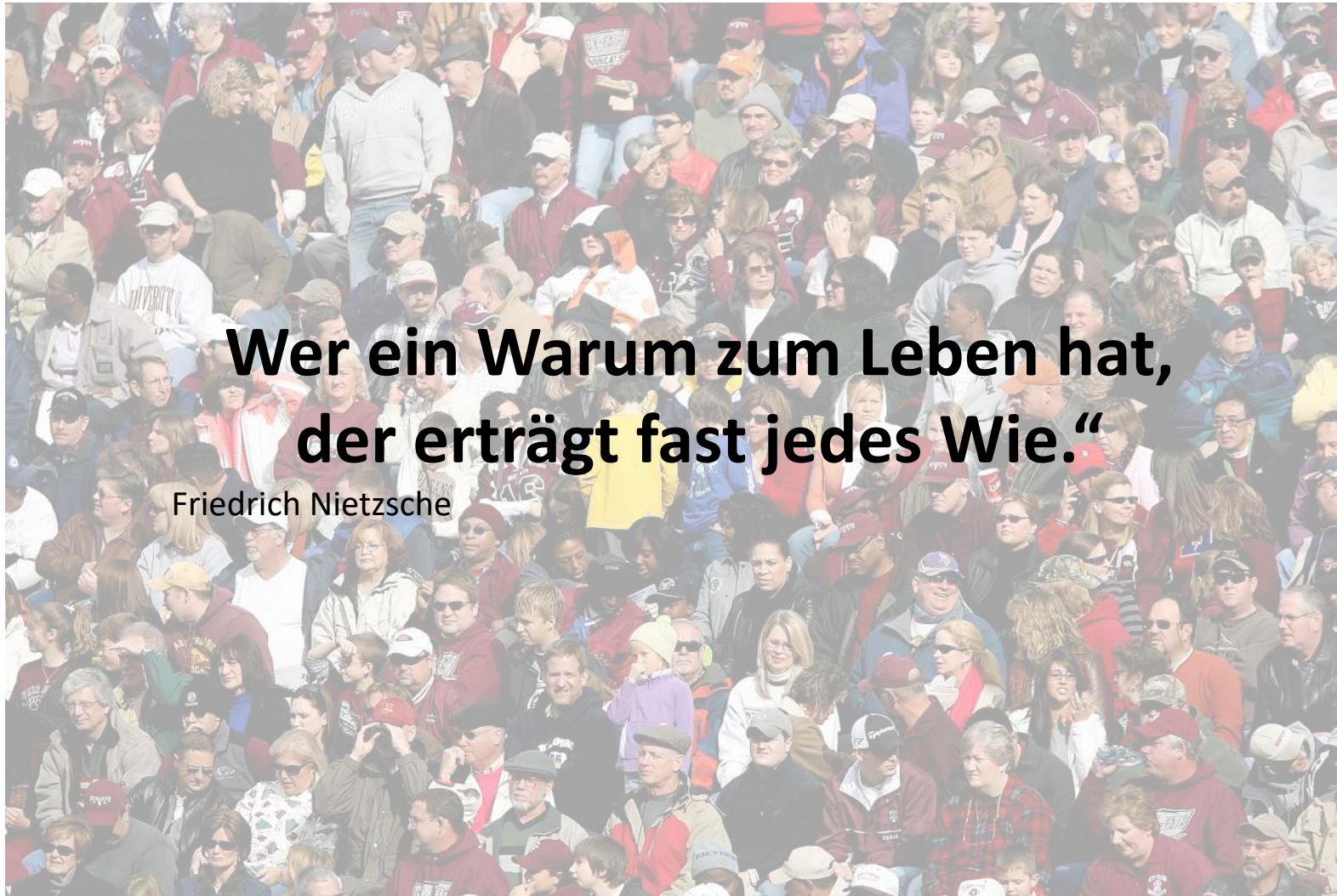


Resilienz im Kontext

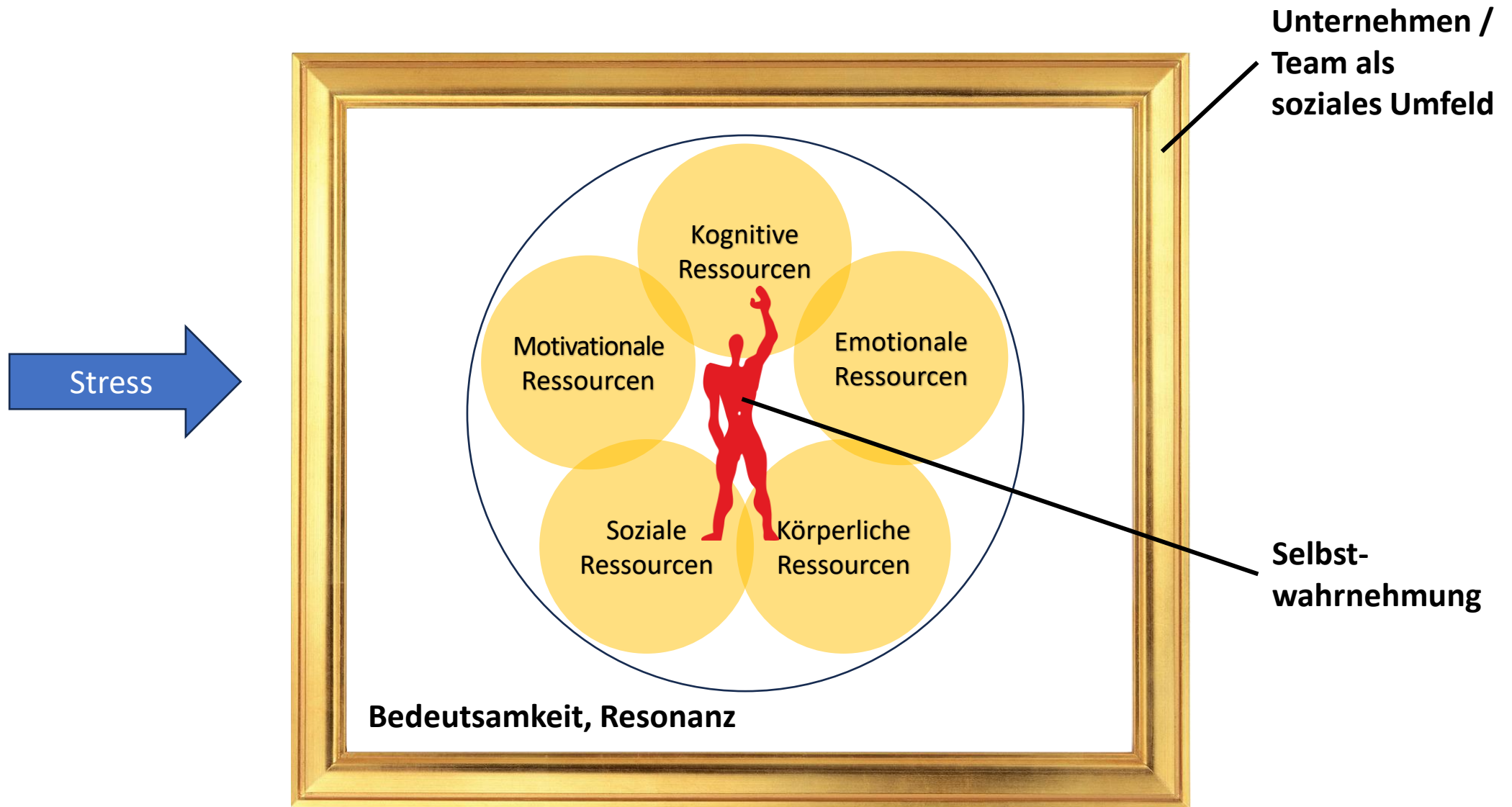


Resilienz im Kontext

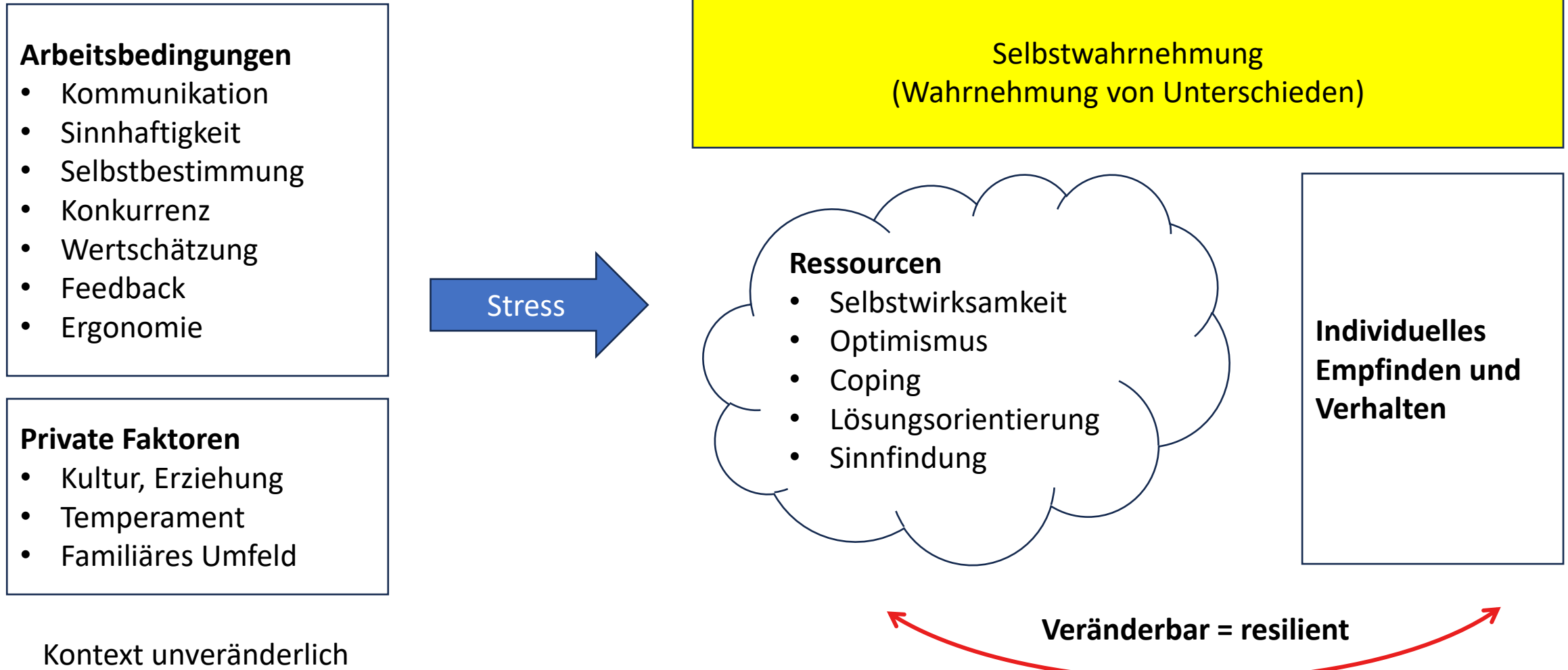
Ausgangslage :

