

Kostenfaktor Stress (Teil 2)

Ich kann von Glück reden, dass sich die Geschichte im FIT-KiCK von letzter Woche nicht ganz so abgespielt hat, wie ich sie erzählt habe. Mein iPod ist mir auf den Schuh gefallen und hat keinen Schaden genommen. Gewiss, ich war auf der Strasse etwas zügig unterwegs und viel geflucht habe ich dabei auch, aber in eine Radarfalle bin ich nicht getappt. Die Fragen der beiden Teilnehmer habe ich freundlich beantwortet. Das einzige was nicht optimal gelaufen ist: Die Aquafitnessstunde hat wegen mir erst um 16.05 Uhr begonnen. Das kommt so gut wie nie vor, aber wenn, dann hasse ich mich dafür. Und das würde ich auch von einer Mitarbeiterin nicht tolerieren.

Nochmals gut gegangen

Im Alltag klappt nicht immer alles nach Plan. Als Ausgleich dafür, hilft uns ab und zu das Glück über einen Fehler hinweg. Wer klug ist, fordert das Glück aber nicht übermässig heraus und lernt auch aus Fehlern, die keine schmerzhaften Konsequenzen nach sich gezogen haben. Noch besser wäre es, gewisse Fehler bereits im Voraus zu vermeiden. Dies wollte ich neulich einem Personalchef erklären. Sein Standpunkt: „Was soll ich in der Firma gegen Stress tun? Bei uns hat noch nie jemand ein Burnout gehabt.“ Ich hoffe, dass er mit dieser Aussage lediglich unser Telefongespräch schnell beenden wollte und nicht, dass er wirklich diese Ansicht vertritt.

Vorsicht ist besser als Nachsicht

Unterhaltsarbeiten sind für Maschinen und Geräte selbstverständlich. Das macht Sinn, denn ein Betriebsunterbruch ist wesentlich teurer als die Wartungskosten:

- Wenn in einem Unternehmen ein neuer EDV-Server angeschafft wird, ist ein Supportvertrag immer ein Teil der Investition.
- Oder wie machen Sie es mit Ihrem Auto? Lassen den Wagen regelmässig in der Garage warten, oder warten Sie lieber hin und wieder am Strassenrand bis der Pannendienst Sie abholt?

Unterhalt des Teams

Wenn ein Mitarbeiter ein Burnout erleidet, geht das nicht nur ganz schön ins Geld, sondern braucht in der Regel auch eine Menge Zeit, bis dieser Mensch wieder okay ist. Aber seine Leistung und sein Wohlbefinden sinken schon lange vorher. Es lohnt sich also nicht auf den Crash zu warten. Auch Maschinen und Geräte funktionieren besser, zuverlässiger und länger, wenn sie ordentlich in Stand gehalten werden:

- Ob Kellner, Telefonistin oder Aussendienstl-Mitarbeiter; wer dauernd unter Strom steht, wirkt weniger freundlich, weniger glaubwürdig, weniger kompetent. Diese Mängel haben logischerweise negative Konsequenzen auf das Image und den Umsatz einer Firma.
- Völlig frei von hektischen Tagen oder Wochen ist kaum ein Job. Da ist es wertvoll zu wissen, wie man mit solchen Situationen umgeht und wie man diesen Druck wieder ausgleicht. Denn Dauerstress ist ein schlechter Nährboden für Kreativität und Innovation, aber ein Dünger für Fehler und Unfälle.

Stresshandling wird oft noch als Wohlfühlgetue belächelt. In der Tat geht es darum, die Gesundheit und die Leistungsfähigkeit des Teams zu erhalten. Davon profitieren nicht nur das Unternehmen und seine Kunden, sondern auch die Mitarbeitenden selbst. Denn ambitionöse Ziele zu erreichen, lässt die Glückshormone tanzen.