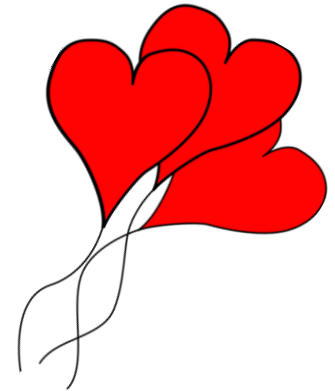


„Resilienz als Wechselwirkungsprozess- systemische Perspektiven und praktische Ansätze für die KBO“

Herzlich Willkommen!

mit

Dorothee Blaeß
Coaching • Mediation • Training



Resilienz als Kernkompetenz der Arbeitswelt „von morgen“

- Was ist Resilienz?
- Was sind zentrale Herausforderungen der Arbeitswelt von morgen (von heute)

Was ist Resilienz

resilire –
zurückspringen,
abprallen



meint:

- die psychische Widerstandskraft;
- die Fähigkeit, schwierige Lebenssituationen ohne anhaltende Beeinträchtigung zu überstehen
- und sogar an ihnen zu wachsen

Resilienz

Schutzfaktoren

Selbst-
wahrnehmung

Selbstregulation

Authentischer
Optimismus

Zukunfts-
orientierung

Eigen-
verantwortung

Problemlösung

Netzwerk-
orientierung

Sichere Bindung und Beziehungen

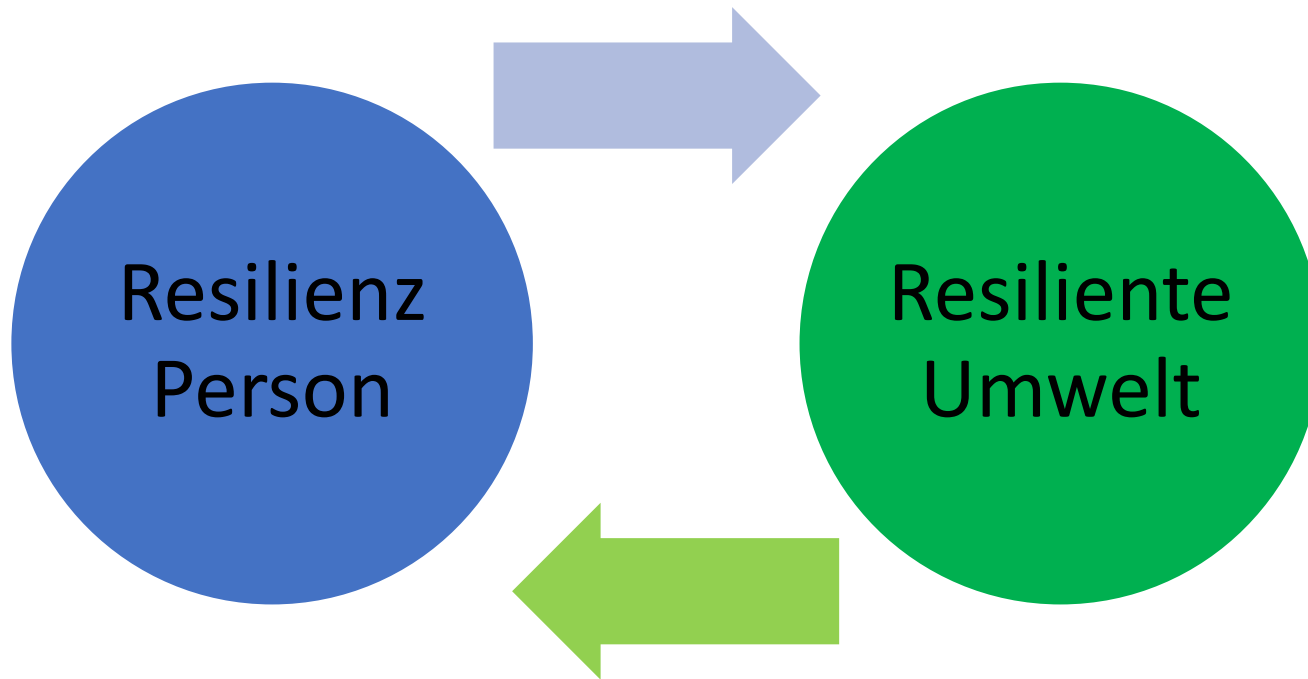
Digitale VUKA- Welt

- Volatilität** zunehmende Häufigkeit, Geschwindigkeit und Reichweite von Veränderungen
- Ungewissheit** abnehmende Möglichkeit, Ereignisse und Entwicklungen vorauszusagen
- Komplexität** zunehmende Anzahl relevanter Variablen, deren Wirkungsweise aufeinander nicht berechenbar ist
- Ambiguität** zunehmende Viel- oder Mehrdeutigkeit von Informationen
- Digitalität** die Entstehung immer leistungsfähigerer digitaler Techniken und Technologien

