

# Motivation in der Krise

## Vitaminkick für Interessenvertreter!

Die Corona-Krise gleicht für Interessenvertreter ein bisschen einem Hürdenlauf: Gerade richtig in Fahrt, taucht schon eine neue Herausforderung auf. Und die Kollegen? Abgetaucht! Diese fünf Motivationskicks helfen gegen den Trott!



Redaktion

Stand: 25.1.2021

Lesezeit: 01:30 min



Selbst Grinsekatzen scheinen in diesen Tagen angestrengter zu Lächeln – der Lockdown hinterlässt seine Spuren. Gerade im neuen Onlinezeitalter sind Sie als Interessenvertreter noch mehr als sonst gefordert. Die gute Nachricht ist: Diese folgenden fünf Tipps zur Motivation wirken wie ein „Vitaminkick“.

### 1. Den Kontakt (wieder)herstellen

Klingt simpel, wird aber leider oft vergessen: Kontakt und Feedback motivieren – ganz besonders in Zeiten von Home-Office. Und das geht auch online! Melden sie sich bei Kollegen per Telefon, Video oder E-Mail. Nicht abtauchen, sondern das Gespräch suchen lautet das Motto! Da darf auch mal ein digitaler Kaffeeklatsch dabei sein. Die Frage „Wie geht es Dir?“ ist auch online sehr wohltuend.

---

*Negatives darf nur so viel Aufmerksamkeit wie unbedingt nötig erhalten.*

---

## **2. Planen, nicht verzetteln**

Richten Sie Ihre Energie auf eine hilfreiche Strategie für die nächsten Wochen – wer gut plant, der kann sich schwerer verzetteln. Schockstarre, Unzufriedenheit und Abwarten rauben unnötig Kraft! Präsenz ist auch im Lockdown wichtig. Bleiben Sie mit Ihrer Aufmerksamkeit deshalb unbedingt im Hier und Jetzt, nicht im „Könnte“ und „Aber“. Negatives darf nur so viel Aufmerksamkeit wie unbedingt nötig erhalten. So wird zielgerichtetes Handeln im Sinne Ihrer Kollegen leichter. Das gilt übrigens besonders im Home-Office: Hier ist eine feste Arbeitsstruktur ein wichtiger Anker.

## **3. Neues nicht gleich ablehnen, sondern nutzen**

Die Pandemie hat uns alle aus der Komfortzone gerissen und stellt uns vor neue Herausforderungen. Auch wenn wir Neuem oft mit Unbehagen begegnen: Die raschen Veränderungen dieser Zeit gehen nicht einfach wieder weg, Stichwort "Neue Normalität". Nutzen Sie die darin liegenden Chancen. Mit ein bisschen Kreativität erleichtern beispielsweise neue digitale Wege die tägliche BR-Arbeit – auch in Zukunft. Wichtig: Die Motivation hierfür sollte von innen, also von Ihnen selbst kommen. Also bitte nicht die Augen verdrehen, wenn wieder ein Online-Meeting ansteht! Wer sich mit der Technik auskennt, kann auch online neuen Schwung ins Gremium bringen. Und wenn man einen Kollegen vor lauter Rauschen nicht versteht: Sprechen Sie es einfach mal an und überlegen Sie gemeinsam, wie man das ändern könnte.

---

*Vergessen Sie auch in diesen Zeiten den Austausch mit BR-Kollegen anderer Unternehmen nicht.*

---

## **4. Vernetzen: Betriebsräte, seid Ihr noch da?**

Im eigenen Badewasser fehlt die Ferne: Vergessen Sie deshalb auch in Zeiten von Home-Office den Austausch mit BR-Kollegen anderer Unternehmen nicht. Das klappt auch online hervorragend, z.B. in einem Chat ([www.betriebsrat.de/forum](http://www.betriebsrat.de/forum)) oder natürlich in modernen Online-Schulungen.

## **5. Last but not least: Abschalten und Kraft tanken!**

Zu guter Letzt ein besonders wichtiger Tipp für eine gute Motivation: Auch mal abschalten und Kraft tanken! Denn auch im Home-Office darf man sich eine Art Recht auf digitale Unerreichbarkeit einräumen. (CB)

## **Kontakt zur Redaktion**

Haben Sie Fragen oder Anregungen? Wenden Sie sich gerne direkt an unsere Redaktion. Wir freuen uns über konstruktives Feedback!

redaktion-dbr@ifb.de

