

Medienmitteilung vom 03. November 2022

Mehr Achtsamkeit kann Organisationen und Unternehmen robust machen

In der hektischen Dynamik des Tagesgeschäfts vergessen wir oft, Druck herauszunehmen und an morgen zu denken. Wir stellen zu selten die Frage: Sind wir bereit für künftige Herausforderungen oder unerwartete Krisen? Dass rechtzeitige Vorbereitung und eine gesunde Resilienz gegen Krisen eine kritische Kernkompetenz ist, zeigen die aktuellen Krisen anschaulich – für Unternehmen ebenso wie für Gesellschaften als Ganzes. Aber wie wird ein Unternehmen robust? Wie lässt sich Resilienz trainieren, bevor sie nötig wird? Vier Referentinnen und Referenten präsentierten dazu gestern an der Innovationstagung zum Thema «Achtsamkeit» an der OST ihre Gedanken dazu. Mehr als 150 Besucherinnen und Besucher verfolgten ihre Vorträge.

Organisationen, die achtsam mit den eigenen und partnerschaftlichen Ressourcen umgehen, Unternehmen die achtsam ihr Umfeld wahrnehmen und rechtzeitig innovativ mit Themen wie Digitalisierung oder Veränderungen umgehen – solche Verhaltensweisen machen robust und helfen dabei, langfristig wettbewerbsfähig zu bleiben. Zu dieser These referierten gestern an der Innovationstagung an der OST vier Referentinnen und Referenten und zeigten auf, was die Forschung über die Schlüsselfaktoren moderner Resilienz weiss.

Unterstützung für Innovation und achtsame Veränderung

Zu Beginn präsentierte Dr. Karl Neumüller vom Innovationsnetzwerk Ostschweiz, welche Dienstleistungen das Netzwerk für regionale Unternehmen anbietet und wie vor allem KMU von einer individuellen Begleitung bei Innovationsvorhaben profitieren können.

Einen Einblick in diverse Studien zur Resilienz von Organisationen gab anschliessend Prof. Corinna Semling vom Institut für Kommunikation und interkulturelle Kompetenz an der OST. Für Personen, die sich in der aktuell krisengeprägten Zeit fragen, ob sie dem Druck standhalten können, hatte Semling eine positive Botschaft im Gepäck: «Stressstabilität lässt sich lernen». Mit einem holistischen Überblick über verschiedene Studien berichtete Semling, dass Stress-Trainings nachweisbare, positive Effekte auf die Hirnaktivität in Stresssituationen haben und so helfen können, unter Druck kreativ und flexibel zu bleiben, um die Probleme strukturiert angehen zu können. Dafür sei es wichtig, dass Unternehmen «Räume für Veränderungsprozesse schaffen», damit die Mitarbeitenden auch eine Chance haben, solche Fähigkeiten zu trainieren.

Den digitalen Berufsalltag mit Achtsamkeit meistern

Psychologin Sarah Sclafani konzentrierte sich in ihrem Vortrag vor allem auf die Ablenkung digitaler Geräte im Berufs- und Privatleben. Mit einer Live-Achtsamkeitsübung, an der das gesamte Publikum teilnehmen konnte, bot sie zudem direkt eine Unterstützung an, wie Menschen bewusst abschalten können. «Es lohnt sich, zum Beispiel nach langen Online-Sitzungen solche Übungen einzuplanen», empfahl Sclafani.

Weniger auf das individuelle, sondern mehr auf die generelle Resilienz von Organisationen ging Referent Prof. Dr. Roman Hänggi ein, der an der OST im Studiengang Wirtschaftsingenieurwesen unterrichtet. Er liess das Publikum an den Erkenntnissen des Buchs «Erfolgreiche Unternehmensführung durch Resilienzmanagement» teilhaben. Das Buch basiert auf Studien und Gesprächen mit Unternehmen während der Corona-Krise. Hänggi hat zusammen mit Kolleginnen und Masterstudierenden die Coronakrise genutzt, um «während einer laufenden Krise den Umgang mit Schockereignissen untersuchen zu können», so Hänggi. Die wichtigsten Erkenntnisse fasst er so zusammen: «Am wichtigsten ist eine offene, ehrliche und regelmässige Kommunikation der Führung über die aktuelle Situation». Das, in Verbindung mit einem gut moderierten Austausch, sowohl intern wie auch mit Partnerunternehmen oder Zulieferern sowie Flexibilität und Geschwindigkeit bei der Anpassung an die Krise seien der Schlüssel. Als Beispiel nannte Hänggi Produktionsbetriebe aus verschiedenen Branchen, die «früher vor einer Umstellung ihre Mitarbeitenden monatelang für eine neue Produktionslinie trainiert haben» und während der Coronakrise gelernt haben, dass Mitarbeitende – direkter und offener Austausch vorausgesetzt – auch ohne diese lange Vorbereitung praktisch über Nacht neue Aufgaben übernehmen können, wenn es die Situation erfordert.

Den Abschluss der Innovationstagung übernahm bexio-CEO Markus Naef, der das Resilienzmanagement in seinem Unternehmen anhand eines 5-Säulen-Modells erklärte (Respekt, Wertschätzung, Transparenz, Fairness, Flexibilität) und auf die spezifischen Besonderheiten bei jungen IT-Unternehmen einging.

Die Innovationstagung «Achtsamkeit» war die letzte Tagung in diesem Jahr an der OST in Rapperswil-Jona. Das Programm für 2023 wird, sobald verfügbar, [hier online](#) aufgeschaltet.