Matching Resilienzfaktoren - Herausforderungen der Digitalen VUKA- Welt

Volatilität	Flexibilität, interdisziplinäres Handeln, Eigenverantwortung, Selbstregulation
Ungewissheit	Proaktives Handeln, Netzwerkorientierung, Kooperationen, authentischer Optimismus
Komplexität	verstehen und nutzen, Zusammenhänge herstellen, Kausalanalyse
Ambiguität	Strategisches Management, Flexibilität, Selbstwahrnehmung
Digitalität	fachliche Kompetenzen, Problemlösung

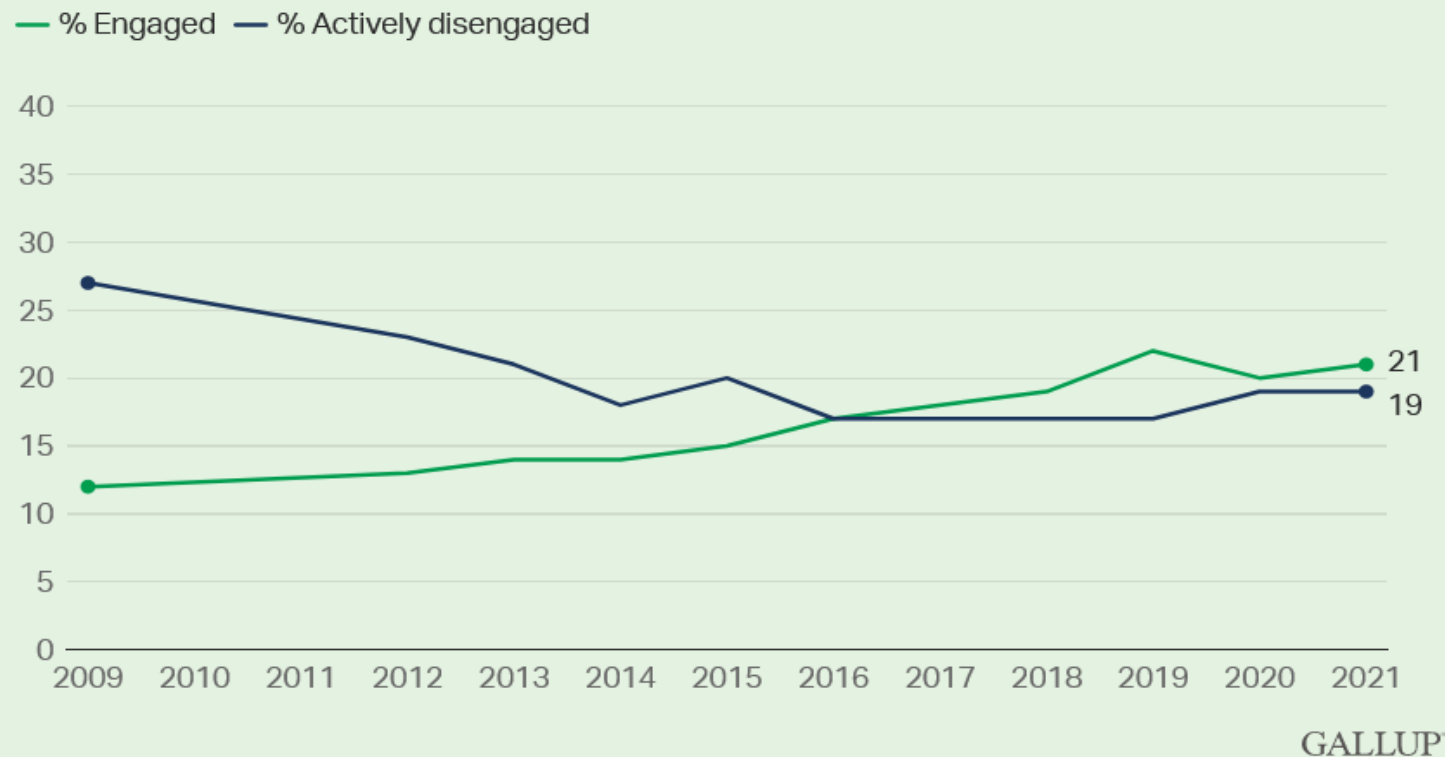
System-Umwelt-Verhältnis



Auf welche Arbeitswelt treffen
Junge Menschen nach Ihrem
Abitur, was die
Arbeitszufriedenheit betrifft?

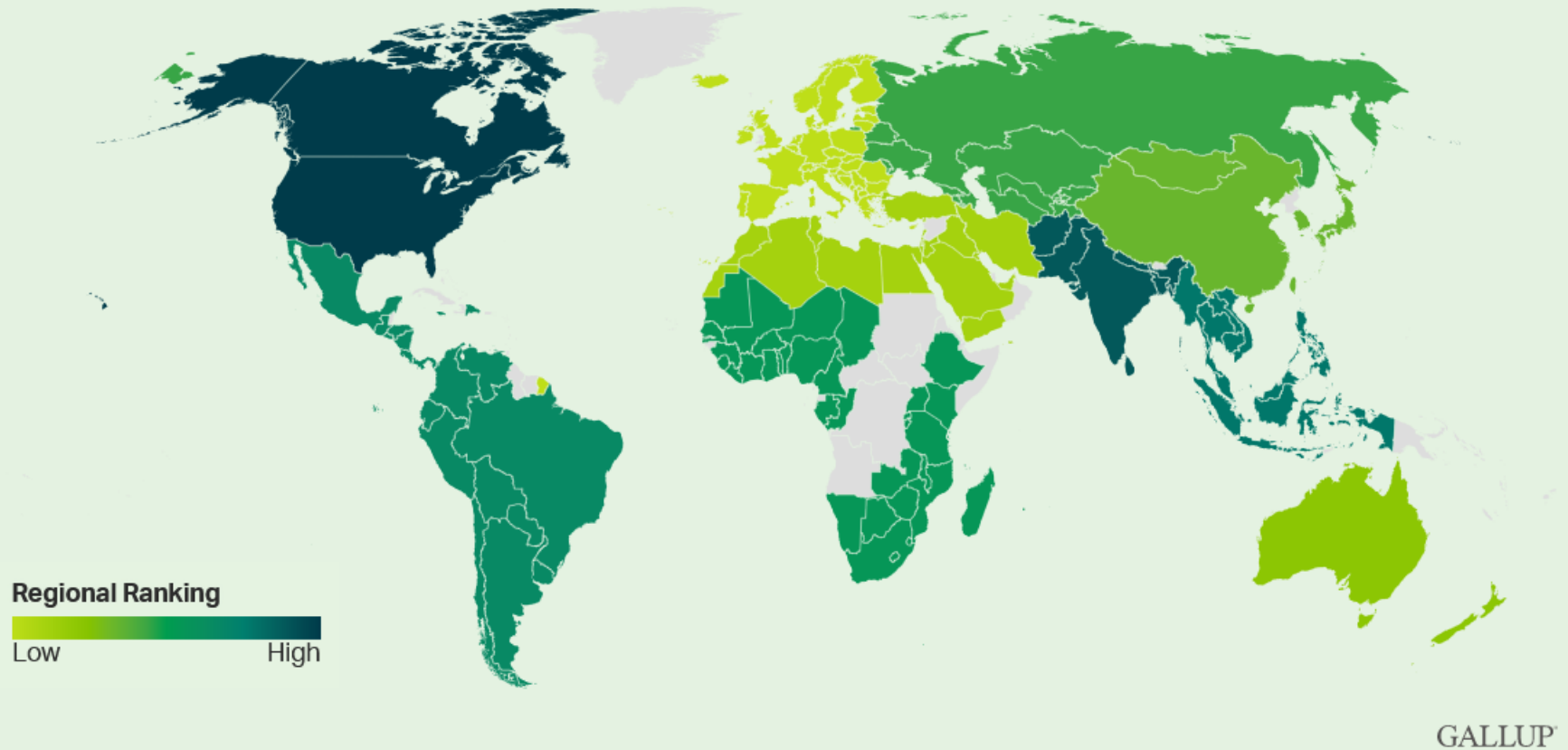
Global Employee Engagement Has Remained Stable but Low Since the Pandemic

