

Widerstandskraft in Zeiten ständigen Wandels

Belastbarkeit und Flexibilität für Unternehmen und ihre Mitarbeiter

Inhalte

- Chancen und Herausforderungen der heutigen Zeit
- Innere Stabilität in Zeiten ständiger Veränderung
- Die Bewältigung komplexer Situationen
- Die gezielte Entwicklung persönlicher Resilienz
- Die umfassende Ausbildung organisationaler Resilienz
- Die besondere Position der Führungskraft
- Aufmerksamere Umgang mit belasteten Mitarbeitern
- Gezielte Burn-Out-Prävention und Gesundheitsmanagement

Die Fähigkeit zu Belastbarkeit und Widerstandsfähigkeit wird in der Psychologie als Resilienz beschrieben. Resiliente Menschen können auf die Anforderungen wechselnder Situationen flexibel reagieren – eine lebenswichtige Fähigkeit, vor allem wenn der äußere und innere Belastungsdruck steigen. Im wirtschaftlichen Kontext geht die Definition des Begriffs „Resilienz“ über die individuelle Fähigkeit hinaus und inkludiert auch das organisationale Vermögen, sich schnell und erfolgreich an ständig verändernde Anforderungen, intern wie extern, anzupassen.

Diese Charakteristik verdeutlicht, dass eine direkte Abhängigkeit zwischen der Stärke und Wirksamkeit aller Organisationsmitglieder sowie der Fähigkeit des Unternehmens als Ganzes besteht. Hierbei ist das feine, oft empfindliche Zusammenspiel der sachlichen und menschlichen Ebene zu beachten. Um anpassungsfähig und krisensicher zu werden, gilt es harte und weiche Faktoren gleichermaßen unter die Lupe nehmen.

Durch Vortrag, Übungen und Austausch in der großen Runde werden die Inhalte theoretisch und praktisch erfahrbar gemacht. Durch interessante Praxisbeispiele wird die direkte Umsetzbarkeit im Arbeitsalltag verdeutlicht.

Ihre Referentin

Sylvia Wellensiek

International erfolgreiche Trainerin, Coach, Autorin, Expertin für Unternehmensresilienz, Führungskräfte- und Teamentwicklung, Veränderung und Komplexität, Referentin zahlreicher renommierter Bildungseinrichtungen. Gemeinsam mit Ihrem Mann leitet sie ein Trainings-, Beratungs- und Ausbildungsinstitut und begleitet Hochleister aus Wirtschaft und Spitzensport in ihrer individuellen Potenzialentwicklung. Die ausgebildete Dipl.-Ingenieurin, Physio- und Psychotherapeutin ist zudem Autorin diverser Veröffentlichungen, u.a. „Integrales Coaching“ (Beltz Verlag, 2010). Ihre Arbeitsmethode nennt sie H.B.T. Human Balance Training. Sie bildet aus zum H.B.T. Business Coach und H.B.T. Resilienz Berater.