 6000 zu sein, deren Job demnächst gestrichen wird.

Anders als andere von manager magazin befragte Unternehmen geht Eon mit dem Phänomen Burn-out immerhin offen um. Gesundheitsmanager Matthias Hansch nennt interne Zahlen: Seit Anfang 2008 seien rund 10 Prozent der Krankheitstage auf psychische Belastungen zurückzuführen. Hansch: „Darunter fassen wir Stresserkrankungen, Burn-out und Depressionen zusammen.“

Eon setzt auf die Führungskräfte, die in Seminaren lernen sollen, auf die psychische Gesundheit ihrer Mitarbeiter zu achten und Stress zu reduzieren. Im Griff habe man das Thema noch nicht, räumen Personaler unter der Hand ein.

Ob mit den Maßnahmen eine Trendumkehr gelingt, ist offen - Zahlen für 2011 liegen noch nicht vor. Eine interne Unterlage zeigt jedoch, dass der Weg zu mehr Zufriedenheit noch weit ist: Bislang sehen nur rund 20 Prozent der deutschen Eon-Mitarbeiter in den aktuellen Veränderungen „positive Entwicklungschancen“. Und während rund 80 Prozent der Manager auf der Ebene direkt unter dem