



# Organisationale Resilienz - Wenn jeder für sich sorgt, ist für alle gesorgt, oder?

Resilienzkongress 2024

Nathalie Jauch, Josephine Belke -  
TheDive GmbH

# Was ist das Problem?

„Ich möchte einfach in Ruhe meine Arbeit machen.“

„Stress kann auch positiv sein, wenn dauerhaft läuft aber ein Fass über.“

„Erst Abends fiel mir auf, dass ich den ganzen Tag nichts gegessen hatte.“

„Mir fehlen Tools, um Herausforderungen gut zu begegnen.“

„Wenn andere lange arbeiten, muss ich das dann auch, obwohl ich gar nicht mehr produktiv bin?“



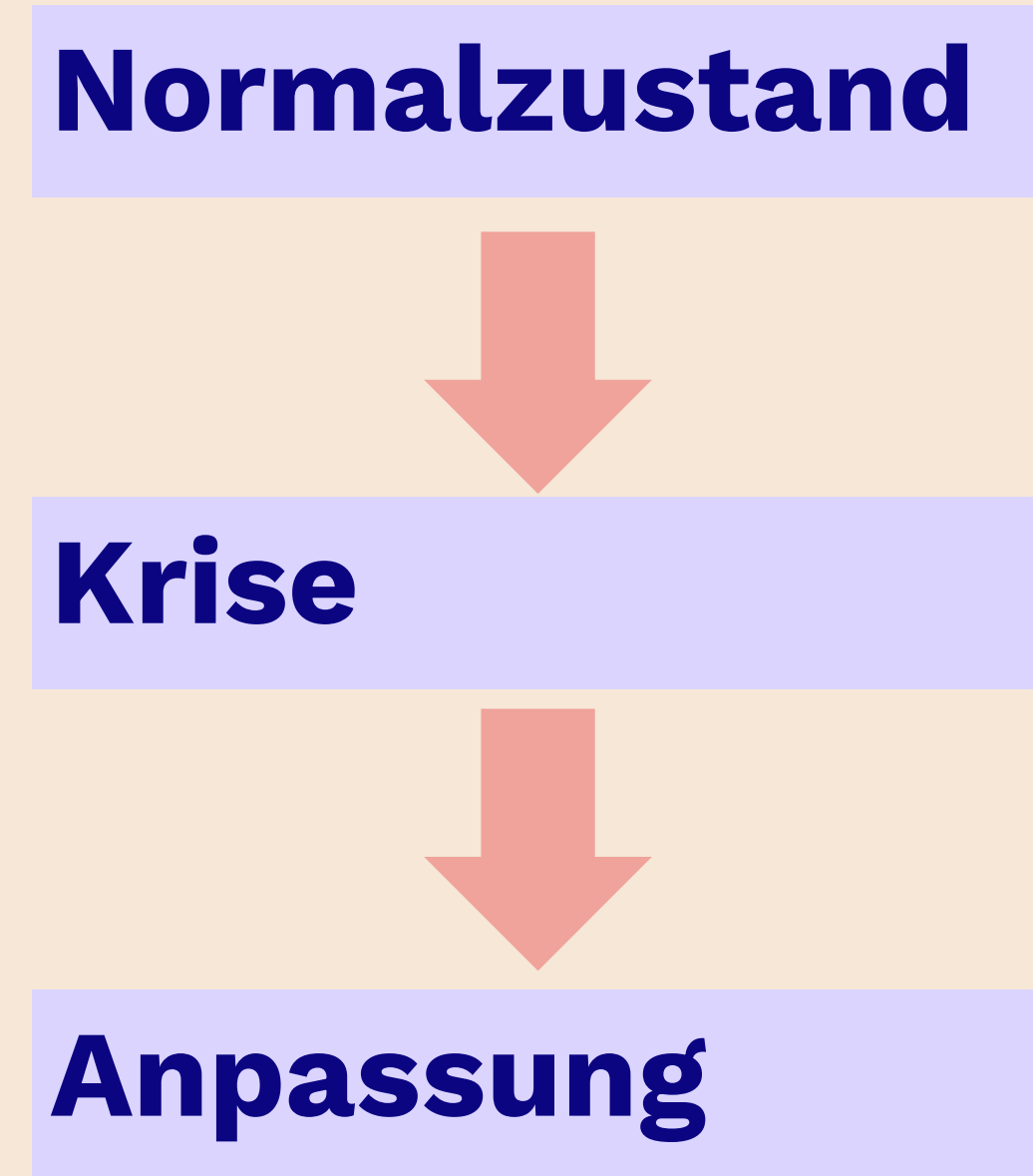
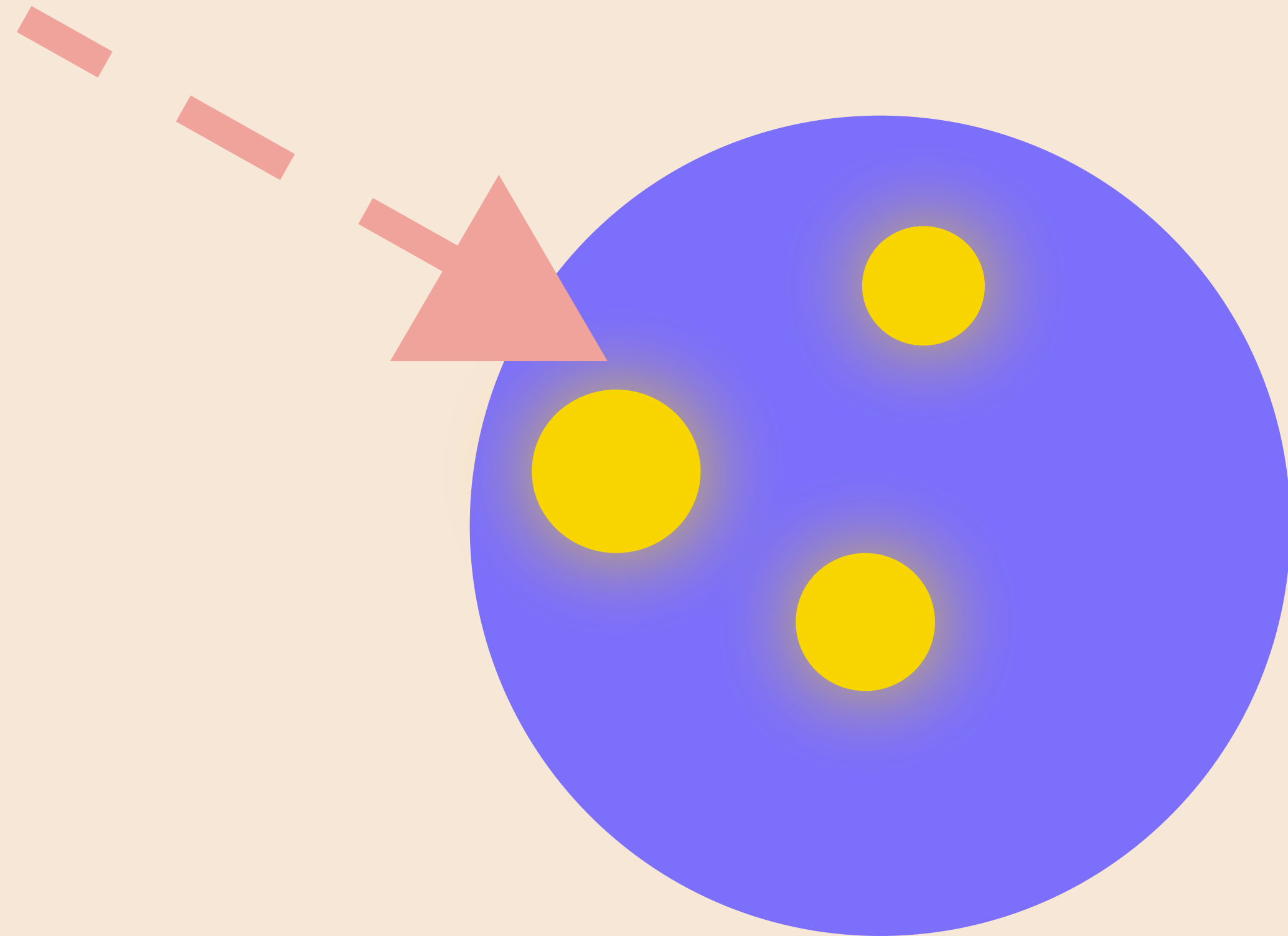
Michael Fritz (he/him) •  •  
Follower:in

