



Innovationen als Risiko – Resilienz als Konzept

Innovationen bedeuten Veränderungen im Unternehmen, bedeuten Risiko, Umstrukturierung und möglicherweise auch Stress. In Teams und für einzelne Mitarbeiter können Krisen entstehen, die sie nicht allein bewältigen können. Die Prozesse können auch gut begleitet funktionieren – im Bewusstsein, wie die eigene Resilienz funktioniert und welche Ressourcen die stabilsten, effektivsten sind. Innovation bedeutet nicht immer ein Mehr an Stress, Verantwortung, Aufgaben, Zeiteinsatz, sondern Anderes, Effektiveres.

Diese Sachlage hat sowohl intellektuelle als auch emotionale und gesundheitliche Aspekte. Das Unternehmen kann auf die selbständige individuelle Anpassungsfähigkeit des Mitarbeiters setzen oder ganz gezielt unterstützen – durch Workshops über individuelle Resilienz, systemisches Coaching von Führungskräften, einzelnen Mitarbeitern und Teams.

Im Fokus stehen zeitliche Aspekte ebenso wie das unterschiedliche Denken und Handeln von Frauen und Männern, Strukturen von Krisen und individuelle Möglichkeiten des Krisenmanagements, neuropsychologische Erkenntnisse über das Vorbewusste, Bewertungs- und Handlungsmöglichkeiten in Situationen mit Stresspotential, der Wert eigener Erfahrungen und die Vor- und Nachteile einer proaktiven Grundhaltung, umgesetzt durch Tools mit individuell oder teamgerecht stärkender Wirkung. Bildbasierte Techniken spielen aufgrund ihrer komplexen Wirkung auf Verstand und Gefühl eine wichtige Rolle.

Innovationen brauchen resiliente stabile Teams

Darüber hinaus ist eine Förderung auch durch Analyse der gesundheitlichen Ausgangsposition (z.B. anonymisiertes Vitalprofil) und falls indiziert, ein individuell erstelltes Ernährungskonzept ohne Pillen und Pulver möglich (z.B. [Metabolic Balance](#)). Erfahrungen zeigen, dass die Arbeit in geschlossenen Räumen, konzentriertes Arbeiten an elektronischen Geräten, wenig Tageslicht, wenig Bewegungen im Tagesverlauf und ähnliche Bedingungen andere ernährungsphysiologische Anforderungen stellen, als das in den Familien eingeübte tradierte Muster beantwortet.

Nachdem die Reserven aus Kindheit und Jugend aufgezehrt sind, entstehen latente Mangelerscheinungen, die immer mehr auch junge Männer und Frauen durch persönliche Versuche im Ernährungsbereich ausgleichen möchten. Leider stellt sich häufig nicht der gewünschte Effekt ein, sondern erst, wenn eine Balance an Kohlenhydraten, essentiellen Fettsäuren, hochwertigen Eiweißen, Mineralstoffen, Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen erreicht wird.

Für den Einzelnen ist die Vielzahl an wissenschaftlichen Erkenntnissen nur dann umsetzbar, solange keine gesundheitlichen Besonderheiten auftauchen. Ein individuell zugeschnittenes Konzept ist in Einzelfällen hilfreich. Im Team von Mitarbeitern ähnlicher Aufgaben unterstützen Workshops tiefere und langfristige produktive Erkenntnis- und Umsetzungsprozesse.

Innovative Teamführung ist die beste Chance,

Ihre besten Mitarbeiter in der Wertschöpfungskette zu halten.