



KOLUTION

anonymity professionalism

Inhalt

Ihre Lösung für Probleme am Arbeitsplatz	3
Burnout.....	4
Work-Life-(Im-)Balance	4
Konflikte am Arbeitsplatz	4
Mobbing	5
Führungskräfte	5
Ihre Vorteile.....	6
Anonymität.....	7
Ziele	7
Für Wen?	7
Ist KoLution Etwas Für Ihr Unternehmen?	8
Wie funktioniert das System?	10



Ihre Lösung für Probleme am Arbeitsplatz

- Burnout
- Work-Life-(Im-)Balance
- Konflikte
- Mobbing
- Bei Führungskräften

Burnout

Burnout ist ein Schlagwort, das immer häufiger am Arbeitsplatz anzutreffen ist.

Die dadurch verursachten finanziellen Einbußen machen eine Vorbeugung nötig. Derzeit wird der Schaden auf weltweit mindestens 225 Milliarden Euro beziffert.

Eine allgemeingültige Definition gibt es nicht. Burnout wird überwiegend durch den Begriff des arbeitsbezogenen 'Ausgebranntseins' beschrieben. Es führt zu einer Erschöpfung körperlicher, emotionaler, mentaler und sozialer Art, die sich weniger in einem Ist-Zustand als vielmehr in einem schleichenden Prozess äußert. Dies ist einer der Gründe warum ein Burnout oft viel zu spät erkannt wird.

Angestellte haben Angst ein mögliches Burnout frühzeitig anzusprechen, da sie (meist unbegründeter Weise) den Gesichtsverlust fürchten. Außerdem wissen sie nicht, wie mit diesem Ist-Zustand umzugehen ist und auch noch eine Entlassung befürchten.

Work-Life-(Im-)Balance

Eine Trennung des Privat- und Arbeitsleben ist heutzutage kaum mehr möglich. Zweifelsohne lässt sich nachweisen, dass viele private Probleme das Berufsleben negativ beeinflussen und auch der Arbeitsalltag vice versa zuhause nachwirkt. Für den Arbeitnehmer ist bzw. wird es stetig wichtiger als jemals zuvor, Familie, Freizeit und Beruf miteinander in Einklang zu bringen. Deswegen wird eine ausgewogene Work-Life-Balance für moderne Betriebe immer wichtiger.

Eine Work-Life-Imbalance sorgt - aufgrund von wechselwirkenden Faktoren - für verschiedenste Probleme: Müdigkeit, Überbelastung in einem oder beiden Bereichen, Unproduktivität, Fehleranfälligkeit.

Konflikte am Arbeitsplatz

In jedem Unternehmen kommt es unweigerlich zu Konflikten, vor allem in der Projekt- und Teamarbeit.

Per se sind Konflikte keine negativen Ereignisse. Sogar im Gegenteil: Die richtige Führung und Handhabung eines Konflikts hat nachweislich positive Effekte auf die Teambildung, das Vertrauen und die Unternehmenskultur. Durch Konflikte werden unterschiedliche Meinungen dargestellt und nur so kommt man zu Fortschritt und Neuerungen.

Ein nicht zielführender Umgang mit Konflikten, zeigt sich unter anderem durch emotionale Aufgeladenheit, Eskalation, keiner gewaltfreien Kommunikation und einer abschließenden

M. Sc. in Psy. Korbinian Lunckenbein
Dipl. - Psych. Thierry Cullmann

win-lose-Situation. Eine Person gibt nach, um den Konflikt aus dem Weg zu gehen. Dabei werden oft gute Ideen begraben, bevor sie sich entwickeln konnten.

Mobbing

Mobbing am Arbeitsplatz ist keine Seltenheit und die negativen Folgen sind vielfältig, wie: **Fraktionierung, Abwesenheit am Arbeitsplatz und sinkende Produktivität**. Dies wurde vielfach untersucht und belegt. Oftmals findet Mobbing auch subtil statt, ohne dass den Beteiligten wirklich bewusst wird, dass sie eine Person unterdrücken.

Führungskräfte

Viele Führungskräfte erlangen ihre Position aus zwei Gründen:

1. Durch fleißige Arbeit (Leistung) werden sie als Belohnung befördert.
2. Durch Ehrgeiz unbedingt in eine Führungsrolle kommen zu wollen.

