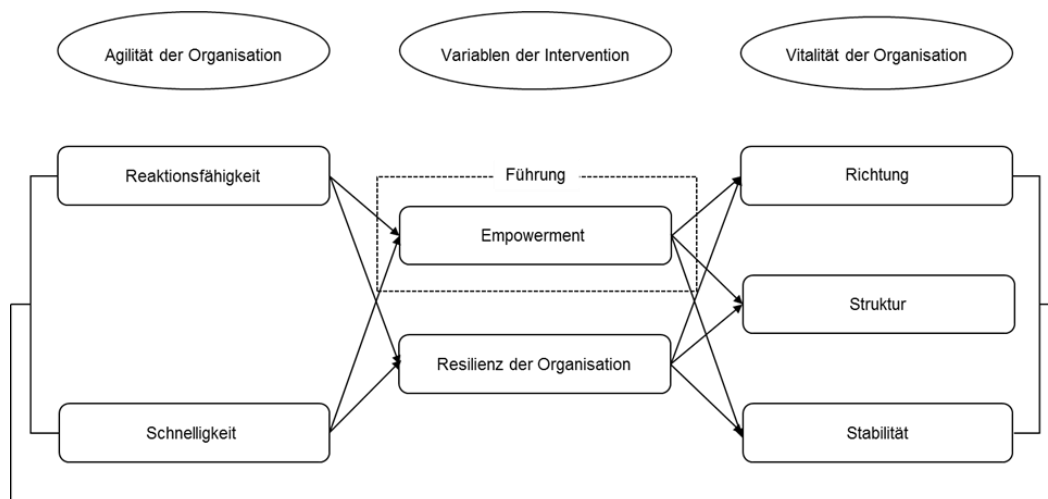


Jede/r weiß von den gravierenden Veränderungen, aber die wenigsten wissen, wie sie diesen mental begegnen können. Zwei Eigenschaften, die Teams dabei unterstützen können, die Herausforderungen des Wandels pro-aktiv anzunehmen und damit umzugehen, sind Agilität und Resilienz. „Was hat Agilität mit Resilienz zu tun?“, werden Sie sich jetzt fragen. Ziemlich viel! Und das ist nicht nur unsere praktische Erfahrung, sondern auch das Ergebnis von Studien<sup>1</sup>.

Agilität und Resilienz sind zwei Fähigkeiten, die uns dabei helfen (können), unsere Art und Weise des Denkens in Bezug auf den effektiveren Umgang mit Veränderungen anzupassen. Beide Attribute repräsentieren die Seiten derselben Medaille, die in der Wissenschaft als adaptive Kapazität bezeichnet wird. Diese bezieht sich darauf, wie viel Energie und Kraft wir benötigen, um herausfordernde, sich verändernde und ggf. widrige Situationen effektiv anzugehen. Dabei fördert die Kombination von Agilität und Resilienz die Anpassungsfähigkeit an neue Herausforderungen und in der langfristigen Konsequenz die (Über-)Lebensfähigkeit (Vitalität) auch in einem VUKA-Kontext.



Die Förderung von Agilität und Resilienz wirkt nicht nur für das gesamte Unternehmen stabilisierend, sondern auch für Teams und jede/n einzelne/n Mitarbeitende/n. Die Entwicklung von entsprechenden Fähigkeiten hilft uns dabei, die „Opferrolle“ zu überwinden, die oft dann eingenommen wird, wenn wir uns machtlos fühlen und/oder unter Druck in einen permanenten Aktionismus (das bekannte „Hamsterrad“) und damit in negativen Stress verfallen. Indem wir mentale Fitness aufbauen bzw. stärken und angesichts herausfordernder und schwieriger Situationen agil handeln, können wir selbst widrige oder gar krisenhafte Umstände in Optionen und Vorteile ummünzen.

Sie wollen Agilität und Resilienz in einem oder mehreren Teams fördern? Dann sprechen Sie uns darüber: <http://www.ilos-institut.de/kontakt.htm> Oft ist der Aufwand überschaubar und der Effekt immens. Insoweit kann es sich für Sie lohnen, Themen wie die genannten in Ihrem Verantwortungsbereich neu zu denken und der mentalen wie physischen Fitness Ihrer Mitarbeitenden eine ebenso hohe Priorität einzuräumen wie den betriebswirtschaftlichen Aspekten.

<sup>1</sup> Siehe u.a. Elgamal, M. (2018). Dynamic Organizational Capabilities: The Joint Effect of Agility, Resilience and Empowerment. In: Journal of Human Resource Management. Vol. 6, No. 2, 2018, S. 44–49