**“Heute geschlossen  
wegen Weltschmerz”**

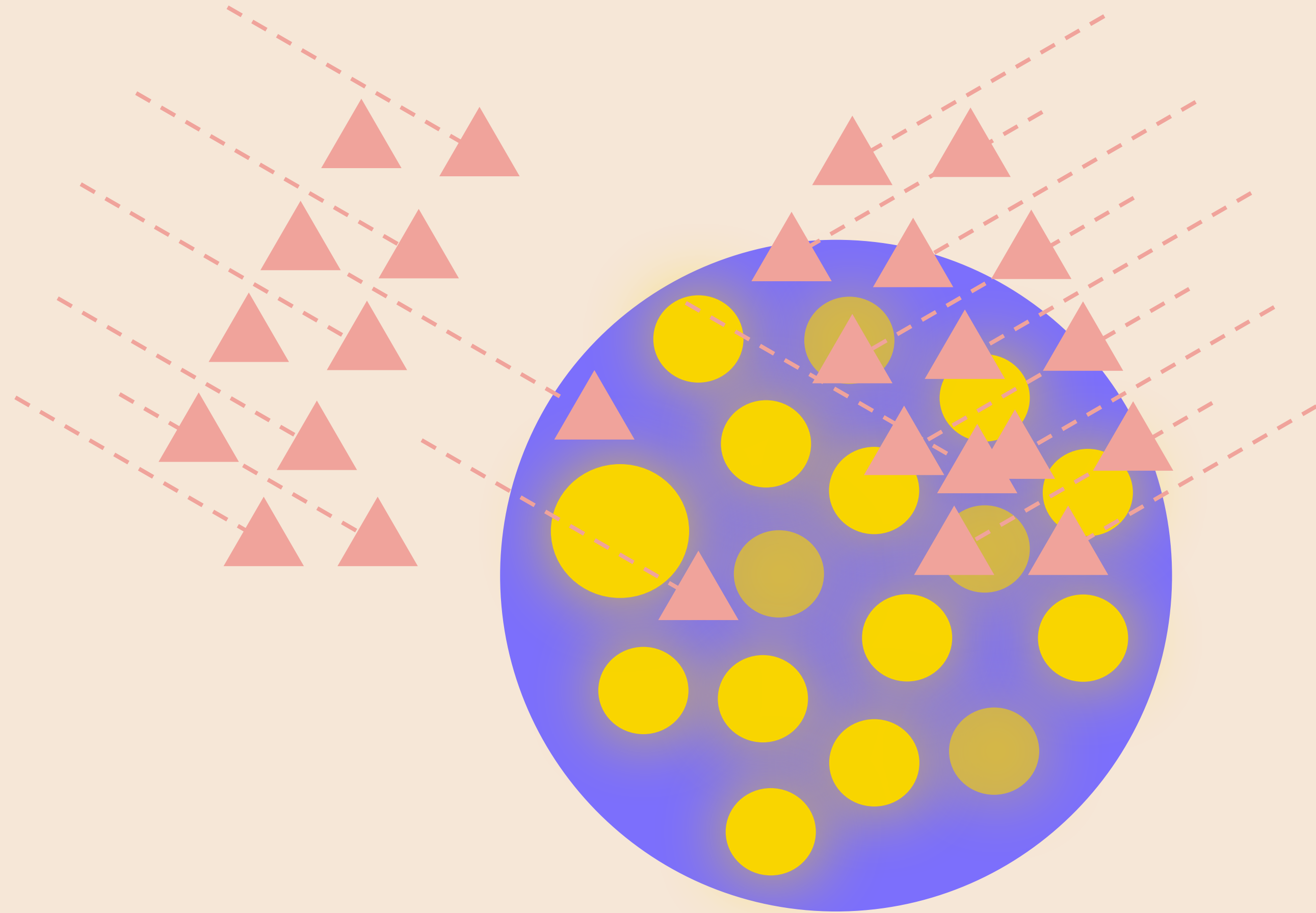




# Bisherige Perspektive auf organisationale Resilienz



# Aktuelle Realität für organisationale Resilienz

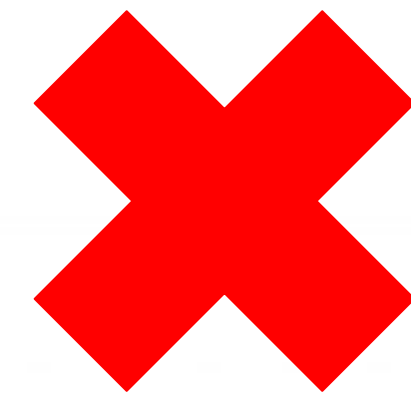


**Gleichzeitige  
Polykrise**

**Es gibt nicht DIE eine Antwort**



ONE SIZE  
