



INHALT

4 Geschlossene Schweiz

Der Shutdown in imposanten Bildern

14 Gemeinsam mit dem Inselspital Bern im Kampf gegen das Coronavirus

Unsere Unterstützung im Inselspital Bern

16 Ein Jahr Coronavirus – die beeindruckende Bilanz

Was es zur Pandemiebekämpfung braucht

18 Der Mann fürs Grüne

Norbert Müller gibt Tipps für den eigenen Garten

20 Verbunden mit der ISS Familie

Die ISS App macht unser Leben leichter

22 Wenn der Körper die Handbremse zieht

Roland König über sein Burnout und den Wiedereinstieg im Beruf

24 Hightech-Pionierarbeit an unserem neuen Standort

Im Kanton Zürich wird die 37. ISS Niederlassung eröffnet

25 Ein Schweizbesuch mit Folgen

Kirstine Rose Arfelt zieht für den Job in die Schweiz

26 Unsere Apple Stars

Gratulation an unsere Gewinnerinnen und Gewinner

28 Weiterbildungen

29 Beförderungen

30 Abschied, Pension, Jubilaren

32 Rätsel



Auflösung der Ausgabe Winter 2020
«Finden Sie die Fehler»:



Wenn der Körper die Handbremse zieht

Sobald er ein Fahrzeug mit ISS Logo sah, brach bei ihm der Schweiss aus: Roland König erzählt von seiner schwierigen Zeit, als ihm ein Burnout 2018 einen Strich durch die Rechnung machte. Von seinem Weg in ein neues Leben berichtet er in unserem sehr offenen und persönlichen Interview.

«Erschöpfungssyndrom im Sinne einer Anpassungsstörung». So lautete Roland Königs Diagnose vor drei Jahren. Was mit Ellbogenschmerzen begann, entpuppte sich plötzlich als Burnout. Roland musste erst googeln, was das überhaupt bedeutet. «Ich hatte früher die Haltung, dass Burnout gar keine richtige Krankheit sei. An seine Grenzen stossen – das passiert anderen, aber doch nicht mir», so der 61-Jährige im Gespräch.

2017 arbeitete Roland König als Objektleiter im Raum Basel und verwaltete 40 Objekte. Sein Team bestand aus rund 150 Reinigungskräften. Neben der anspruchsvollen Arbeit beschäftigten ihn auch die Ängste und Sorgen seiner Mitarbeitenden. «Du möchtest es allen recht machen und plötzlich werden ihre Probleme zu deinen.» Diese Belastung äusserte sich in kreisenden Gedanken, Schlafstörungen und in der Freizeit nicht «abschalten» können. 2017 folgte die Konsequenz: Das Jahresendgespräch fiel negativer aus als gedacht. «Ich war überzeugt, dass alles einigermassen lief und ich keine Fehler machte.» Schliesslich wurde er erst vor zwei Jahren mit der Auszeichnung «Best Operator» prämiert.

Wenn das Kartenhaus zusammenfällt

Von da an war das Verhältnis zu seiner Vorgesetzten zerrüttet. Die Unzufriedenheit nahm zu und Roland Königs Wohlbefinden ab. Der Basler suchte das Gespräch. Man fand eine neue Stelle innerhalb des Unternehmens. Roland erhoffte sich Besserung mit dem Wechsel. Doch kaum begonnen, ging alles sehr schnell: Nach einer Woche im neuen Job fühlte sich Roland sehr schlecht. Seine Ellbogen schmerzten, er hatte Mühe einzuschlafen und war dauernd rastlos. Seine Ärztin erkannte die Anzeichen und schrieb ihn per sofort krank. «Ich konnte diese Situation nicht wahrhaben. Es gab Menschen, die auf mich zählten. Da kann ich doch nicht vom einen auf den anderen Tag nicht mehr bei der Arbeit aufkreuzen.» Roland wagte die Flucht nach vorn. Er ging direkt zu Regional-

direktor Roger Birrer, um die Situation zu besprechen. Schliesslich folgte der Kollaps: «Ich hatte in seinem Büro einen Nervenzusammenbruch und konnte nicht mehr aufhören zu weinen.»

Selbst auf Geschäftsleitungsebene machte man sich stark für ihn

Was dann folgte, war eine sechsmonatige Auszeit. Ein kompletter Bruch mit seinem vorherigen Alltag. Roland begab sich in Therapie, um all das aufzuarbeiten, was er vorher verdrängt hatte. Fragen wurden aufgearbeitet, doch neue machten sich breit. Roland bangte um seine Existenz. Wie sollte er nun sein Leben finanzieren? Wird er je wieder arbeiten können? «In dieser Zeit hat mir besonders meine Frau Halt gegeben. Doch ISS hat mich auch nicht allein gelassen.»



Ian Braams hat ihn während seiner Krise begleitet.



«Sollte sich irgendjemand in meiner Geschichte wiedererkennen, rate ich: Geh zu deinem/deiner Vorgesetzten und sprich darüber.»

Roland König
Objektleiter

Ian Braams von People & Culture begleitete den Krankgeschriebenen während dieser Zeit. Die beiden haben sich regelmässig an neutralen Orten getroffen. «Wenn ich irgendwo ein Auto mit ISS Beschriftung sah, war ich schweissgebadet.» Ian bestätigt: «Ich habe Roland physisch angesehen, dass es ihm nicht gut ging.» Für ihn war es wichtig, für Roland da zu sein und zu signalisieren: «Wenn du wieder gesund bist, werden wir eine Lösung für dich finden.»

«Roland ist ein sehr geschätzter Mitarbeiter», so Ian, «als sich abzeichnete, dass er in den Berufsalltag zurückkehren kann, wurde sein Fall bis auf Ebene der Geschäftsleitung besprochen und alle waren bemüht, eine geeignete Stelle für ihn zu finden.» Heute arbeitet Roland König wieder als Objektleiter im Bereich Cleaning, allerdings mit viel weniger Objekten und einem kleineren Team. Seit seinem Burnout hat Roland viel über sich selbst gelernt. Damit ihm das nicht wieder passiert, hat er eigene Regeln aufgestellt: Um 17 Uhr ist Feierabend, E-Mails werden während der Arbeitszeit gelesen und beantwortet und das Geschäfts-

handy wird nach Feierabend weggelegt. Eine andere wichtige Erkenntnis hat er ebenfalls in seiner Auszeit gewonnen, nämlich, dass nicht seine Vorgesetzte Schuld war an seiner Situation, sondern er selbst. «Meine Chefin hatte Recht mit ihrem Feedback. Ich konnte mir einfach nicht eingestehen, dass ich Fehler mache. Ich wollte mehr erreichen, als ich schaffen konnte.» Heute kennt er seine Grenzen. Und sollte dies einmal nicht der Fall sein, ist das Umfeld oder die/der Vorgesetzte ebenfalls gefordert, ihn daran zu erinnern.

Durch seinen offenen Umgang ist es Roland gelungen den Einstieg in die Arbeitswelt wiederzufinden. «Wenn ich hier ehrlich über mein Schicksal spreche, kann vielleicht jemand anderes aus meinen Fehlern lernen. Sollte sich irgendjemand in meiner Geschichte wiedererkennen, rate ich: Geh zu deinem/deiner Vorgesetzten und sprich darüber.»