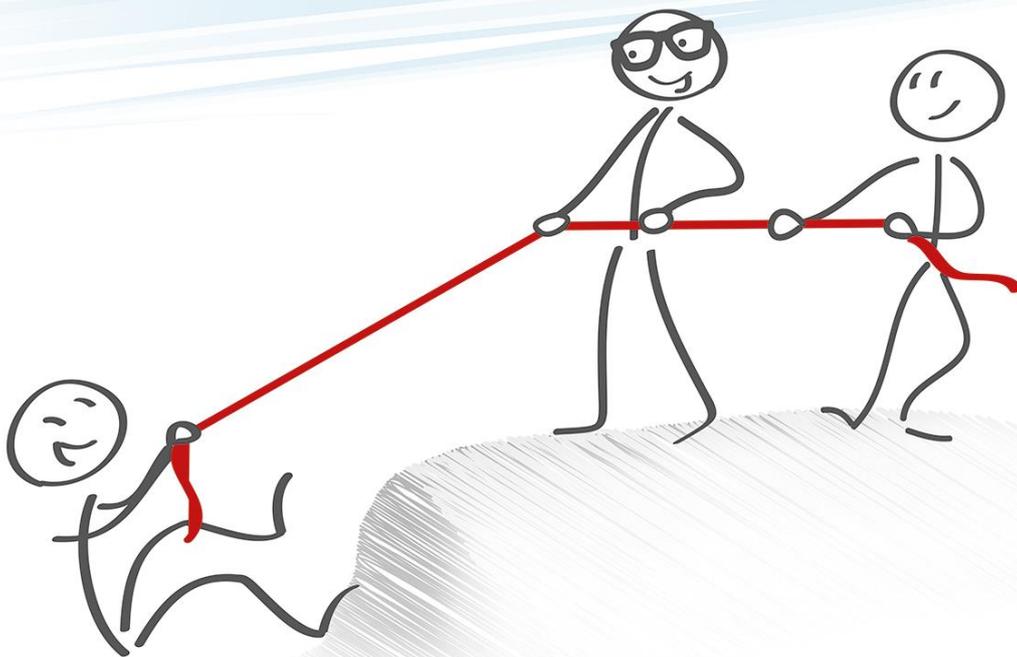


#16 Resilienz

Einstieg zur Entwicklung einer starken Teamkultur Ein Tag Teamresilienz-Training in der Praxis

Bei der Talanx Systeme AG hat sich ein Team bewusst auf eine eintägige Forschungsreise ins Innere des Teams begeben und vielfältige Erkenntnisse gewonnen und Veränderungsansätze mitgenommen.



Es ist ein sonniger Tag im April. In einem Seminarraum des HDI-Gebäudes in Hannover treffen sich um 9 Uhr morgens sieben Mitarbeiter aus der Holding IT-Supply zum eintägigen Teamresilienz-Training. Mit dabei ist Norbert Fischer, Business Coach und Resilienz-Trainer, der als Partner für Solit Finance an diesem Tag das Training leitet.

Die Atmosphäre ist für die Teilnehmer ungewohnt. Keine Tische, sondern Stühle im Kreis. Es geht um Interaktion im Team und um die Wahrnehmung aller

Ebenen – nicht nur des Verstandes. Die Erwartungen an diesen Tag sind vielfältig und spiegeln auch Fragen und Unsicherheiten zu bestehenden Teamstrukturen und anstehenden organisatorischen und personellen Änderungen in der Abteilung wider. Das ist normal und in vielen Unternehmen ganz ähnlich. Der allgemeine Druck und die Schlagzahl der Veränderungen nehmen allenthalben zu. „Wir stehen aktuell vor der Aufgabe, mehrere Teams neu zusammenzustellen. Das möchten wir gerne erfolgreich und mit Langzeitwirkung

“, erläutert Ralf Dittmer den Entschluss, Norbert Fischer für den heutigen Tag einzuladen. Neben Input zum Resilienzansatz sowie zu Stress und Copingstrategien geht es in den kommenden Stunden vor allem um die persönlichen Faktoren jedes Einzelnen sowie die Standortbestimmung und das Beziehungsgeflecht im Team. Dabei entsteht eine offene und wertschätzende Atmosphäre, die es den Teilnehmern erleichtert, ihre persönlichen Einschätzungen und Sichtweisen einzubringen.