Sobald sie jedoch in ihrer neuen Rolle angekommen sind, zeigen sie sich überfordert mit der emotionalen Belastung bzw. den emotionalen Problemen ihrer Mitarbeiter. Es fehlen die nötigen Führungseigenschaften. Ohne Abstreiten zu wollen, dass es gute Schulungen gibt, um mit diesem ‚Problem‘ umzugehen, zeigen diese Seminare sich vermehrt als Theoriegeladen und ohne Anwendungsfelder.

Führungskräfte haben eine Fürsorgepflicht ihren Mitarbeitern gegenüber und dieser gilt es Rechnung zu tragen.

Beispiele für spezifische Fragen:

- Wie kann ich Person H. individuell motivieren?
- Person H. hat einen schlimmen Schicksalsschlag erlitten. Wie soll ich mit ihm umgehen?
- Person H. ist einer der ersten der kommt und einer der letzten der geht. Ist das normal?

Ihre Vorteile

- Täglicher Ansprechpartner
- Jederzeit erreichbar für berufliche und private Anliegen
- Anonyme Kontaktaufnahme (Kontakt ohne Angst)
- Prävention statt Korrektur
- Professionalität durch Studium und Erfahrung
- Mediation(en) zwischen Personen
- Mediation(en) zwischen Person und Unternehmen
- Niedrigschwellig, dadurch weniger Hemmung und Angst
- Bedienungsnähe, schneller und leichter Zugang
- frühe Problembefassung, das bewirkt eine schnellere Lösung
- Service für seine Angestellten, denn nicht jeder bietet. Daraus resultiert ein berechtigter Imagegewinn
- Auf Wunsch: Feedback bezüglich der Art der Fragen:
 - Falls es beispielsweise eine Häufung von Mobbing-Fällen gäbe, könnten wir dies an die Firmenleitung rückmelden und spezifische Schulungen für ihr Unternehmen vorbereiten. Durch den Austausch mit den Angestellten sind wir in der Lage das Unternehmen besser kennen zu lernen.

Auf Wunsch: Auch vor Ort aktiv



Handeln Sie bevor Ihnen das Wasser zum Halse steht. Durch die Niedrigschwelligkeit und die Anonymität ist das gewährleistet.

Anonymität

Online-Beratungen stehen herkömmlichen face-to-face Beratungen nichts nach. Es lässt sich sogar gegenteiliges annehmen. Ist die Anonymität nicht gewährleistet ergeben sich zum Beispiel folgende Nachteile:

- Hemmungen Probleme anzusprechen (v. a. Burnout)
- Der Vertrauensfindungsprozess benötigt die meiste Zeit

Durch die anonyme Onlineberatung ergeben sich zahlreiche Vorteile, welche hier teils zu nennen sind:

- Schnelle Kontaktaufnahme bereits bei kleinen Problemen. Hierdurch ersparen sich alle beteiligten Parteien Zeit, da ein kleines Problem leichter zu lösen ist. Durch die Prävention lassen sich zudem Kosten einsparen.
- Es gilt keine Bloßstellung zu fürchten. So können auch unangenehme Themenkreise angesprochen werden, die sonst untergehen würden.
-

Ziele

- Produktivitätserhöhung
- Niedrigere Fluktuation
- Weniger Ausschuss
- Besseres Betriebsklima im Sinne: Betrieb als Heimat
- Die Kommunikation der Mitarbeiter untereinander erleichtert sich
- Abnahme etwaiger Probleme
- Steigendes Ansehen über Mitarbeiterbewertungen (im Internet)

Für Wen?

Grundsätzlich möchten wir unseren Service der gesamten Personalstruktur anbieten. Dies geht vom Mitarbeiter – Führungskraft – Vorstand bis zu Ihnen selbst und allen Nationalitäten.

Dies hängt mit dem Grundsatz zusammen, dass wir davon ausgehen, dass Jeder für einen störungsfreien Ablauf des Betriebs wichtig ist und deswegen Unterstützung erfährt.

Ist KoLution Etwas Für Ihr Unternehmen?

Um dies herauszufinden haben wir eine Umfrage auf LinkedIn gestartet und haben überraschende Resultate gesehen.

