

Wie hoch ist der Stresspegel in Ihrem Unternehmen?

Stress zeigt sich selten in einem einzigen, klaren Symptom. Vielmehr entsteht ein Bild aus verschiedenen Hinweisen im Arbeitsalltag, die sich in bestimmten Abläufen und Verhaltensmustern widerspiegeln.

Ein einzelnes Anzeichen ist dabei selten aussagekräftig. Kritisch wird es, wenn mehrere Hinweise gleichzeitig auftreten – oder wenn einzelne Faktoren besonders stark ausgeprägt sind. Dann ist es höchste Zeit zu handeln.

Schon zwei deutlich sichtbare Anzeichen können ausreichen, um den gezielten Einsatz der 10 Tools für ein stressfreies Unternehmen zu rechtfertigen.

Ein differenzierter Blick auf einzelne Abteilungen, Teams oder Prozesse kann helfen, die Stressmuster präzise zu erkennen – wie bei einem Puzzle, bei dem jedes Teil zur Gesamterkenntnis beiträgt.

Frühwarnzeichen erkennen – Handlungsbedarf ableiten

Nutzen Sie die Tabelle mit den 15 Anzeichen, um einzuschätzen, wie stark Ihr Unternehmen derzeit von Stresssymptomen betroffen ist.

Sie geben erste Hinweise darauf, ob die „10 Tools für ein stressfreies Unternehmen“ eine geeignete Antwort auf Ihre aktuellen Herausforderungen sein können.

Je mehr Anzeichen Sie beobachten – oder je deutlicher einzelne davon ausgeprägt sind –, desto dringender ist es, aktiv gegenzusteuern.

Pragmatische Entscheidungshilfe für den Einsatz der 10 Tools

15 Anzeichen	Aussagekraft des Anzeichens für Stress	Relevanz in Ihrem Unternehmen
1. Planungsabweichung Alles, was nicht nach Plan läuft, weist auf Stressoren hin. Nur leider ist es normal geworden, dass Pläne nicht eingehalten werden. Die hohe Toleranz macht Unternehmen blind, Planabweichungen fallen gar nicht mehr auf oder werden sogar bewusst in Kauf genommen. Würde jede Planabweichung verfolgt und dafür die Kosten erhoben, würden auch die Verluste klar und interne Stressoren bekannt werden.	sehr hoch	
2. Mitarbeiterfluktuation Ein sehr mächtiger Indikator ist die Mitarbeiterfluktuation. Es kann sich dabei um den Wechsel von Mitarbeitern innerhalb eines Unternehmens, durch Eigenkündigung oder durch Entlassung handeln. Hier kann auch auf spezifische Bereiche im Unternehmen rückgeschlossen werden.	sehr hoch	
3. Arbeitsunfähigkeitstage Arbeitsunfähigkeitstage sind die Anzahl von Tagen, an denen Mitarbeiter aufgrund von Krankheit oder Verletzung nicht arbeitsfähig sind. Diese Kennzahl ist meist gut erhoben, wenn auch nicht immer als Kennzahl für Stressoren am Arbeitsplatz ausgewertet. Dabei ist sie ein perfektes Indiz für Stress am Arbeitsplatz, im Vergleich innerhalb des Unternehmens und mit veröffentlichten Daten von den Krankenkassen. Auch hier die Frage, wieviel toleriert ein Unternehmen? Die richtige Antwort wäre „keine Ausfallzeiten auf Grund psychischer Beanspruchungen“	sehr hoch	
4. Konflikte Zum einen sind Konflikte selber Stressor, zum anderen sind sie die eindeutigsten und sichersten Symptome für Stressoren im Sinne der 10 Tools. Sie weisen in ihrer Klärung häufig auf unklare Rollen und Verantwortlichkeiten sowie schlechter Kommunikation hin.	sehr hoch	

