

Quelle: *Sueddeutsche.de / Karriere / vom 19.05.2010, 17:10*

Prävention von Burn-out

Der Chef kann es richten

19.05.2010, 17:10

Ausgebrannt und leer: Wer unter Burn-out leidet, steckt in einem tiefen Loch fest. Doch Vorgesetzte können verhindern, dass ihre Angestellten hinein fallen.

Das Burn-out Syndrom greift um sich. Während die Zahl der betroffenen Patienten steigt, fand eine Studie jetzt heraus, dass Führungskräfte mit persönlicher Ansprache und rechtzeitiger Arbeitsentlastung das Erkrankungsrisiko ihrer Mitarbeiter deutlich verringern können.

Teure Krankheit

Beenden oder unterbrechen die Vorgesetzten ihre Unterstützung jedoch, steigen die durch Burnout bedingten Ausfälle in der Belegschaft schnell wieder auf den vorherigen Stand, heißt es in der Langzeit-Studie des Schweizer Instituts *sciencetransfer* in Zusammenarbeit mit der Bertelsmann Stiftung.

In Deutschland entstehen durch arbeitsbedingte psychische Belastungen volkswirtschaftliche Kosten in Höhe von 6,3 Milliarden Euro, teilte die Stiftung unter Berufung auf eine 2009 erstellte Studie der Betriebskrankenkassen mit. Dabei entfallen etwa 3 Milliarden Euro auf die Krankheitsbehandlung und 3,3 Milliarden auf den Produktionsausfall.

Trost von oben

Die Verringerung der durch Burn-out bedingten Erkrankungen um 10 Prozent könne demnach zu Einsparungen von mehreren Hundert Millionen Euro jährlich führen. Bereits eine um 20 Prozent intensivere Unterstützung seitens der Führungskräfte bewirke 10 Prozent weniger Burn-out-bedingte Erkrankungen, heißt es in der Schweizer Studie.

Hilfreich seien zum Einen bessere Arbeitsmittel, Tipps und Arbeitsentlastung. Zum Anderen seien aber auch Zuspruch, Trost, Motivation und Zuhören nachweisbare positive Faktoren. Für die Studie wurden in den Jahren 2006 bis 2009 jährlich 120 Teilnehmer befragt. Jede Befragung umfasste mehr als 250 Fragen zu 20 Gesundheitsaspekten.

URL: <http://sueddeutsche.de/karriere/praevention-von-burn-out-der-chef-kann-es-richten-1.938407>
Copyright: sueddeutsche.de GmbH / Süddeutsche Zeitung GmbH
Quelle: (sueddeutsche.de/dpa/holz)