

Überlastung erkennen und gegensteuern

Check-Liste Mitarbeiter Stress



Entwicklung?
Einfach machen!


andyamo
ENTWICKLUNG EINFACH MACHEN

www.andyamo.de

Check: Wie belastet sind meine Mitarbeiter?

Nachfolgend eine Check-Liste¹ für Ihre Mitarbeiter. Damit können Sie besser einschätzen wie es um das Stress-Niveau in Ihrem Team bestellt ist.

- Wenn Neuerungen eingeführt werden, hört man vor allem Gemecker – und Bemerkungen wie „Auch das noch! Wie sollen wir das schaffen?“ oder „Bringt doch alles nichts!“*
- Häufiger hapert es bei uns im Informationsfluss. Manchmal werden wichtige Informationen beispielsweise spät oder gar nicht an Kollegen weitergeleitet. Manche Aufgaben werden deshalb erst verspätet oder auch fehlerhaft erledigt.*
- Es gibt unter meinen Mitarbeitern öfter Konflikte, Konkurrenz-Situationen und Querelen.*
- Der Krankenstand bei uns im Team ist hoch.*
- Bei fachlichen Fragen bin ich jederzeit ansprechbar, aber für persönliche Gespräche mit Mitarbeitern fehlt einfach die Zeit.*
- Bei uns ist oft unklar, wer für welche Aufgabe zuständig ist. Aufgaben und Projekte werden häufiger hin- und hergeschoben.*
- Wenn ich einer Gruppe Mitarbeiter begegne, habe ich manchmal das Gefühl, dass die Gespräche der Mitarbeiter verstummen.*
- Oft habe ich das Gefühl, dass ich die Ergebnisse der Aufgaben meiner Mitarbeiter kontrollieren muss, damit sie auch wirklich ordentlich erledigt werden. Sogar meine guten Mitarbeiter wirken in letzter Zeit öfter so, als wären sie nicht ganz auf der Höhe.*
- Es ist schon vorgekommen, dass meine Mitarbeiter nicht durch mich, sondern durch „Flurfunk“ erfahren haben, dass Veränderungen im Team oder Entlassungen anstehen.*
- Für Weiterbildung haben meine Mitarbeiter keine Zeit. Der laufende Betrieb lässt das einfach nicht zu.*
- Betriebsausflug und Weihnachtsfeier würden einige in meinem Team am liebsten ausfallen lassen.*

Hinweise zur Auswertung finden Sie auf der nächsten Seite.

¹ Broschüre des BGN „Kein Stress mit dem Stress“

Auswertung der Check-Liste

Die zuvor genannten Punkte können immer mal wieder in einem Team auftreten. Wenn Sie jedoch **vier oder mehr Aussagen** angekreuzt haben, ist es von hoher Wahrscheinlichkeit, dass die Probleme das ganze Team betreffen und dadurch zu weniger Engagement und Arbeitsleistung kommt.

Sollten Sie **sechs und mehr Punkte** angekreuzt haben, so ist das Team wahrscheinlich schon sehr erschöpft. Oft folgt darauf Mobbing oder eine Einstellung zur Arbeit bei der nur „so viel wie unbedingt nötig“ investiert wird. Auch der Krankenstand aufgrund von stressbedingter Beschwerden geht hoch und selbst Ihre besten Mitarbeiter lassen in ihrer Leistungsfähigkeit stark nach.

Notizen: