

Die Gesundheit ist das A und O

Am Kabelwerk widmet sich das international agierende Jungunternehmen „Spark“ der mentalen Gesundheit.

VON AL KAFUR UND TAHA

In den vergangenen Jahren ist das Thema „Mentale Gesundheit“ zunehmend in den Vordergrund gerückt. Doch während es im persönlichen Umfeld häufig akzeptiert ist, offen über psychische Belastungen, Probleme und Erkrankungen zu reden, hat diese Veränderung den österreichischen Arbeitsmarkt noch nicht erreicht.

„Spark“ soll das ändern. „Es ist an der Zeit, die Stigmatisierung psychischer Belastung und Erkrankungen zu beenden“, sagt Claudia Schwinghammer. Die Wirtschaftspsychologin, Betriebswirtin und Psychothera-



Bei „Spark“ arbeiten mehrere Coaches, die Angestellten dabei helfen, ihre Ziele zu erreichen und mit Problemen im Alltag umzugehen. Fotos (2): Spark

peutin ist die Gründerin und Geschäftsführerin der neuen Initiative, die Unternehmen dabei helfen möchte, die mentale Gesundheit ihrer Mitarbeiter zu fördern. „Spark geht davon aus, dass jeder Mensch das Potenzial in sich trägt, leistungsstark, zufrieden und resilient durchs Leben zu gehen. Wir müssen nur lernen, mit Veränderungen kons-

truktiv umzugehen“, ist Schwinghammer überzeugt.

Sicherheit für Angestellte

Bewerbstelltigt wird das durch eine bestimmte Anzahl von Sitzungen mit ausgebildeten Coaches, die von dem Unternehmen bezahlt werden. Im Rahmen dieser Sitzungen setzen sich die Mitarbeiter ein bestimmtes Ziel. „Von



Claudia Schwinghammer hat das Unternehmen „Spark“ gegründet.

Raucherentwöhnung, Wohlfühlgewicht, Performance-Themen oder auch Selbstwert ist das Angebot von ‘Spark’ auf die Bedürfnisse der heutigen Arbeitswelt abgestimmt“, erklärt die Gründerin. Die Sitzungen kann man entweder online oder analog absolvieren. Aber warum soll sich ein Unternehmen für die mentale Gesundheit seiner Mitarbeiter

interessieren? Zum einen gibt es den offensichtlichen Grund: Nur gesunde Menschen können gute Arbeit leisten. Physische und psychische Erkrankungen beeinträchtigen die Leistung von Angestellten langfristig. Zum anderen verbringt ein Vollzeitangestellter den Großteil seines Lebens an seinem Arbeitsplatz und sollte sich dort natürlich möglichst wohlfühlen. „Wir möchten mit Unternehmen zusammenarbeiten, denen das Wohlbefinden ihrer Mitarbeiter ein Anliegen ist und die an schnellen, nachhaltigen Ergebnissen interessiert sind“, so Schwinghammer. Der neue Standort am Kabelwerk ist die ideale Ausgangsposition dafür, ist sie überzeugt: „Unsere Patienten kommen oft von weiter und so erreichen sie uns problemlos.“

Weitere Informationen gibt es unter www.spark.co.at