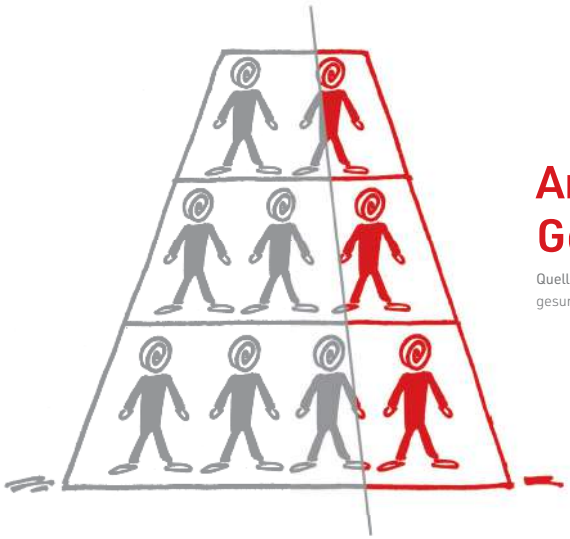
Mitarbeiterverschleiß

30 % der Arbeitnehmer sind kritisch gestresst. Schlecht für alle.

Kritisch gestresste Menschen sind unzuverlässiger, unproduktiver und unverträglicher, als sie sein wollen und könnten. Sie belasten andere. Sie fallen eher aus und brauchen oft Behandlung wegen psychischer Störungen. Wer andauernd kritisch gestresst ist, gibt eher auf und sieht irgendwann einen Arbeitgeberwechsel als einzige praktikable Abhilfe.



Anteil kritisch Gestresster

Quelle: Download 13.10.2020: https://gesundheitsfoerderung.ch/betriebliches-gesundheitsmanagement/studien-wirkung-bgm/job-stress.html

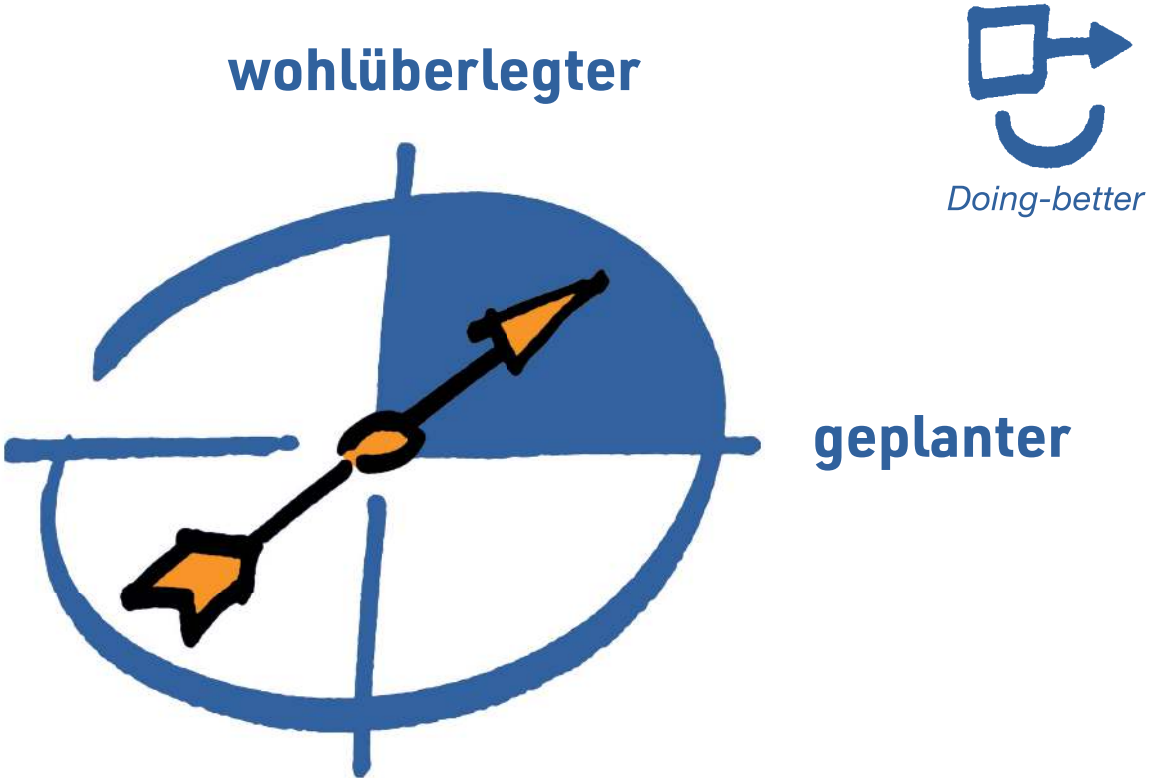
Bisherige Mitarbeiterförderung keine Abhilfe