The percentage of global employees who are engaged at work



2021 Employee Engagement by Global Region

The percentage of engaged employees by global region



Quelle: <https://www.gallup.com/394373/indicator-employee-engagement.aspx>

12 Items

1. I know what is expected of me at work
2. I have the materials and equipment I need to do my work right
3. At work, I have the opportunity to do what I do best every day
4. In the last seven days, I have received recognition or praise for doing good work
5. My supervisor, or someone at work, seems to care about me as a person
6. There is someone at work who encourages my development
7. At work, my opinions seem to count
8. The mission or purpose of my company makes me feel my job is important
9. My associates or fellow employees are committed to doing quality work.
10. I have a best friend at work
11. In the last six months, someone at work has talked to me about my progress
12. This last year, I have had opportunities at work to learn and grow

wichtige psychische Grundbedürfnisse



Sicherheit
bzg.
Existenz
Anforderungen
Beziehungen

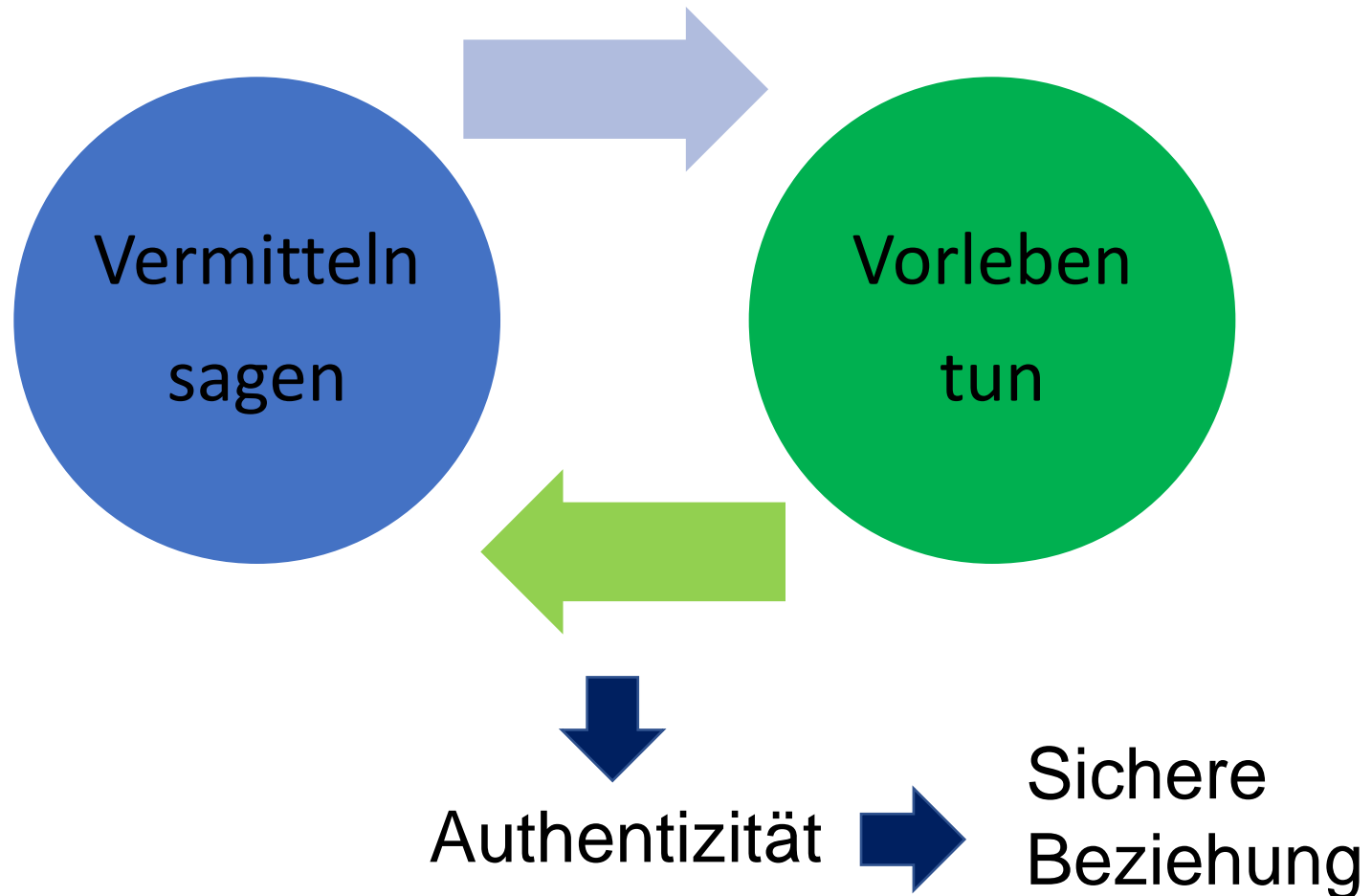
Autonomie
Verantwortlichkeit
Vertrauen

Kompetenz
Entwicklung
Excellenz
Passung

Verbunden sein
Kooperation
Anerkennung
Wertschätzung

Sinn

System-Umwelt-Verhältnis



Sinnstiftende Authentizität von Schulen und Organisationen



Was sichere Beziehungen auszeichnet

- Authentizität - Wissen, woran man ist
- Wertschätzung
- Fehler als Entwicklungshelfer
- Konstruktive Rückmeldungen
- Verzicht auf Strafen und Belohnungen
- Stärkenorientierung
- Positive Kommunikation
- Wohlwollen
- Interesse
- Freundlichkeit
- Transparenz

Sammlung in den Workshops

Sichere Beziehungen

- Zuverlässigkeit
- Ansprechbar
- gegenseitiger Respekt
- Wertschätzung
- Vorherrschen
- Offenheit
- Ehrlichkeit
- Verlässlichkeit
- Zeit haben / Präsent sein
- Empathische Beziehung

