

Resilienz

Wie Unternehmen und
Beschäftigte stress-
resistenter werden



Was ist Resilienz?



- Begriff aus der **Werkstoffkunde**:
Fähigkeit eines Werkstoffs, sich verformen zu lassen und doch zur alten Form zurück zu finden.



- In der **Psychologie**:
Fähigkeit, sich angesichts andauernder Belastungen oder Stress, Traumata oder Tragödien **anzupassen und wieder zu erholen**.
- Resilienz von Personen ist **psychische Gesundheit trotz Risikobelastungen**, es geht um **Bewältigungskompetenz**.

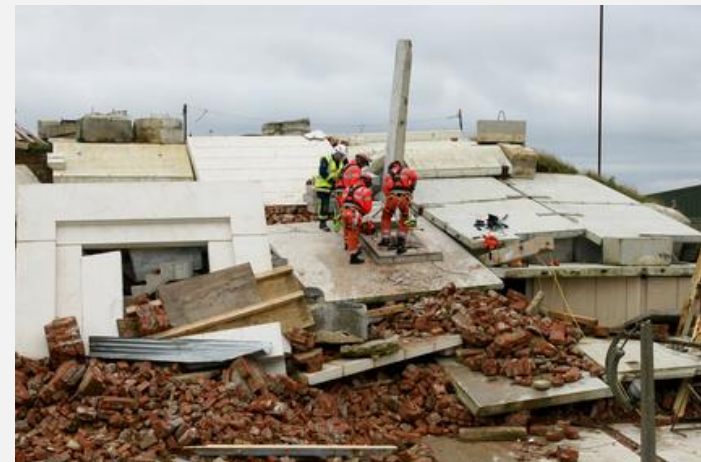
Umgang mit Krisen

- **Akute Krisen**
erfordern schnelles Handeln in neuen und unerwarteten Situationen
- Akute Krisen sind **selten**
- **Schleichende Krisen**
ermöglichen Vorbereitung und Planung
- Schleichende Krisen sind oft **Dauerzustand**



Zwei Arten der Resilienz

- **Stabilität auf Dauer erhalten**
 - Z. B. Lebensdauer eines Unternehmens, wirtschaftlicher Erfolg, Mitarbeiterbindung
- **Krisenfestigkeit**
 - Z. B. Finanzkrise, Naturkatastrophen (Erdbeben), Unfälle, Betrug oder Diebstahl, Anschläge (World Trade Center)





Resiliente Organisationen und Unternehmen

Resilience Engineering

- Sichere Arbeitsorganisation unter schwankenden Bedingungen
- **Ziel:** Sicherheit in unerwarteten Situationen gegenüber Kontrollverlust
- Diskutierte **Faktoren:** Unterstützung durch Führung, angemessene Ressourcen, KVP Handlungsflexibilität

Ganzheitliche Produktionssysteme

- Zielt primär auf die **Wirtschaftlichkeit** des Unternehmens ab
- Arbeitsorganisation unter dynamischen Umweltbedingungen, standardisierte, aufeinander abgestimmte Arbeitsabläufe

Resilienz im Zeitablauf

Antizipation

- Vorhersehen einer möglichen Störung
- Warnsignale kennen und prüfen

Abpuffern

- Abpuffern der Wirkung nach einer Störung

Anpassung

- Handhaben und Managen einer Störsituation
- Funktionalität der Organisation bleibt intakt