Dabei wurden folgende Fragen gestellt und anonym die Antworten erfasst:

1. Haben Sie sich schon einmal ausgelaugt gefühlt und deswegen Arbeit aufgeschoben oder nicht oder schlecht gemacht?
2. Hat ein privates Ereignis (Liebe, Trauer, Kindererziehung, Sorgen etc.) schon einmal ihre Arbeit beeinflusst?
3. Hatten Sie bereits ein Problem am Arbeitsplatz und nicht gewusst, wie Sie es ansprechen sollen/können?
4. Wollten Sie ihren Job schon einmal kündigen, weil Sie nicht zufrieden sind?
5. Vorausgesetzt es gibt ein privates (Erziehung, Liebe, Kummer, Alkohol, ...) oder ein berufliches Problem (Streit mit Kollegen, Chef auf etwas ansprechen, Arbeitsbedingungen, Burnout, ...):

Die sechste und letzte Frage beinhaltet ein offenes Antwortformat:

6. Wie würden Sie es finden, wenn ihr Arbeitgeber Ihnen den Zugang zu einer kostenfreien und anonymen psychologischen Beratung ermöglicht?

Nachfolgend sind einige der Antworten aufgeführt. Es handelt sich hierbei um eine selektive Auswahl gegebener Antworten

Ich halte es für eine gute Idee Wie würde so etwas sicher umgesetzt werden? Gut, für andere.

Ich denke nicht das ich so etwas brauche. Sollte sich jeder mal überlegen Ein moderner Arbeitgeber sollte so etwas haben

Ich fände es gut, ein solches Program nutzen zu können

	1: Aufschub der Arbeit durch Psyche	2: Beeinflussung der Arbeit durch privates Ereignis	3: Nicht-Wissen, wie man mit einem Problem am Arbeitsplatz umgeht	4: Bereitschaft zur Kündigung wegen Unzufriedenheit	5: Nutzen einer anonymen, psychologischen Beratung als Hilfe
Ja in %	97	34	100	72	78
Nein in %	3	66	0	28	22

n* = 32

* Insgesamt wurden 298 leitende Angestellte bei einer LinkedIn umfrage angeschrieben und gebeten bei dieser anonymen Umfrage teilzunehmen. Es haben insgesamt 32 Personen teilgenommen, die aus zahlreichen verschiedenen Unternehmen kommen. Auch wenn diese Kurzumfrage interessante Einblicke gewährt, ist sie dennoch keine wissenschaftliche Untersuchung, ist nicht repräsentativ und lässt lediglich logische Schlüsse auf Ihr eigenes Unternehmen zu.

Wie funktioniert das System?

Wir stellen auf unserer Internetseite (www.kolution.eu) eine Seite speziell für ihre Firma zusammen. Diese Seite wird Passwort geschützt.

Wir generieren (auf Wunsch mehrere) Kennwort(e) für ihr Unternehmen. Dieses wird an ihre Mitarbeiter bereitgestellt. Durch Die Eingabe des Passwortes gelangen Sie auf eine Seite, bei der sich ein Chat-Fenster öffnet. Dieses erlaubt Fragen, Antworten und sogar eine zeitgleiche Kommunikation zwischen uns und der betroffenen Person.

Der Chat ist automatisch anonym. Nach dem Absenden der ersten Frage, kann bei Wunsch eine E-Mail-Adresse angegeben werden. Dies es jedoch keine Pflicht.

Keine Eingabe der E-Mail-Adresse:

- Anonymität wird zu 100% gewahrt, da wir keine Personalien erfassen. Wir sehen lediglich von welcher Seite die Frage kommt und können so die Frage ihrem Unternehmen zuordnen.
- Zugriff auf bisherige Fragen und Antworten nur von dem gleichen Browser und dem gleichen Gerät (PC, Smartphone). Chat wird dem System zugeordnet (Cookie).

Eingabe einer E-Mail-Adresse:

- Anonymität, da die E-Mail-Adresse nicht einer spezifischen Person zugeordnet werden kann.
- Benachrichtigung per E-Mail sobald die Antwort vorhanden ist.
- Durch individuellen Link kann man die Antwort von jedem Gerät aus lesen und Rückfragen stellen.

Beispiel:

1. Öffnen Sie einen Browser
2. Geben Sie oben www.kolution.eu ein.
3. Siehe Bild 1: Klicken Sie unter „Stelle hier Deine Frage!“ auf Ihr Unternehmen. In diesem beispielhaften Fall wäre dies „ChatCompanyA“ (<https://kolution.eu/chatcompanya/>).
4. Siehe Bild 2: Geben Sie das Passwort ‚pass7‘ ein.
5. Siehe Bild 3: Stellen Sie uns eine Frage!