Sichere Beziehungen
 vorhandene
 tätten + Kompetenzen benennen
 Verhalten in sich selbst
 Viele Wege für unsere Ziele
 Ziele sind veränderbar
 Vision → die mich bei Rückschlägen heigt → Mediation
 Sorgen + Ängste ernst nehmen +
 Strategien aufzuzeigen
 Lernen durch Erfahrungen.
 Mut zum Scheitern
 Stärkenansatz → bestätigen
 sehr gute Rahmenbedingungen
 Schätze suchen

Attributionen:

= persönliche Erklärungsmuster



subjektive Ursachenzuschreibung
(Kausalattribution)

internal

external

stabil

variabel

pauschal

spezifisch

Attributions-Stile

Zuschreibung von Erfolg und Misserfolg

		Internal: Ich	External: Umwelt
Angenommene Veränderbarkeit	stabil	Begabung - Fähigkeiten Ich kann das. Ich bin gut. Ich kann das einfach nicht. Ich bin zu dumm.	Anforderung/ Umfeld Die Aufgabe war leicht. Die Aufgabe war schwer.
	variabel	Anstrengung - Engagement Ich habe mich gut vorbereitet. Ich werde beim nächsten Mal etwas ändern.	Zufall/ Umstände Ich hatte Glück. Ich hatte Pech.

Zusammenschau

- Resilienz verbindet eine Vielzahl persönlicher Kompetenzen
- Diese unterstützen, neben dem Meistern persönlicher Krisen, auch den konstruktiven Umgang mit Herausforderungen und Krisen des Arbeitsumfelds
- Resilienz ist somit ein wichtiger Faktor der beruflichen Orientierung
- Mit Resilienz ist die Erfüllung wichtiger psychologischer Grundbedürfnissen verknüpft
- Persönliche Resilienz und resiliente Umweltfaktoren bedingen und unterstützen sich gegenseitig in ihrer Entwicklung
- Ein wichtiger Umfeld-Faktor von Resilienz sind sichere Beziehungen - ein konkreter Ansatzpunkt für die KBOs
- Neben dem Vorleben ist auch Anwendung eines konstruktiven Attributionsstil bei der Beurteilung von Erfolgen und Misserfolgen der Schüler entscheidend
- Resilienz als organisationeller Faktor trägt zu authentischen Sinnerleben bei

Abschluss-Runde und Feedback



Was nehme ich für mich
mit?