FITS ALL



**Wir sollten bei organisationaler Resilienz so vorgehen, wie bei erfolgreichen Produktentwicklungen:**

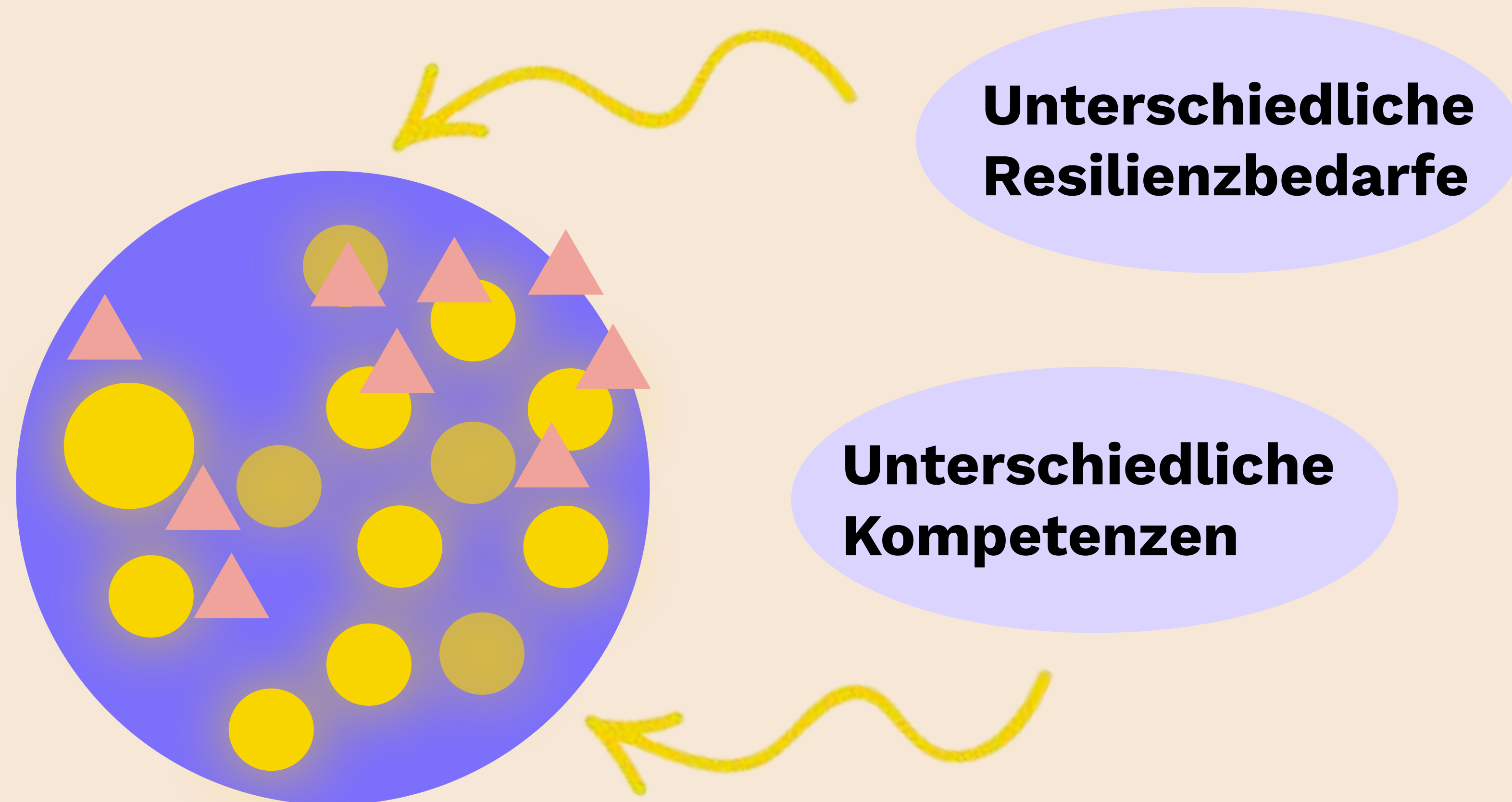
**WER BRAUCHT WAS ?**



**MADE TO  
MEASURE**



# Aktueller Hebel für organisationale Resilienz





# Vorgehensweise organisationale Resilienz - eine