



Digitaler Dauerstress: Smartphones, E-Mails und Internetdienste

Ein Seminar zum produktiven Umgang mit digitalen Medien am Arbeitsplatz

MOBILE ENDGERÄTE UND INTERNET IM BETRIEB

Always online – das gilt mittlerweile für einen Großteil aller Mitarbeitenden in deutschen Unternehmen. Die Digitalisierung ist fester Bestandteil nicht nur des privaten, sondern auch des beruflichen Alltags. Wir sitzen bei der Arbeit, wollen uns konzentrieren – da vibriert das Smartphone. Natürlich checken wir die neue Nachricht sofort – sie könnte ja von Belang sein. Wir wenden uns wieder unserer Tätigkeit zu – schon meldet sich das Handy erneut. Und wenn nicht, greifen wir trotzdem hin, um schnell nachzusehen, was es bei Facebook Neues gibt, oder ob eine neue Mail im Postfach liegt.

Aktuelle Studien zeigen: Alle 18 Minuten wird im Durchschnitt das Smartphone aktiviert. Viel zu häufig erhalten Mitarbeitende unnötige E-Mails. Durch die unregelmäßige Nutzung der digitalen Medien am Arbeitsplatz werden Angestellte und Vorgesetzte gleichermaßen regelmäßig aus ihrem Tun und Denken herausgerissen. Dieser Zustand mindert nicht nur die Produktivität, sondern kann auch unglücklich und krank machen.



Wie kann der wirtschaftliche Schaden abgewendet werden?

Wie können Betriebe die Mitarbeitenden vor dem digitalen Dauerstress schützen?

Wie sieht eine sinnvolle Kommunikations-Etikette im Unternehmen aus?

INHALTE DES SEMINARS

- Hintergrundwissen: Status quo und Zukunftstrends, Rolle der Unternehmen, Best-Practice-Beispiele
- Analyse bestehender Kommunikationswege und digitaler Verhaltensnormen
- Entwicklung verbindlicher Umgangsregeln und einer Medien-Nutzungs-Etikette
- Auftakt zur Bildung eines Steuerungskreises „digitale Medien im Unternehmen“

SETTING

Dauer: Kompaktseminar (4 Std.)

TN-Kreis: Führungsebene, Human Resources, Informationstechnologie, Betriebsrat, BGM

Ort: Inhouse oder in den Räumen von neon

Leistungen: Interaktiver Workshop zur Bildung einer Steuerungsgruppe

Referent: Benjamin Grünbichler, Suchttherapeut & Betriebl. Präventions- und Gesundheitsmanager

Kosten: Gerne erstellen wir Ihnen auf Anfrage ein individuelles Angebot