

# Die Presse

Karriere

26.03.2021



## Michael Kötttritsch

Ressortleiter Management &amp; Karriere

Freitagmittag. Man könnte es in Anlehnung an Wolf Haas' Romanfigur Simon Brenner sagen: Jetzt ist schon wieder ein Lockdown passiert. Genau genommen er steht uns zumindest bevor - in der Ostregion, in der ja auch die **„Management & Karriere“-Redaktion** ihre Räumlichkeiten hat. Die jetzt, weil wir die Corona-Regeln ja einhalten, kaum jemand von innen sieht. Doch keine Sorge: Uns geht es gut damit.

In dieser privilegierten Position sind nicht alle Menschen. Für viele ist die Lage so angespannt, dass die **Österreichische Vereinigung für Supervision und Coaching** (ÖVS) einige Empfehlungen herausgegeben hat: „Schauen Sie auf Ihre Kolleg\*innen!“, raten die Spezialisten in Hinblick auf Burnout-Prävention. „Durch die Arbeit von zu Hause gehen diese achtsamen Kontakte verloren. Denn geschäftliche Online-Meetings oder Telefonate lassen meist keinen ungestörten Raum für Small Talk“, sagt ÖVS-Vorstandsmitglied Gerald Käfer-Schmid. Und weiter:

- Wer sich regelmäßig untereinander über Arbeitsbelastungen oder Probleme z.B. mit der Führungskraft austauscht, steuert der Isolation sowie Belastung aktiv entgegen.
- Trauen Sie sich, einfach spontan mal bei den Kolleg\*innen anzurufen oder verabreden Sie sich für eine kurze Online-Kaffeepause“. Ob ein einzelnes Telefonat oder ein Gespräch in der Gruppe via Videokonferenz – es gibt viele Möglichkeiten, Stress und Frust beieinander abzuladen und füreinander da zu sein.
- Genauso wichtig ist es, gemeinsame Erfolge zu feiern oder auch eine lustige Anekdote zu teilen, um sich gegenseitig auf andere Gedanken zu bringen.
- Damit solche informellen Gespräche nicht nach dem ersten Mal bereits wieder in Vergessenheit geraten, ist es sinnvoll, eine Regelmäßigkeit zu entwickeln. Am besten setzt man sich im Team ein- oder zweimal wöchentlich einen festen Termin und fixiert diesen im Kalender.



Ihr

Michael Kötritsch

**PS:** Ich freue mich auf Ihre Rückmeldung unter michael.koettritsch@diepresse.com zu unserem Newsletter.

**PPS:** Wer in den kommenden Lockdown-Tagen ein paar Minuten erübrigen kann, ist eingeladen sich an der Untersuchung von Luis Deipenbrock (in Zusammenarbeit mit dem DNA.Club und Prof. Christian Korunka/Universität Wien) zu beteiligen: Es geht um das Thema „Kreative Kollektive Wirksamkeit“ und u.a. um die Fragen, welche Variablen eine Rolle für die Überzeugung eines Teams spielen, kreativ arbeiten zu können? Was die Schwellenwerte der kreativen Selbstwirksamkeit sind, die Teammitglieder für kreative kollektive Wirksamkeit benötigen? Und wie stark die Auswirkungen von Teamzusammenhalt und Prozesskonflikten auf die kreative kollektive Wirksamkeit sind.

**PPPS:** Eine Bemerkung zu Angela Merkels als „historisch“ beschriebener Entschuldigung. Abgesehen davon, dass ich nicht einschätzen kann ob der angesprochene Fehler ein politisch-handwerklicher oder ein inhaltlicher war: Was sagt es über unser Verständnis von Fehlerkultur aus, wenn eine Entschuldigung für einen (Beinahe-)Fehler genauso kommentiert wird, wie es im deutschsprachigen Raum gerade passiert?

**PPPPS:** Und weil von Simon Brenner und Wolf Haas ganz am Anfang die Rede war. Die beiden waren einige wenige Momente gemeinsam vor der Kamera zu sehen... Viel Spaß!

