

ÜBERFORDERUNG BEI FREIWILLIGEN

Erkennen – Vermeiden – Unterstützen

Elisabeth Reindl, Eis und Quell

Wie können wir es schaffen, die positive Energie von Freiwilliger Arbeit zu bewahren?

Würden Sie Ihre Arbeit auch machen, wenn Sie dafür kein Geld erhalten würden?

Wenn ja, warum?

Kennen Sie das WARUM.

Das Warum der Firma und ihr eigenes.

Das Warum der Mitarbeiter:innen.

NEIN sagen lernen.

Angst vor Ablehnung oder vor den Konsequenzen.

Angst davor, herzlos oder egoistisch zu wirken.

Bedürfnis gebraucht zu werden oder die Angst etwas zu versäumen.

RAHMEN geben.

Fixe Ansprechperson, auch bei Problemen.

Überblick über die Tätigkeit und klares Aufgabengebiet.

Grenzen respektieren und erkennen.

Darüber **REDEN.**

Peers zur Seite stellen.

Offene Gesprächskultur fördern.

Zeit einräumen in Teammeetings.

ANERKENNUNG zeigen.

Danke sagen und Lob aussprechen.

Begleitung und Beratung zur Seite stellen.

Fortbildung ermöglichen.

ABSCHIED gestalten.

Abschlussgespräch.

Ritueller Verabschiedung.

Feiern.

ZEICHEN erkennen.

Körperliche Anzeichen.

Emotionale Anzeichen.

Handlungen.

FAZIT

Kennen Sie das Warum.

Schaffen Sie einen sicheren Rahmen.

Hören Sie zu und reagieren Sie rechtzeitig.

DANKE.