- (Erwerbs-) Arbeit gehört zu den wichtigsten Sinnstiftern
- Jeder Mensch möchte in seiner Einzigartigkeit als Teil der Gesellschaft wahrgenommen werden.
- Echte Anerkennung und Zugehörigkeit haben einen ähnlichen Stellenwert wie das Einkommen

Wie entsteht Resilienz?



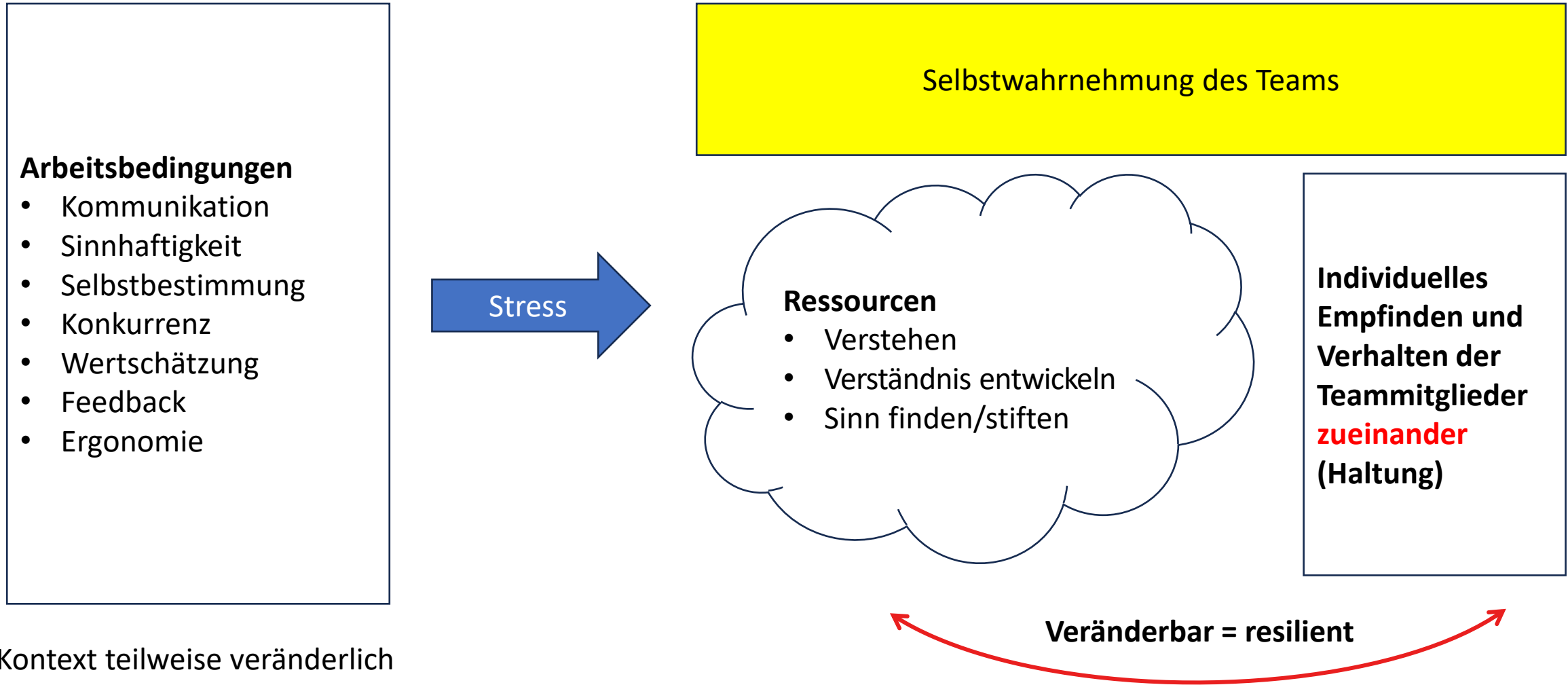
Selbstwahrnehmung auf Mitarbeitenden-Ebene