erprobte Empfehlung



- **Identifikation und Bedarfsanalyse** der Herausforderung konkreter Arbeitseinheiten, Teams und Führungskräften als Ausgangspunkt



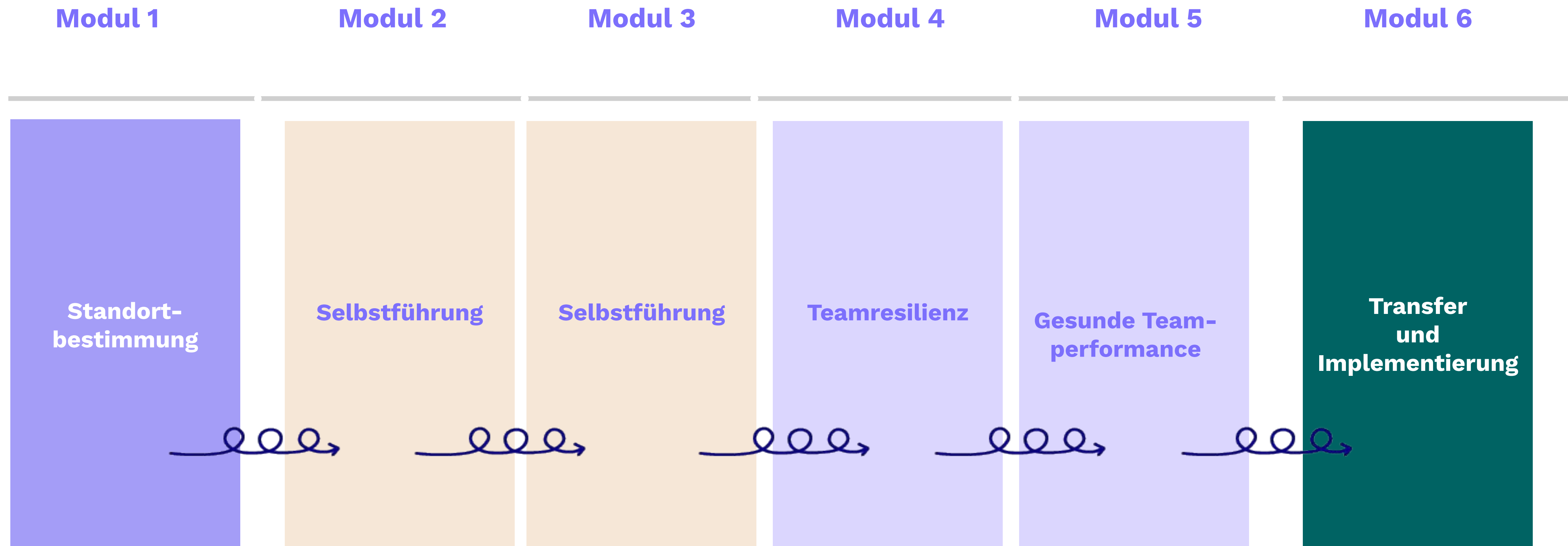
- **Praxisnahe Lösungsansätze, Verhaltensweisen und realistische Routinen** direkt in den Arbeitsalltag integrieren