Pragmatische Entscheidungshilfe für den Einsatz der 10 Tools

15 Anzeichen	Aussagekraft des Anzeichens für Stress	Relevanz in Ihrem Unternehmen
5. Fehlende Ergebnisse Die Beschäftigten sind da, aber es gibt nur wenig Ergebnisse, vereinbarte Ziele werden nicht erreicht. Die Arbeitszeit wird mit Inhalten verbracht, die kontraproduktiv oder ineffektiv sind. Ein sehr bedeutendes Indiz für Stressoren im Arbeitsfeld, auf das zu wenig geachtet wird.	sehr hoch	
6. Motivationsmaßnahmen Müssen übermäßige Motivationsmaßnahmen eingesetzt werden, um die Produktivität zu erhöhen, kann dies ein Signal für unausgeglichene Arbeitsbedingungen sein und damit auf Stressoren im Unternehmen deuten.	sehr hoch	
7. Arbeitsrechtliche Maßnahmen Eine verstärkte Anzahl Arbeitsrechtlicher Maßnahmen kann auf Stressoren am Arbeitsplatz hinweisen. Denn die Fehleranfälligkeit, Konflikte, Leistungsabfall, Regelverstöße bis hin zu Betriebsschädigendem Verhalten sowie Fehlzeiten steigen durch Stressoren am Arbeitsplatz an und eskalieren die Probleme.	sehr hoch	
8. Qualitätsprobleme Häufen sich die Fehler oder die Qualität sinkt, kann dies ebenfalls ein Merkmal für Stressoren sein, die die Arbeit der Beschäftigten erschweren.	sehr hoch	
9. Mitarbeiterbefragungen Ergebnisse für das Vorhandensein von Stressoren bieten die Befragungen von Beschäftigten. Zum einen ist die Teilnahme aussagekräftig und zum anderen sind es die Antworten. Direkte Rückschlüsse auf die einzelnen Stressoren gemäß des Buches lassen sich aber auch hier nicht ziehen, weil die Befragungen diesbezüglich unkonkret sind.	sehr hoch	

Pragmatische Entscheidungshilfe für den Einsatz der 10 Tools

15 Anzeichen	Aussagekraft des Anzeichens für Stress	Relevanz in Ihrem Unternehmen
10. Gleichgültigkeit Bei hohem Stresspegel beginnen sich manche Beschäftigte zu schützen, indem sie emotional „abschalten“. Wie, was und wann etwas getan wird, verliert an Bedeutung.	sehr hoch	
11. Regulierungsnotwendigkeiten Werden Regulierungen durch die Unternehmensführung notwendig, um Projekte oder Abläufe sicherzustellen, gibt es mit Sicherheit Probleme in der Belegschaft, die auch auf Stressoren zurückzuführen sind.	hoch	
12. Berichtspflichten Berichte werden vermehrt gefordert, wenn die Zahlen nicht stimmen und das Vertrauen der Führung in die Zuständigen fehlt. Stressoren können ein Grund für die mangelhaften Unternehmenszahlen sein. Der große Nachteil durch die Berichtspflichten ist, sie verstärkten häufig den Stress bei den Betreffenden.	hoch	
13. Fehlende Entscheidungen Fehlende Entscheidungen weisen auf Stress im Unternehmen hin, weil sie ein Symptom für mangelnde Klarheit oder ineffiziente Strukturen sind. Denn Stressoren erzeugen Unsicherheit und interne Konflikte, die die Entscheidungsfindung hemmen. Bei einer mangelhaften Fehlerkultur wird dieser Effekt sogar verstärkt.	hoch	
14. Kundenfluktuation Dass sich Kunden verabschieden, ist normal. Werden die Daten mit den Jahren verglichen, können Veränderungen erkannt werden. Die Analyse des Geschäftsendes liefert Hinweise auf nicht optimale Arbeitsprozesse, die durch Stressfaktoren verursacht werden.	mit anderen Indikatoren verdichtender Hinweis	
15. Entgangene Aufträge Aufträge, die nicht zum Abschluss gelangen, können auf ineffiziente Arbeitsprozesse gründen, denen Stressoren zugrunde liegen.	mit anderen Indikatoren verdichtender Hinweis	