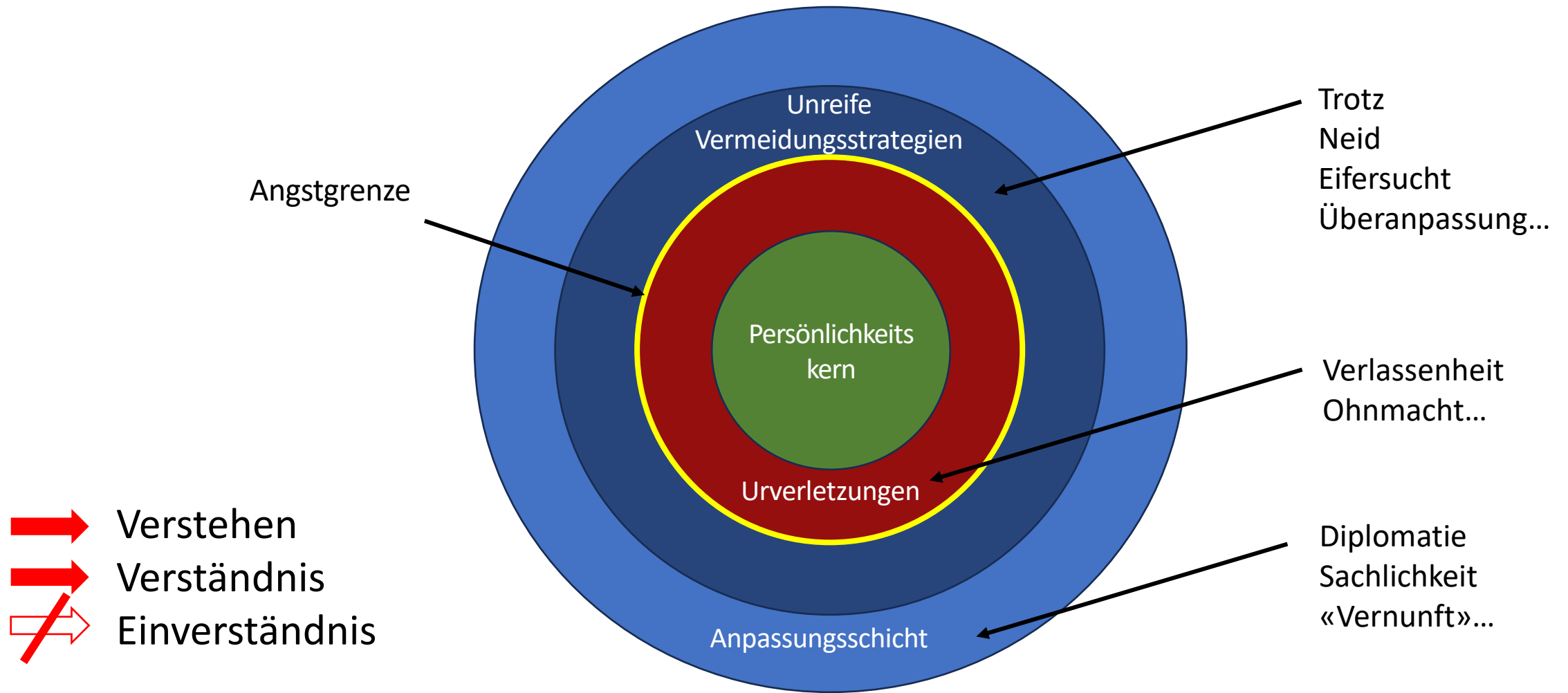
Übung: Die neugierige Zunge



Selbstwahrnehmung auf Team-Ebene



