

*Verstrickte Situation  
bei der Arbeit?*

*Is a tricky situation at work  
getting you all tied up in knots?*

## Beratungs- und Schlichtungsstelle für Mitarbeitende der UZH – Employee Assistance Office UZH

Wir unterstützen Sie als unabhängige Stelle bei der Entwirrung und entwickeln mit Ihnen Lösungsperspektiven.

Schwierigkeiten am Arbeitsplatz können vorkommen – bei Mitarbeitenden wie auch in Vorgesetztenpositionen oder in der Forschung. Wichtig ist, rechtzeitig einzuschreiten, bevor einem die Situation über den Kopf wächst oder ein Streit eskaliert.

### Was wir anbieten

Gerne beraten wir Sie bei psychologischen und / oder rechtlichen Problemen und Belastungssituationen im Zusammenhang mit der Arbeit und bieten dialog-basierte Unterstützung bei der Lösung von arbeitsbezogenen Konflikten an (zum Beispiel in Form einer Mediation). Gemeinsam entwickeln wir mit Ihnen Lösungsperspektiven für Ihre Anliegen, führen mit Ihnen eine Standortbestimmung durch und geben Orientierung und Informationen über weitere unterstützende Stellen inner- oder ausserhalb der UZH.

Unser Angebot ist lösungsorientiert ausgerichtet, stärkt die selbstverantwortliche Handlungsfähigkeit, hat präventiven Charakter und fördert Deeskalation in Konflikten, kooperative Formen der Zusammenarbeit sowie Schaffung von Win-Win-Situationen.

Help is available! Unpick the situation and work out solutions with our independent advisory services.

Difficulties in the workplace happen – for employees, managers, professors and researchers alike. The important thing is to act in good time, before a situation gets out of hand or a disagreement escalates.

### What we offer

We can provide advice and assistance for psychological and / or legal problems and difficult situations in the workplace, and offer dialogue-based support to work through employment-related conflicts (for example in the form of mediation).

We will work with you to analyze the situation, develop potential solutions, and if necessary point you toward other sources of support within and outside of UZH.

Our services are focused on working with you to find solutions and boosting your own capacity to take action. Our aim is to prevent and de-escalate conflicts, encourage cooperative ways to work with others, and create win-win situations.

*Reden Sie noch miteinander oder  
schweigen Sie schon?*

*Are the lines of communication in  
your team still open, or have you long  
since stopped trying to get through?*

*Wie weit müssen Sie einlenken –  
und was dürfen Sie fordern?*

*Do you feel overwhelmed, misunderstood,  
frustrated or unfairly treated?*

Das Angebot der MBS richtet sich an alle Angestellten der UZH, also sowohl an das akademische Personal (alle Qualifikationsstufen sowie Professorinnen und Professoren inbegriffen) als auch an das administrative und technische Personal, sowie an nicht-angestellte immatrikulierte Doktorierende. Es besteht in Ergänzung zu und unabhängig von anderen unterstützenden Stellen der UZH.

The service is open to all UZH employees, i.e. academic staff (at all career stages, also including professors) and administrative and technical staff, as well as PhD candidates who are matriculated but not employed at UZH. The Employee Assistance Office complements and is independent of other advisory centers or support offices at UZH.

## Wie wir arbeiten

Unser Angebot ist für Sie jederzeit freiwillig und kostenlos. Gespräche bei uns sind absolut vertraulich und unterstehen dem Berufs- und Amtsgeheimnis. Die MBS ist operativ und organisatorisch unabhängig: Andere Stellen der Universität haben keine Einsichts- oder Weisungsrechte gegenüber der MBS; umgekehrt hat auch die MBS keine fachliche oder disziplinarische Weisungsbefugnis.

Wir beraten Sie authentisch, aufrichtig, neutral, klar und unkompliziert.

## How it works

Our services are provided free of charge and participation is entirely voluntary. All conversations and sessions with us are kept strictly confidential, and we are subject to professional confidentiality rules. The Employee Assistance Office is operationally and organizationally independent: Other university units have no right to information or directive authority over the office. Equally, our office has no professional or disciplinary powers of authority over other units or people at UZH.