Am Anfang des Teamresilienz-Prozesses steht immer eine bewertungsfreie Ist-Analyse mit Übungen zum persönlichen Energiehaushalt der Teammitglieder. Daneben werden die Stärken und Schwächen im gesamten Team erarbeitet und die eingenommenen Rollen und zwischenmenschlichen Beziehungen betrachtet. Zudem tragen die Teilnehmer relevante fachliche (z.B. Weiterbildung, Informationsfluss) und menschliche Aspekte (z.B. Kollegialität, Feedbackverhalten) zusammen und bewerten sie. Ausgehend von den erlangten Erkenntnissen werden gemeinsam Veränderungsbedarf und -potenzial untersucht und realistische Ziele für die Umsetzung formuliert.

„Resilienz“ ist kein Wundermittel. Erfolgreiche und starke Teams erhält man nicht durch punktuelle eintägige Fortbildungen. Aber eine Initialzündung, das Verständnis und Gefühl für die dahinter stehende Haltung, die es zu entwickeln gilt, kann schon ein einzelner Fortbildungstag „Teamresilienz“ ermöglichen. Norbert Fischer erklärt, dass dieser Tag etwas anstoßen und Appetit auf den Weg der Resilienzentwicklung des Teams und des Einzelnen machen soll.

Wie es weitergeht? Das hängt individuell vom Team und den zu bewältigenden Aufgaben ab. Sinnvoll ist es jedoch, die Erkenntnisse dieses Tages im Team präsent zu halten und durch weitere Trainings zu vertiefen. So kann das Team dauerhaft und nachhaltig von den positiven Effekten profitieren und den begonnenen Prozess der Resilienzentwicklung stärken und verstetigen.

Autor: ???

Der Begriff Resilienz taucht seit kurzem immer häufiger auf: Sei es als Erfolgsbringer bei der deutschen Fußballnationalmannschaft, als Rettungsanker im Job oder auch im privaten Umfeld. Dennoch ist Resilienz kein neu-modischer Trend, sondern die grundlegende psychische Fähigkeit, Krisen zu bewältigen und mit Belastungen und Druck umzugehen.

Frau Domitila Barros, die für das brasilianische CAMM-Hilfsprojekt arbeitet und selbst in Rio de Janeiro Favela „Linha do Tiro“ aufgewachsen ist, fasste auf dem 2. FinnoDay die für sie wesentlichen Voraussetzungen für die Entstehung von Resilienz im Berufsalltag zusammen:

- Verständnis der eigenen Tätigkeit
- Bewältigbarkeit der zu erledigenden Aufgaben
- Bedeutsamkeit des Zieles der eigenen Arbeit

Diese drei Faktoren führen bei ihr zu einem selbstbewussten Umgang mit Problemen: Probleme sind Herausforderungen und Herausforderungen sind Chancen. Chancen für die eigene Zukunft.

Stimmen der Teilnehmer:

„Wir wollten wissen, was der Resilienz-Ansatz für unsere Teams leisten kann. Deswegen haben wir es einfach ausprobiert.“

„Wir konnten uns einen Tag lang konzentriert mit uns beschäftigen und dabei hat jeder bemerkenswerte Erkenntnisse über sich selbst und das Team gewonnen.“

„Der Ansatz des Teamresilienz-Trainings hat uns überzeugt. Das Team hat nach nur einem Tag auf mehreren Ebenen zusammen gefunden. Jeder Einzelne hat für sich profitiert und Ansätze zur Festigung und Vertiefung seiner Stärken mitgenommen.“