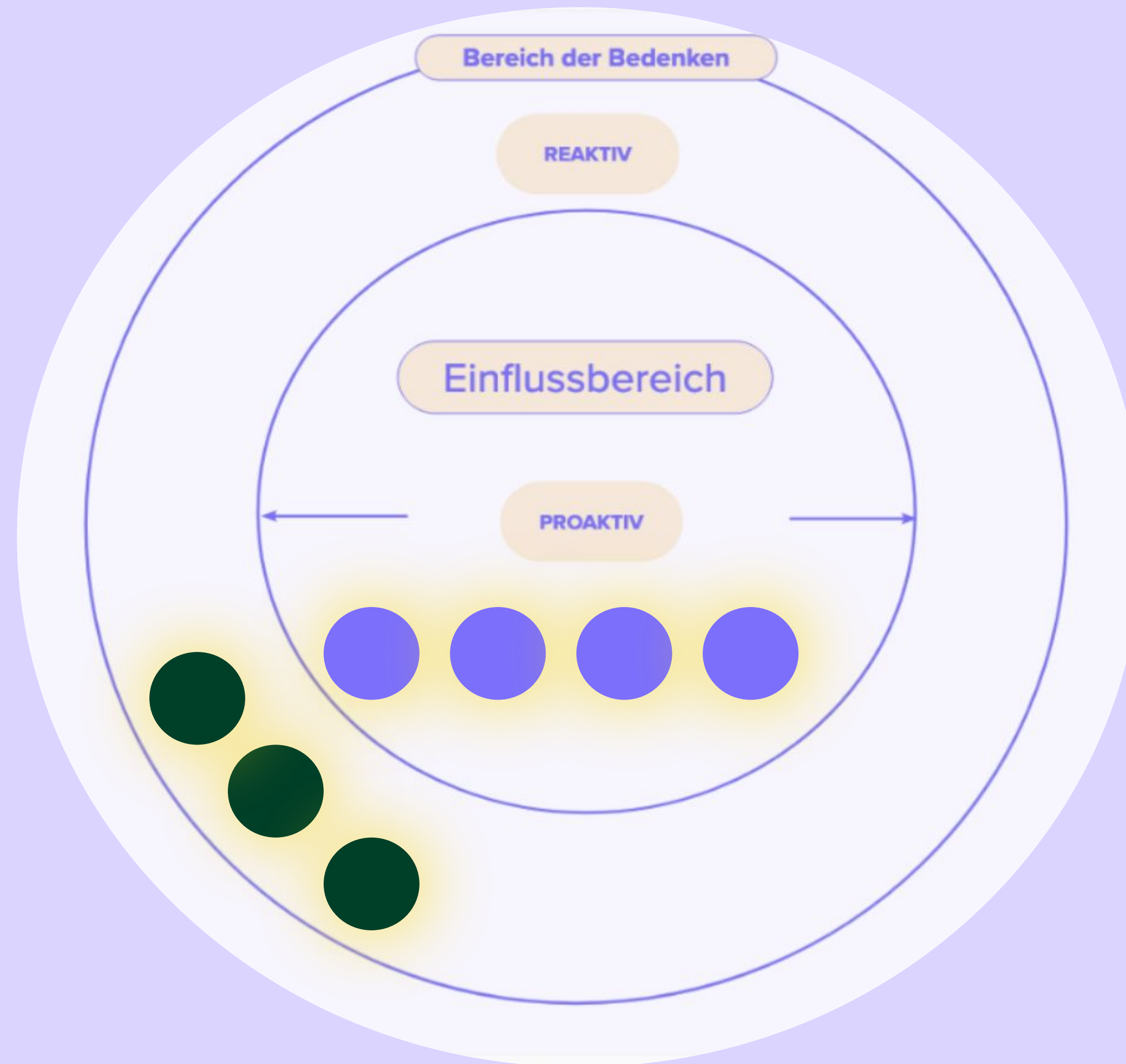
- **Fundierte Wissen und Sicherheit etablieren** aus Resilienz-, Stress- und Traumaforschung

