



## Auszeit – für Sie, den Job und das Handy!

EIN KOMMENTAR VON  
MAREN LEHKY

∴ Nur mal eben die E-Mails checken, eine kurze Antwort schreiben – trotz Urlaub. Typisch für viele Führungskräfte. Es sei entspannend, weil man im Ernstfall einschreiten könne und hinterher nicht ein Berg von E-Mails auf einen warte, so die Argumente für Arbeiten in den Ferien. Aber: Jede E-Mail beschäftigt Ihr Gehirn und Unterbewusstsein länger, als Sie denken. Ihre Gedanken sind woanders, als Sie es gerade sind.

Wissen Sie, wie so was auf Ihr berufliches Umfeld wirkt? „Der kann nicht abschalten! Die glaubt wohl, wir arbeiten nicht! Hält sich für unentbehrlich! Hat der so eine nervende Familie, dass die Arbeit vorgezogen wird?! Wieso fährt sie weg, kann ja gleich hier bleiben! Traut man uns nicht zu, den Laden allein zu schmeißen?! Ist ja traurig, der muss sich langweilen ohne Job...?!“ – so wirkt das.

Kaum jemand ist dankbar dafür, dass Sie erreichbar und online sind. Erstens löst es das Gefühl aus, dass Sie das Gleiche von Ihren Mitarbeitern erwarten. Zweitens sieht es aus, als würden Sie Ihrem Team nicht zutrauen, allein zurechtzukommen. Drittens sieht es aus, als hätten Sie Angst, dass Weichen gestellt werden, die Sie nachher nicht zurückgedreht bekommen.

Wie gelingt es abzuschalten? Mit Vorbereitung und Absprachen. Für den Chef und andere Führungskräfte: Was übergeben Sie, welchen Stand haben Projekte, wer ist der Ansprechpartner für Ihre Urlaubszeit, was brauchen Kollegen und Chefs vorher von Ihnen? Was soll warten, bis Sie zurück sind? Für Ihre Mitarbeiter: Welche drei Dinge müssten Sie wissen, während Sie weg sind? Was wären zu definierende „Notfälle“, bei denen Sie ranmüssen? Definieren Sie diese. Sie werden feststellen, wie unwahrscheinlich und selten sie sind.

Für den definierten Notfall machen Sie klar, wie Sie erreichbar sind – weder per E-Mail noch WhatsApp; diese Funktion schalten Sie ab oder lassen das Firmenhandy im Büro. Hinterlassen Sie ein Codewort bei Ihrem Stellvertreter oder Ihrer Assistentin, das diese dann per SMS in die Betreffzeile schreibt. Oder Sie hinterlassen die Telefonnummer des Hotels, das legt die Schwelle noch höher, Sie zu kontaktieren.

Richten Sie einen Abwesenheitsassistenten bei E-Mails ein, in den Sie die Ansprechpartner und deren E-Mail-Adressen für bestimmte Themengebiete auflisten und deutlich machen, dass Sie nicht erreichbar sind. Programmieren Sie Ihr Outlook so, dass alles, was in cc im Urlaub ankommt, in einen Ordner geht, den Sie gleich löschen können.

Und wenn Sie sich nicht so recht wohlfühlen mit dem Abschalten in jeder Hinsicht: Was ist Ihre Befürchtung, was steckt dahinter, wenn Sie auch in den Ferien online sein wollen? Seien Sie ehrlich zu sich selbst. Und gehen Sie es an, Sie haben sich die Auszeit verdient!