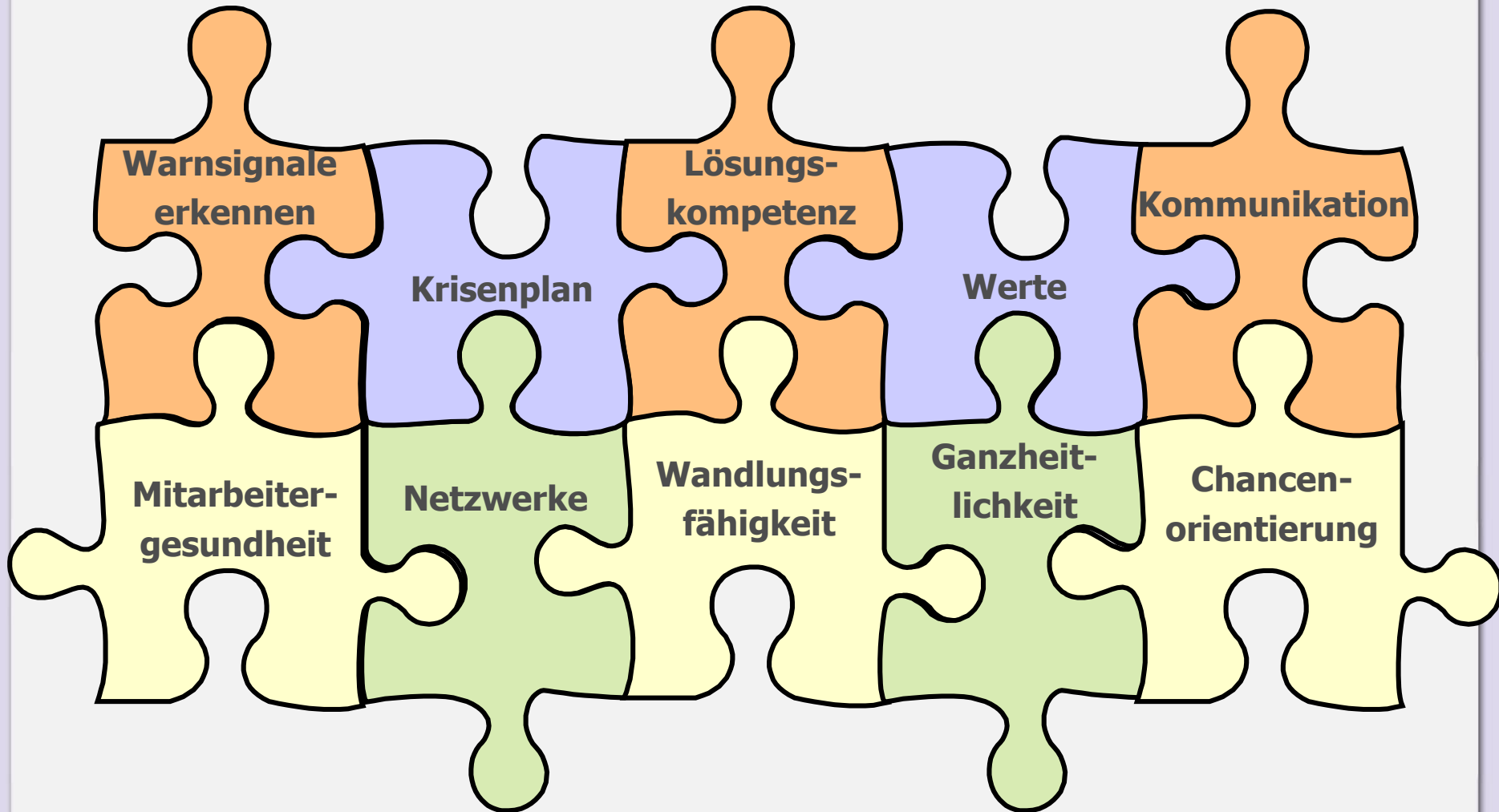
Wiederherstellung

- Die Organisation wird nach der Störung möglichst schnell wieder handlungsfähig

Lernen

- Lernprozess, um sich auf kommende Störungen vorzubereiten
- Anpassen der Organisation

Erfolgsfaktoren resilienter Organisationen



Förderung der Resilienz auf verschiedenen Ebenen



Was die Psyche wirklich schützt

**Soziale
Unterstützung**

**Vertrauen in
eigene
Kompetenz**

**Aktive
Bewältigung
von
Problemen**

**Positive
Emotionen**

**Ziele
definieren
und
verfolgen**

**Selbstwert-
gefühl**

**Kontroll-
überzeugungen**

Fazit

- Die Chancen der Resilienz werden verschenkt, wenn nur Mitarbeiterseminare dazu angeboten werden.
- Resilienz kann eingesetzt werden bei:
 - Krisenplanung und –prävention
 - Effektive und krisenfeste Organisation von Unternehmensstrukturen und Arbeitsprozessen
 - Verbesserung der Krisenfestigkeit von Teams, Führungskräften und Mitarbeitenden
 - Personalauswahl
 - Ressourcenstärkung bei der Belegschaft, Ausgleich von Stressbelastungen

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Dipl.-Psych. Julia Scharnhorst, MPH
Am Redder 11
22880 Wedel

Telefon: 0 41 03 / 70 18 – 140
E-Mail: info@h-p-plus.de
www.h-p-plus.de