Selbstwahrnehmung auf Team-Ebene

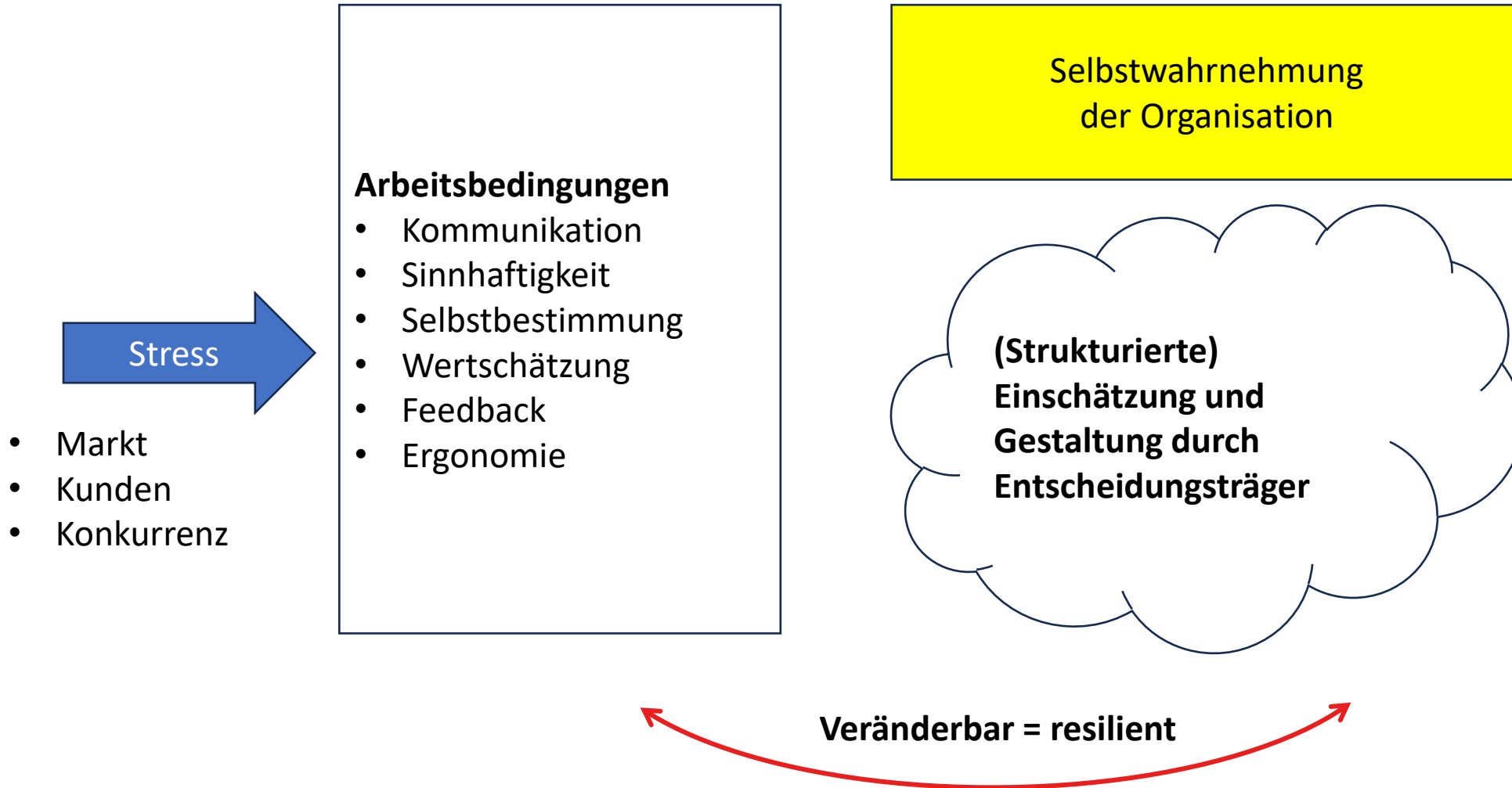


Nach Samuel Widmer (2013)

