

Arbeit & Recht

Heiko Peter Krenz,

Rechtsanwalt für
Arbeitsrecht,
ist Inhaber
der Kanzlei
Dr. Krenz.



Ich habe eine Abmahnung erhalten. Was kann ich tun?

Ich bin geschockt. Letzte Woche habe ich völlig unerwartet eine Abmahnung erhalten. Angeblich bin ich mehrfach zu spät gekommen. Das stimmt aber gar nicht. Kann ich dagegen vorgehen? Ich habe mir doch nichts zuschulden kommen lassen.

Eine Abmahnung muss erst mal verdaut werden. Vor allen Dingen, wenn man sich unschuldig fühlt. Zwar stellt sie noch keine Kündigung dar, zeigt jedoch schon mal deutlich in diese Richtung. Fühlt sich ein Arbeitnehmer nach ruhiger Überlegung tatsächlich ungerecht behandelt, sollte er gegen diese „gelbe Karte“ vorgehen. Jeder Schritt sollte aber wohl überlegt sein. Heftige, verbale Reaktionen können schnell nach hinten losgehen. Insbesondere dann, wenn sich der Vorwurf der Abmahnung später als Missverständnis herausstellt.

Gut beraten ist daher derjenige, der sich zunächst zu einer schriftlichen Gegendarstellung entschließt. Hierdurch kann der Arbeitnehmer sachlich darlegen, warum die Abmahnung aus seiner Sicht unbegründet ist. Oftmals ist es dabei hilfreich, Einsicht in die Personalakte zu verlangen, um über den vorgeworfenen Sachverhalt genauestens informiert zu sein. Die Stellungnahme muss schließlich der Personalakte beigelegt werden, selbst dann, wenn der Chef mit dessen Inhalt nicht einverstanden ist. Sie darf erst wieder entfernt werden, wenn zugleich die Abmahnung beseitigt wird.

Der Betroffene kann außerdem beim Betriebsrat Beschwerde einreichen und dort um Unterstützung bitten. Zwar hat dieser vor Ausspruch einer Abmahnung kein Mitbestimmungsrecht. Er kann jedoch zwischen beiden Seiten vermitteln und positiv auf den Arbeitgeber einwirken. Helfen alle guten Worte und Maßnahmen nichts, könnte notfalls vor Gericht auf Entfernung der Abmahnung geklagt werden. Denn auch wenn im Alltag bald Gras über die Sache wächst, ein Makel in der Personalakte bleibt allemal zurück.

➤ www.krenz-kanzlei.de

Beruf der Woche

Frau Swetikow von der russische Buchhandlung Gelikon



Nach den aktuellen Zahlen des DIHK liegt die Zahl der abgeschlossenen Ausbildungsverträge für Buchhändler in diesem Jahr bei 438; 2013: waren es 443. Nicht berücksichtigt sind dabei die Verträge für die Ausbildung „Einzelhandelskaufmann/-frau mit Schwerpunkt Buch“.

Diese Ausbildung hat sich mittlerweile auf dem Arbeitsmarkt zur Alternative zur klassischen Ausbildung „Buchhändler/in“ entwickelt. 20 neu abgeschlossene Verträge gab es 2013 in diesem Bereich, 40 sind es 2014. Für beide Berufe gilt eine dreijährige Ausbildungszeit. *dag*

BuchTipp

Zurück in die Steinzeit

Techniken für gute Stimmung und ein stressfreies Leben

Bekanntlich stammt der Mensch vom Affen ab oder etwas genauer ausgedrückt: Wir haben die gleichen Vorfahren. Vom Überlebenskampf in der Steinzeit trennen uns 10.000 Jahre oder 400 Generationen. Das klingt viel, ist aber unter dem Aspekt der Evolution relativ wenig. Biologisch gesehen, sind wir nicht besonders gut an das Leben in einer post-modernen Informationsgesellschaft angepasst. Würden wir uns alle jeden Tag 20 Kilometer durch die Natur bewegen, gäbe es bestimmte Krankheiten nicht. Auch unser wichtigstes Organ, das Gehirn, tickt im Wesentlichen wie vor 10.000 Jahren. Die Folgen sind Konflikte, Stress, das Gefühl von Überforderung und Angst. Das ist das Thema des Buchs „Gelassen gewinnen. Ab jetzt reitest du den Affen!“ von Martin Christian Morgenstern (Verlag Business Village, 24,80 Euro). Der Autor ist ein sehr erfolgreicher Coach. Er lehrt, wie wir mit unserem evolutionären Erbe im heutigen Leben besser zurecht kommen.

Wir haben ein sehr gut aufgebautes Trainingsbuch vor uns, gelassener zu werden. Die Zutaten dafür heißen gesunder Körper, gekonnte Stresssteuerung und das Loslassen von Ängsten. Auf den ersten Seiten geht



es sehr anschaulich um die Grundlagen. Den größten Teil nehmen aber dann die Techniken für die Überwindung der häufigsten Probleme ein. So gibt es zum Beispiel ein Kapitel für die richtige Atemtechnik, für einen klaren Kopf, zum

Entspannen oder eine Anleitung zur Aufhellung der Stimmung. Alles gut strukturiert, mit Merksätzen und Literaturhinweisen für besonders Interessierte.