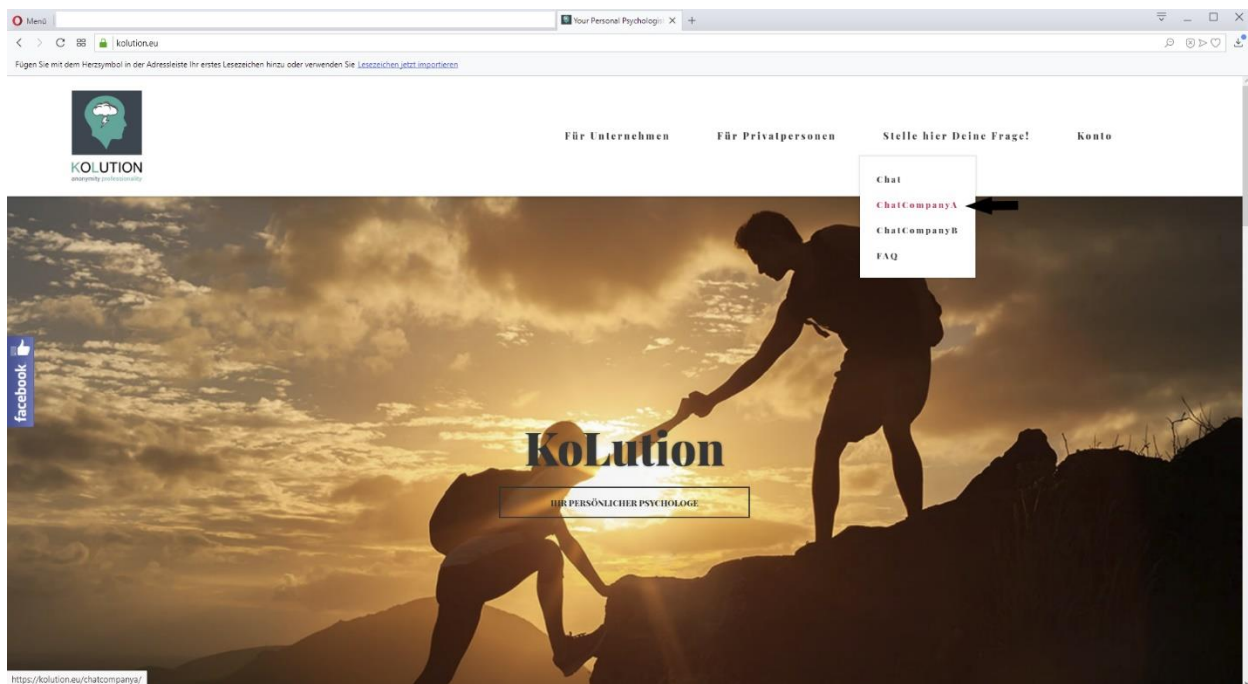


Bild 1

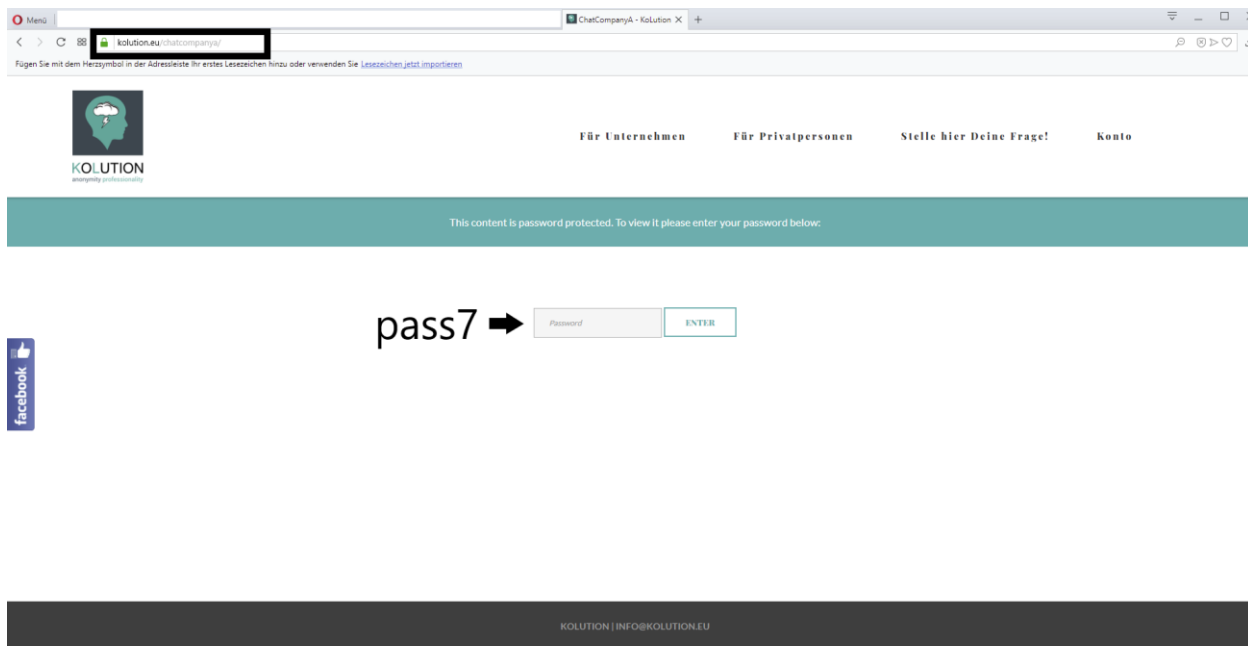


Bild 2

M. Sc. in Psy. Korbinian Lunckenbein
Dipl. - Psych. Thierry Cullmann

