



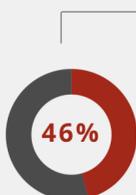
RESILIENZ TRAINING VERBESSERT DIE ARBEITSLLEISTUNG

In einer Welt des ständigen Wandels – von disruptiv zu innovativ – sind widerstandsfähige Menschen besser darauf vorbereitet, mit Veränderungen, Herausforderungen und Störungen umzugehen. In der Belegschaft sorgt diese Fähigkeit für den Erfolg. Ohne sie, Scheitern. Resilienz ist die Fähigkeit, in Zeiten von Widrigkeiten nach vorne zu springen und Herausforderungen als Wachstumschancen zu sehen. Da wir in einer Welt arbeiten, in der Veränderung konstant und unvermeidlich ist, werden Resilienz Fähigkeiten immer wichtiger.

WIESO RESILIENZ?

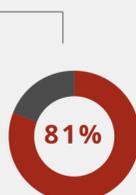


2 VON 3 Mitarbeitern "Arbeit ist eine signifikante Stress¹ Quelle "



der Arbeitnehmer, die Veränderungen erleben, planen, eine neue Stelle² zu suchen

vs.



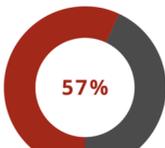
bleiben nach einem Resilienz Training bei ihrem aktuellen Arbeitgeber

190 MILLIARDEN USD: Die Kosten für US-Unternehmen pro Jahr für stressbedingte Probleme

211 MILLIARDEN USD: Die Kosten für US-Unternehmen pro Jahr für schlechte psychische Gesundheit

450 MILLIARDEN USD: Die Kosten für US-Unternehmen pro Jahr wegen mangelnden Engagements

DOCH NUR...



der Wohlbefinden-Kurse beinhalten Stressmanagement...
WAS TUN DIE ANDEREN 43 %, UM DAS PROBLEM ANZUGEHEN?

RESILIENZ IST AM ARBEITSPLATZ DER KERN DIESER HERAUSFORDERUNGEN:



51% der MITARBEITER sind aufgrund von Stress unproduktiv



70% der ARBEITNEHMER sind nicht engagiert oder aktiv abgekoppelt



50% der ARBEITNEHMER berichten, dass ihre Einstellung nicht an Veränderung, anpassungsfähig ist



33% der MANAGER suchen anderswo eine neue Arbeit

RESILIENZ TRAINING FÖRDERN WOHLBEFINDEN KURSE

Studien zeigen auf, dass "Initiativen und Kurse, die einen widerstandsfähigeren und geistig gesunden Arbeitsplatz fördern, signifikante Erträge in Form niedrigerer Gesundheitskosten, höherer Produktivität, geringerer Absenzen und Job Fluktuation haben."³

DEFINITION VON RESILIENZ

- FLEXIBEL, ANPASSUNGSFÄHIG AN VERÄNDERUNGEN**
- CHANCEN FÜR WACHSTUM IN HERAUSFORDERUNGEN FINDEN**
- PRALLE NACH VORNE UND MACHE SCHRITTE VORWÄRTS**
- WACHSTUMS DENKWEISE VS STARRER DENKWEISE**

WERT VON RESILIENZ TRAINING

Eine Studie mit 3.125 Teilnehmern zeigt den Zusammenhang zwischen Resilienz und Job Verhaltensmerkmale⁴

- 22%** Beeinflussen andere während des Wandels positiv
- 21%** Komfortables Initiieren von Veränderungen bei Bedarf
- 19%** Stresssituationen fordern keinen persönlichen Preis
- 18%** Trägt zum Aufbau einer positiven Kultur bei
- 17%** Initiiert geeignete Maßnahmen pro Herausforderungen
- 15%** Bleibt in Zeiten hoher Belastung engagiert

RESILIENZ VOR DEM TRAINING **% WACHSTUM NACH DEM RESILIENZ TRAINING**

"SEITDEM ICH DAS RESILIENZ PROGRAMM ABSOLVIERT HABE ..."



"bleibe flexibel, wenn sich etwas verändert"



"behalte gute Beziehungen zu den Kollegen aufrecht"



"kontrolliere negative Emotionen mit Kunden und Mitarbeitern"



"unterstütze Veränderungen am Arbeitsplatz"



"akzeptiere ich Anregungen"



"fühle mich in meiner Rolle gestärkt"



"bleibe motiviert, um gute Leistungen zu bringen"



"bleibe bei meiner Arbeit engagiert"

ERGEBNISSE DES RESILIENZ TRAINING



der Mitarbeiter betrachteten Die Ausbildung als wertvoll⁵



Mehr Akzeptanz bei Veränderungen



Engagiertere Mitarbeiter



Besser in der Führung



Umsatz Steigerung

" Das war eine großartige Ausbildung. Es forderte uns heraus, tiefer in unser Leben zu schauen und auf die Auslöser zu achten, welche uns eine Emotion fühlen ließen. Wir haben gelernt, unsere Gedankengänge zu verbessern und zu kontrollieren, um mehr Vertrauen in unsere Handlungen zu haben und unsere Resilienz zu entwickeln. **"**

RESILIENZ KANN GEFÖRDERT WERDEN



Resilienz ist ansteckend und Führungskräfte können die gesamte Organisation beeinflussen.



Diese Fähigkeiten können entwickelt werden.



Die Konzentration auf nur eine oder zwei Techniken hat messbare Auswirkungen auf die Leistung.



SOURCES: 1,2 - American Psychological Association, 2015, 2017 | 3 - PwC report via Mentally Healthy Workplace Alliance, 2014 | 4 - TRACOM Group Multi-trait research studies, 2016, 2017, 2018 | 5 - Harris Poll für American Heart Association, 2017