Gelassenheit heißt das Ziel. Darunter versteht der Autor die Fähigkeit, mit anspruchsvollen Situationen unvoreingenommen und locker umzugehen. Die Gegenspieler von Gelassenheit heißen Aufregung, Unruhe und Stress. Das Bewusstsein für die Bedeutung von gesunder Ernährung und Bewegung ist zwar erfreulich weit verbreitet. Doch in Sachen Psychohygiene (Burn-out!) besteht großer Nachholbedarf. Da kommt dieses Buch zu rechten Zeit. Sein großer Vorzug besteht darin, dass es wunderbar einfache Anleitungen liefert, um sofort im Alltag besser zurechtzukommen. Nebenbei ist es auch amüsant, den „Affen“ in sich selbst zu entdecken. Hat man das geschafft, klappt es auch mit der Gelassenheit. *ama*

KarriereKalender DIE WICHTIGSTEN TERMINE IM ÜBERBLICK

17. MÄRZ 2014 Kreuzberg: Messe der Gebäudedienstleister

Persönliche Gespräche mit Arbeitgebern aus der Region

Die anwesenden Arbeitgeber bieten Beschäftigungsmöglichkeiten für Gebäudereiniger, Hausmeister/Hauswerker, Grünanlagenpfleger, Helfer/Hotel und Mitarbeiter/-innen für Facilitymanagement. Jobsuchende werden gebeten Kurzbewerbungsbögen mitzubringen.
Wann: 10 bis 14 Uhr
Wo: BiZ, Friedrichstr. 39

18. MÄRZ 2014 Charlottenburg: Info-Nachmittag

Didactica informiert über Ausbildungen in Fremdsprachenberufen

Für die Ausbildung zu staatlich geprüften Fremdsprachenkorrespondenten und staatlich geprüften Fremdsprachensekretär haben die Anmeldungen begonnen. Über die Ausbildungsinhalte und die Voraussetzungen, die Interessierte mitbringen sollten, informiert die Veranstaltung in den Räumen von Didactica zweimal wöchentlich.
Wann: jeden Di und Do, 15 Uhr
Wo: Wilmersdorfer Str. 39

19. MÄRZ 2014 Online: Für Studium, Beruf und Weiterbildung

Kostenfreies Webinar zur Steigerung der Leseeffizienz

Das IST-Studieninstitut zu dem kostenfreien Webinar „PowerReading für Studium und Weiterbildung – doppelt so schnell lesen bei gleichem Verständnis“ ein. Zach Davis, Bestseller-Autor und IST-Dozent führt durch das Webinar.

Zach Davis hat eine Methode entwickelt, um Lesegeschwindigkeit und gleichzeitig Textverständnis zu steigern. In seinem Online-Vortrag stellt er das Schritt-für-Schritt-System „PowerReading“ vor. Anmeldung: www.ist.de.
Wann: 19 Uhr
Wo: Zuhause am Computer

20. MÄRZ 2014 Neukölln: „Ich will etwas machen mit Sprachen“

Berufliche Einsatzmöglichkeiten für Sprachexperten

Welche Ausbildungs- und Studienmöglichkeiten gibt es im Bereich Fremdsprachen und in welche Tätigkeitsbereiche führen die verschiedenen Wege. Die Veranstaltung soll einen Überblick über die Branche geben.
Wann: 16 Uhr
Wo: BiZ, Sonnenallee 282

21. MÄRZ 2014 Potsdam: Die Neue Märkische Bildungsmesse

Besuch auf der Aus- und Weiterbildungsmesse in Westbrandenburg

Zahlreiche Aussteller bieten auf der Potsdamer Bildungsmesse Informationen zu den Themen Schule, Ausbildung, Studium und Jobs, Weiterbildung und Qualifizierung. Angesprochen werden Schüler, Studenten, Arbeitssuchende und Arbeitnehmer sowie auch Personalverantwortliche in den Unternehmen. Darüber hinaus bietet die Märkische Bildungsmesse Potsdam den Besuchern eine begleitende Konferenz mit Vorträgen, Podiumsdiskussion und Workshops mit unterschiedlicher Ausrichtung.

Wann: 9 bis 18 Uhr
Wo: Dorint Sanssouci, Jägerallee 20

Änderungen vorbehalten

App für Passwörter



iMobileSitter

Sicherheitsexperten empfehlen, grundsätzlich mehr als ein Passwort zu

verwenden, um seine verschiedenen Dienste vom Online-Banking bis zum sozialen Netzwerk zu schützen. Der Haken: Wer mag sich mehr als ein Passwort merken? Für diesen Zweck gibt es Apps, die die Passwörter speichern, verschlüsseln und nur über ein Masterpasswort zugänglich machen. Der nächste Haken: Hacker schlafen nicht, und haben Werkzeuge entwickelt, die viele der gängigen kryptografischen Verfahren aushebeln. Mehr Sicherheit soll dagegen die App iMobileSitter bieten, die vom Fraunhofer Institut für Sichere Informations-Technologie (SIT) entwickelt wurde. Sie gaukelt dem Angreifer bei der Eingabe eines Master-Passworts einen Erfolg vor. Will dieser aber das freigelegte Ergebnis (PIN, Passwort) testen, kommt er nicht weiter. Nach mehreren Fehleingaben können dann die Sicherheitsmechanismen, etwa die Sperrung der EC-Karte, greifen. Die 5,49 Euro teure App ist für das iPhone erhältlich. Auf der CeBIT wurde sie auch für Android-Geräte vorgestellt.

➤ www.justapps.de