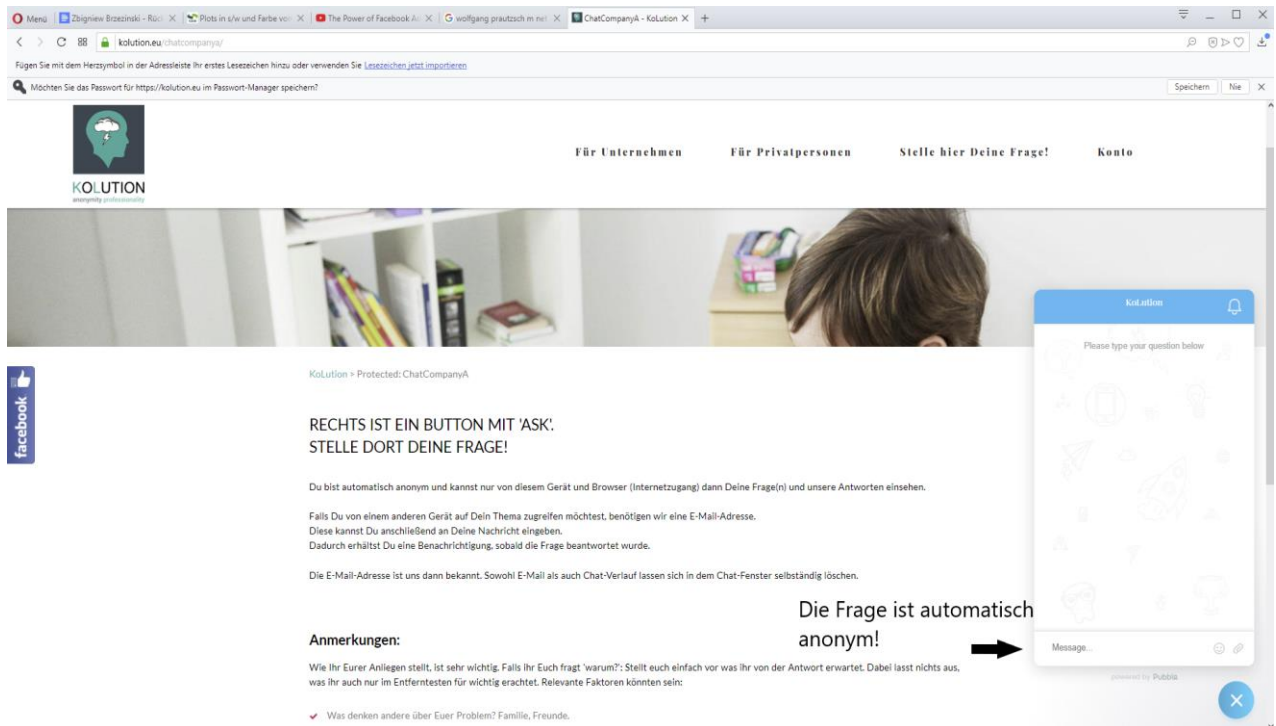


Bild 3

Internet: www.kolution.eu

E-Mail: info@kolution.eu

M. Sc. in Psy. Korbinian Lunckenbein

Dipl.-Psych. Thierry Cullmann



KOLUTION
anonymity professionalism