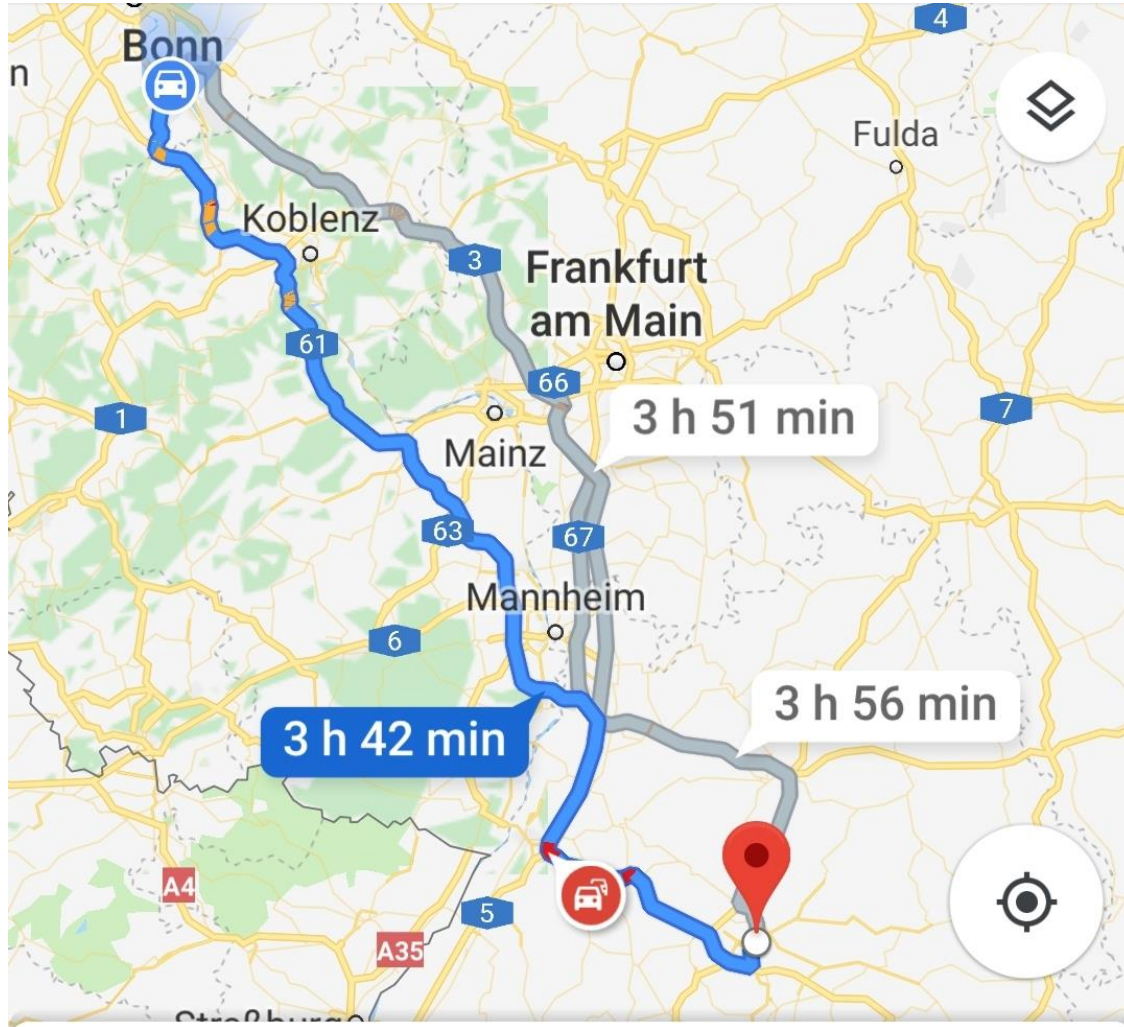
Übung Selbstwahrnehmung Team:

- Besprechen Sie mit Ihrem/r Nachbar:in eine Erfahrung mit einer «schwierigen» Person im Team.
- Versuchen Sie die Situation aus der Sicht dieser Person zu verstehen.

Selbstwahrnehmung auf Organisations-Ebene



Selbstwahrnehmung auf Organisations-Ebene



Streckenlänge
Verkehrslage
Strassenzustand
Wetter
Gebühren
Landschaft

Selbstwahrnehmung auf Organisations-Ebene

...schlank wie ein KMU. BGM für KMU Var. 2.0. Verantwortlich: Konrad Wiesendanger
 Datum: 06.08.2013 00:00:00
 Letzte Änderung: 08.04.2024 14:35:03
 Revision: 06.08.2013 00:00:00

