

## **Arbeit und seelische Gesundheit - Telefonische Erstberatung hilft Ratsuchenden bei Konflikten am Arbeitsplatz weiter**

Verunsicherungen und damit einhergehend Konfliktthemen gibt es gerade pandemiebedingt genug. Viele Menschen stellen sich aktuell existenziell wichtige Fragen:

Was können wir tun, damit unser Unternehmen bestehen bleibt? Wie lange kann ich mit Kurzarbeit noch überleben? Wie ist das überhaupt mit Homeoffice und Arbeitsschutz? Leidet da nicht die Arbeitsleistung, wenn Mitarbeitende und Kolleg\*innen gleichzeitig noch Kinder im Homeoffice betreuen? Wie beeinflusst diese Belastung meine Gesundheit? Und wie gehe ich eigentlich mit Konflikten um, wenn sie per Video-Schleife auch in meine Privatsphäre eindringen?

„Durch kontaktbeschränkende Regeln stehen uns wichtige Ressourcen wie Bindung, Zugehörigkeit und Gemeinschaftserleben nicht mehr ausreichend zur Verfügung, während gleichzeitig die psychischen Belastungen steigen. Vielerorts liegen die Nerven bereits blank“ sagt Eva Gehring, Leiterin der Konflikt hotline Baden-Württemberg. Risse gehen durch die Gesellschaft, den Freundes- und Familienkreis und auch die Belegschaften am Arbeitsplatz angesichts der kollektiven Verunsicherung und der Frage wie dem Pandemiegeschehen zu begegnen sei.

Solche Stressfaktoren bieten Konflikten einen idealen Nährboden – beruflich wie privat. „Bedingt durch die Distanz steigt das Risiko, dass kleine Unstimmigkeiten nicht rechtzeitig angesprochen werden und schwelend zu chronischen Konflikten eskalieren“ so Gehring. Und fügt hinzu: „Umgekehrt verführen Online-Schleifen so Manchen gerade jetzt dazu, aus dem virtuellen Schutzraum heraus mit wenig konstruktiven Beiträgen Konflikte erst loszutreten.“ Führung in Distanz bekommt hier eine ganz neue Dimension, Konfliktkompetenz wird wichtiger denn je.

Wenn das Virus uns wieder verlassen haben wird, werden massive Veränderungen in der Arbeitswelt zurückbleiben für die nachhaltige Lösungen gesucht werden müssen. „Expert\*innen rechnen mit großen Verunsicherungen, Verwerfungen und einem erhöhten stressbedingten Konfliktpotential am Arbeitsplatz. Das Risiko an Burnout, Depressionen, Angststörungen und psychischen Krisen zu erkranken wird vermutlich weiter steigen“ meint Eva Gehring.

Anlaufstellen wie die Konflikt hotline B.-W., eine Fachstelle für Konflikte am Arbeitsplatz, möchten hier gegensteuern. Unter der Telefonnummer 0711-892 44 300 finden Ratsuchende aus ganz Baden-Württemberg Verständnis und erhalten Information über weiterführende Wege. Das Angebot von Führungskräftecoaching und Fortbildungsmaßnahmen zur Förderung der Konfliktkompetenz am Arbeitsplatz dient der Prävention von eskalierenden Konflikten und Mobbing. Viele Informationen hierzu sind auf der Homepage [www.konflikt hotline-bw.de](http://www.konflikt hotline-bw.de) zu finden. Vorträge und Seminare auch im Online-Format können über die Geschäftsstelle im Glottertal gebucht werden.