We offer honest, sincere, neutral, clear and straightforward advice.

*How far should you back down – and what should you challenge?*

*Are attempts at reconciliation simply exacerbating the conflict?*

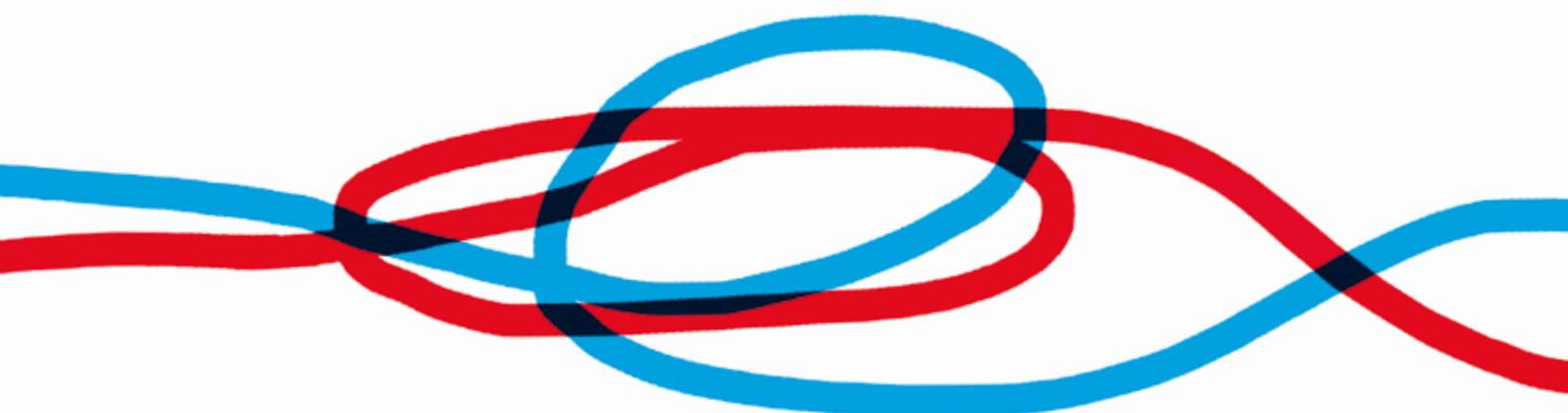
*Führen Verständigungsversuche nur immer tiefer in den Konflikt?*

*Bringen Sie Forschung und Führung manchmal fast nicht unter einen Hut?*

*Are you getting more and more annoyed by difficult tasks imposed on you as a team, project or research leader?*

*Is there a lack of balance between the demands placed on you and the encouragement and recognition you receive?*

*Fühlen Sie sich überlastet, vielleicht unverstanden, frustriert oder sogar unfair behandelt?*



Die Co-Leitenden der MBS stehen für Sie zur Verfügung –  
The co-heads of the Employee Assistance Office look forward to helping you:

Rebecca Saladin

dipl. geogr. lic. phil., eidg. anerkannte Psychotherapeutin  
CAS Organisationsberatung und -entwicklung FHNW

Yvonne Keller

Advokatin  
Executive Master of Public Administration (EMPA) UNIBE

So erreichen Sie uns – How to reach us:

## Email

[mbs@mbs.uzh.ch](mailto:mbs@mbs.uzh.ch)

Antwort in der Regel innert einem Arbeitstag. *We will usually reply within one working day.*

## Phone

044 634 11 00 – intern 411 00

Falls wir gerade nicht erreichbar sind: Nachricht auf Anrufbeantworter, Antwort in der Regel innert einem Arbeitstag.  
*If we do not pick up, please leave a message. We will usually get back to you within one working day.*

## Walk-in

Plattenstrasse 54, 8032 Zürich

Erste Kontaktaufnahme ohne Voranmeldung. *For initial contact, no appointment necessary.*

Auf der Webseite finden Sie unsere aktuellen Walk-in Zeiten.

*Please check our website for our walk-in hours.*