BGM-KMU.CH Überprüfen Sie Ihr Betriebliches Gesundheits - Management

© THE SOKRATES MAP CONCEPT

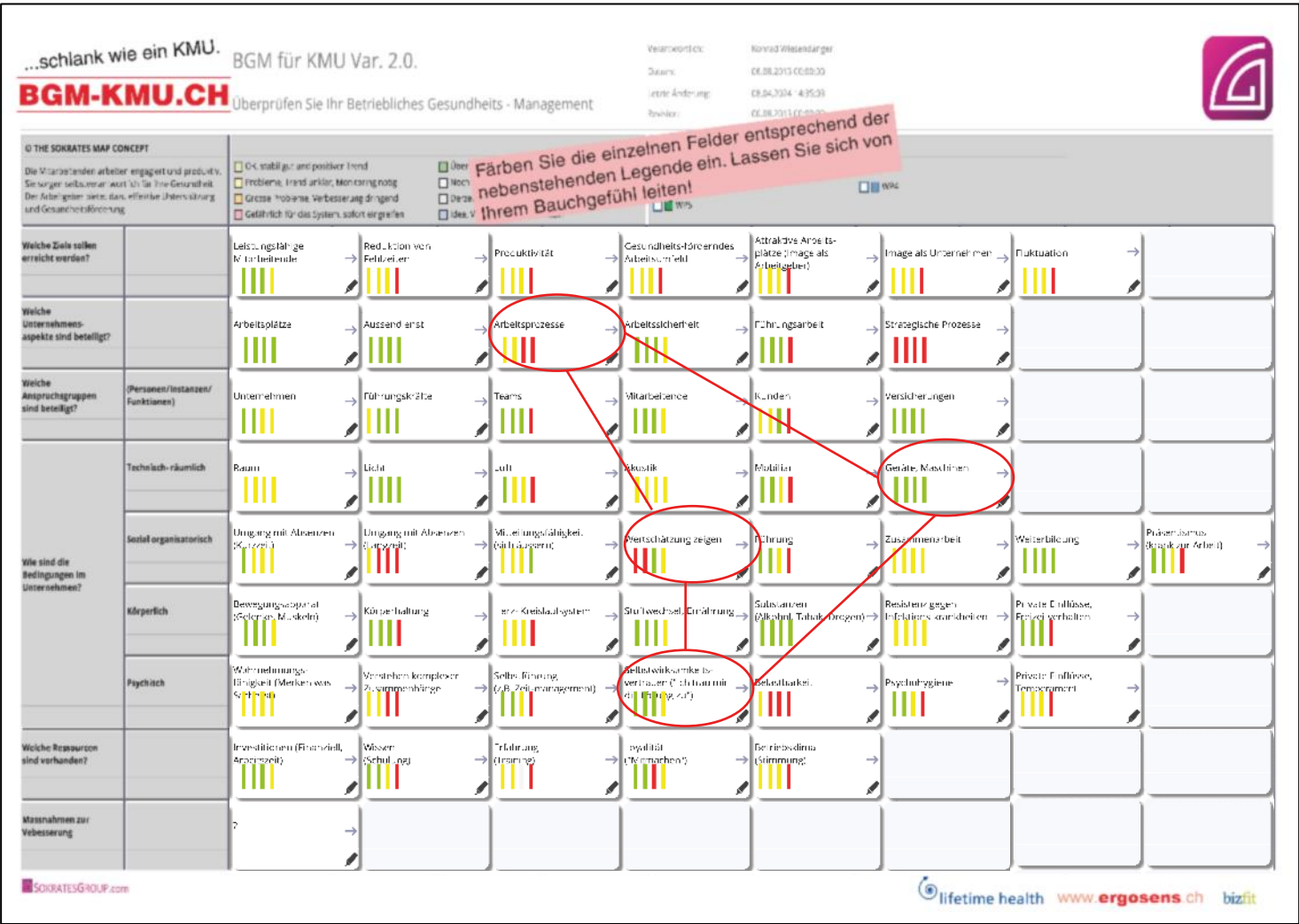
Überprüfen Sie die einzelnen Felder entsprechend der Legende ein. Lassen Sie sich von

Welche	Arbeitsplätze	Strategie	Führungsprozess
Technisch- räumlich	Raum (Platzverhältnisse)	Licht (Blendung, Stärke)	Luft (Zugluft, Gerüche, Feuch
Sozial organisatorisch	Zusammenarbeit (Unterstützung, Streitkultur)	Handlungsspielraum (Einfluss Arbeitsgestaltung, Partizipation)	Wertschätzung (Feedback, Entlohnung)
Körperlich	Bewegungsapparat	Arbeitshaltung	Herz- Kreislaufsys

Wie sind die Bedingungen im Unternehmen?

Basis: Sokrates Map Concept

Selbstwahrnehmung auf Organisations-Ebene



Basis: Sokrates Map Concept

Selbstwahrnehmung auf Organisations-Ebene

...schlank wie ein KMU.

BGM-KMU.CH

Färben Sie die einzelnen Felder entsprechend der nebenstehenden Legende ein. Lassen Sie sich von Ihrem Bauchgefühl leiten!