Der Anteil kritisch Gestresster ist seit 2014 um 20 % gestiegen. Psychische Störungen werden bald die Krankheitsursache Nummer 1 sein. Die Anzahl der Krankentage pro Versicherter hat sich in den 10 Jahren bis 2018 fast verdoppelt, auf 3 Tage pro Person und Jahr.

Quelle: www.bkk-dachverband.de/fileadmin/Artikelsystem/Publikationen/2019/BKK_Gesundheitseport_2019_eBook.pdf

Doing-better – unverzüglich, sicher und dauerhaft

Veränderung zum Besseren für Arbeitnehmer und Arbeitgeber kommt nicht von alleine. Es muss sich etwas für den Mitarbeiter ändern. Wird er zu professionellerer persönlicher Planung und Selbstmanagement gebracht, geht es ihm gleich besser. Kritische Stressempfindung basiert weitestgehend auf wachsenden Defiziten bei persönlicher Planung und Selbstmanagement im Zuge der Digitalisierung und neuer Arbeitsformen des 21. Jahrhunderts. Menschen überlasten sich selbst und lassen sich unnötig verrückt machen.



Wohlüberlegter & geplanter vorgehen

Viele Menschen gehen gemessen an den Anforderungen ihrer Jobs und den veränderten Realitäten ihrer Arbeitswelt nicht mehr wohlüberlegt und geplant genug vor. Sie haben zu wenig Struktur, sind zu vergesslich und verfolgen keine sinnvollen Ziele. Das lässt sich dank der 2ease AG schnell, sicher und mühelos ändern. Damit geht es allen kritisch Gestressten und ihrem Umfeld gleich besser.

Immer erst Smart-Offline und dann an die Arbeit gehen.

Wohltuende Denkfehlerbremse: Smoff-Time

Jeden Arbeitstag mit einigen Minuten des Reviews und der Neuplanung initialisieren. Frisch ausgeruht, konzentriert Einschätzungen machen, Optionen abwägen und Entscheidungen treffen, statt im Trubel des Tagesgeschäftes. Weniger Emotion, weniger Intuition, weniger Bauchgefühl, weniger Ablenkung gleich weniger Denkfehler.

SMOFFEN = SMART-OFFLINE

Sich systematisch besser steuern und erinnern.

Immer guten Plan und mehr Freude haben

Für jeden Tag und jede Woche gibt es eine auf einen Blick erfassbare strukturierte Planung und Review, handgemacht. Visuelle und motorische menschliche Stärken werden voll ausgespielt. Nichts Wesentliches wird vergessen oder wird im Trubel des Tagesgeschäfts aus den Augen verloren. Erlebtes bleibt intensiver, positiver und länger in Erinnerung.

Planung und Review von Tagen, Wochen und Quartalen

Einen Mentor haben. Weniger auf sich allein gestellt sein.

Human intelligence at work

Bei persönlichen Reviews und Planungen nicht mit sich alleine sein. Jemand an der Seite haben, der einen zu wohlüberlegterem und geplanterem Vorgehen im Arbeitsalltag bringt. Durch die Smoffen-Mentoring-Plattform (www.smoffen.ch) mit Apps fürs Smartphone kann jeder von Wissen, Erfahrungen und Fähigkeiten anderer profitieren, on-the-job aus der Ferne, dann, wenn es passt.

Mentoring on-the-job

Ressourcen

linkedin.com/company/2ease/ YouTube youtube.com/@doing-better

Web: smoffen.ch Tel.: + 41 795099 427 Mail: support@2ease.org