- ✓ Gut, OK
- △ Achtung
- ✗ Problem

- ✓ Gut, OK
- △ Achtung
- ✗ Problem

Welche Ziele sollen erreicht werden?	Motivierte Mitarbeitende (Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden)	→	Einhaltung Arbeitszeit (Absenzen, Unter-, Überzeit)	→	Produktivität (Output > Input)	→	Gesundheitsbewusstes Arbeitsumfeld (Gesundheit ist Thema)	→	Image als Arbeitgeber (attraktive Arbeitsplätze, Leitbild)	→	Image als Unternehmen (Ruf, Reputation)	→	Fluktuation (Abgänge von Mitarbeitenden)
Welche Unternehmensaspekte sind beteiligt?	Arbeitsplätze (vor Ort/remot)	→	Strategie (Ausrichtung)	→	Führungsprozess (agil, hierarchisch, Spanne)	→	Arbeitsprozesse (Administration, Aussendienst)	→	Kommunikationsprozesse (intern, extern)	→	Arbeitssicherheit (gesetzliche Vorgaben)	→	Arbeitsverhältnisse (befristet/unbefristet)
(Personen/Instanzen/Funktionen)	Unternehmen (insgesamt)	→	Führungskräfte (in einer Führungsrolle aktiv)	→	Teams (Gruppen, Kreise, Abteilungen)	→	Mitarbeitende	→	HR (Personalabteilung)	→	Kund:innen	→	Lieferant:innen
Technisch-räumlich	Raum (Platzverhältnisse)	→	Licht (Blendung, Stärke)	→	Luft (Zugluft, Gerüche, Feuchtigkeit)	→	Akustik (Lärm, Hall)	→	Möbiliar (Ergonomie)	→	Geräte, Maschinen (Bedienbarkeit)	→	
Sozial organisatorisch	Zusammenarbeit (Unterstützung, Streitkultur)	→	Handlungsspielraum (Einfluss Arbeitsgestaltung, Partizipation)	→	Wertschätzung (Feedback, Entlohnung)	→	Kommunikation (Erreichbarkeit)	→	Umgang mit Kurzzeit Absenzen (Einzeltage, Blue Monday, Präsenzismus)	→	Umgang mit Langzeit Absenzen (Wochen bis Monate)	→	Weiterbildung (intern, extern)
Körperlich	Bewegungsapparat (Muskeln, Gelenke)	→	Arbeitshaltung (Körperhaltung, -wahrnehmung)	→	Herz-Kreislaufsystem (Blutdruck, Ausdauer)	→	Essen und Trinken (Stoffwechsel, Ernährung)	→	Substanzen (Alkohol, Tabak, Drogen)	→	Private Einflüsse (Freizeitverhalten)	→	
Psychisch	Eigenverantwortung (aktive Mitbeteiligung, Selbstwirksamkeit)	→	Resilienz (Umgang mit Belastungen)	→	Unterbrechungen (Fokus, Ablenkung)	→	Umgang mit Komplexität (Verstehen, Auffassungsgabe)	→	Umgang mit Konflikten (Lösungsorientierung, Diplomatie)	→	Zeitmanagement (Priorisieren, Abgrenzung)	→	Vereinbarkeit Beruf/Privat (Lebensphasen, Flexibilität)
Welche Ressourcen sind vorhanden?	Investitionen (Finanziell, Arbeitszeit)	→	Wissen (Schulung)	→	Erfahrung (Training)	→	Loyalität („Mitmachen“)	→	Betriebsklima (Stimmung)	→	Werte (Leitbild)	→	
Massnahmen zur Verbesserung		→		→		→		→		→			

SOKRATESGROUP.com

lifetime health www.ergosens.ch bizfit hmconcret

Basis: Sokrates Map Concept

Übung Selbstwahrnehmung Organisation:

- Besprechen Sie mit Ihrem/r Nachbar:in ein Feld, das Sie unterschiedlich ausgefüllt haben.
- Überlegen Sie sich gemeinsam, welche Faktoren zu Ihrer Einschätzung geführt haben.
- Schauen Sie, ob einzelne dieser Faktoren auf der Karte ebenfalls auftauchen.

Fazit

- Ressourcenstärkung für Mitarbeitende ist hilfreich, reicht aber nicht
- Teams und Unternehmen müssen sich reflektieren, um ein sicheres soziales Umfeld anzubieten (Psychologische Sicherheit)
- In der Regel sind viel mehr Ressourcen vorhanden als man denkt
- Selbstwahrnehmung ist der Schlüssel, um bestehende und fehlende Ressourcen zu erkennen

wiesendanger-beratung.ch

Konrad Wiesendanger
Hirschengraben 52
6003 Luzern

info@wiesendanger-beratung.ch
www.wiesendanger-beratung.ch
041 310 02 11