# **embrace für Teams**

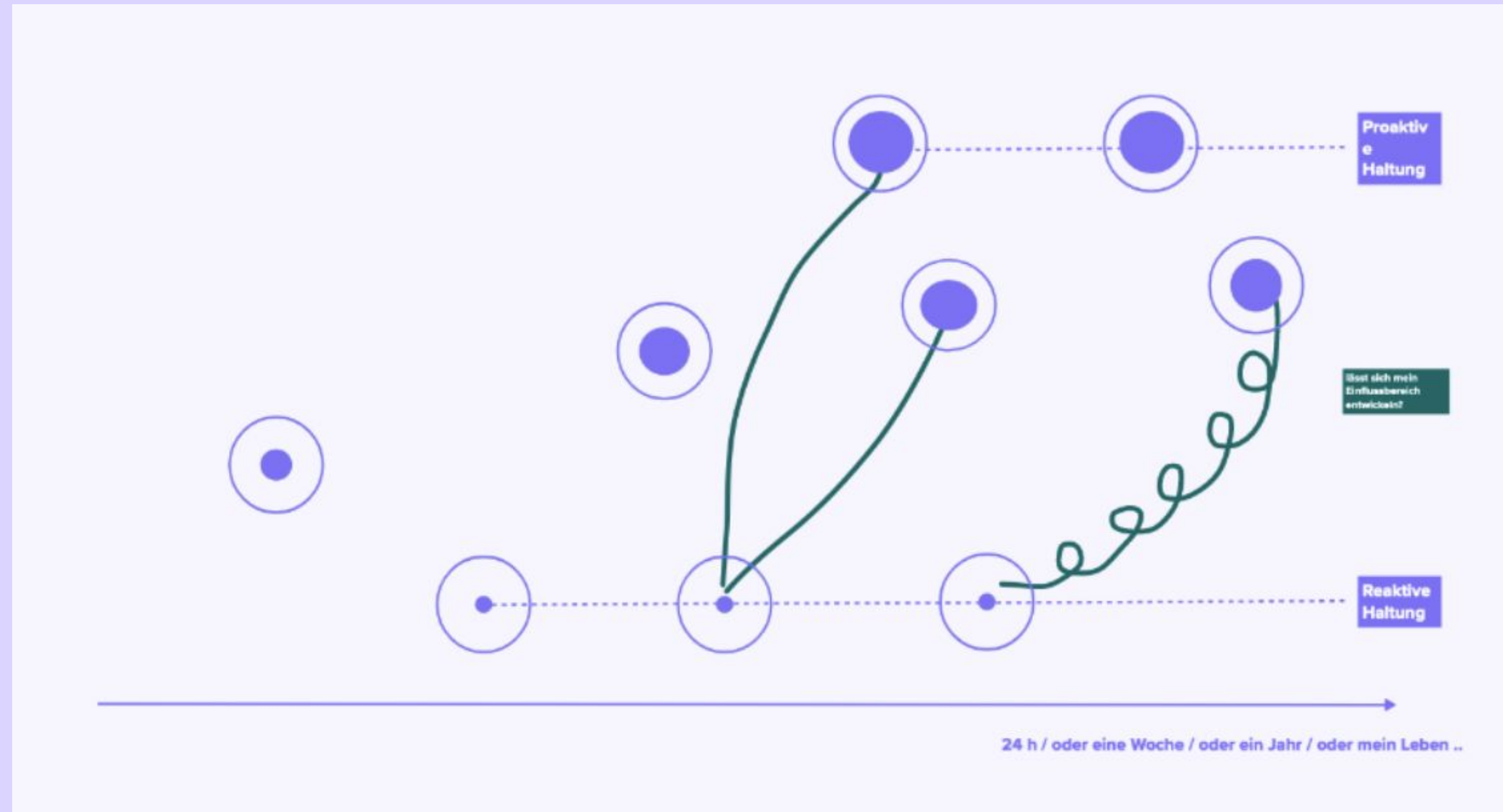
Unser konkretes Vorgehen



# TOOL: Den eigenen Handlungsspielraum als Team definieren und gestalten



# Den eigenen Handlungsspielraum als Team definieren und gestalten





# Auf dem Weg zu mehr Selbststeuerung – Micro Habits

## Einfach

## Offensichtlich



**“Turnschuhe an der Haustür”**

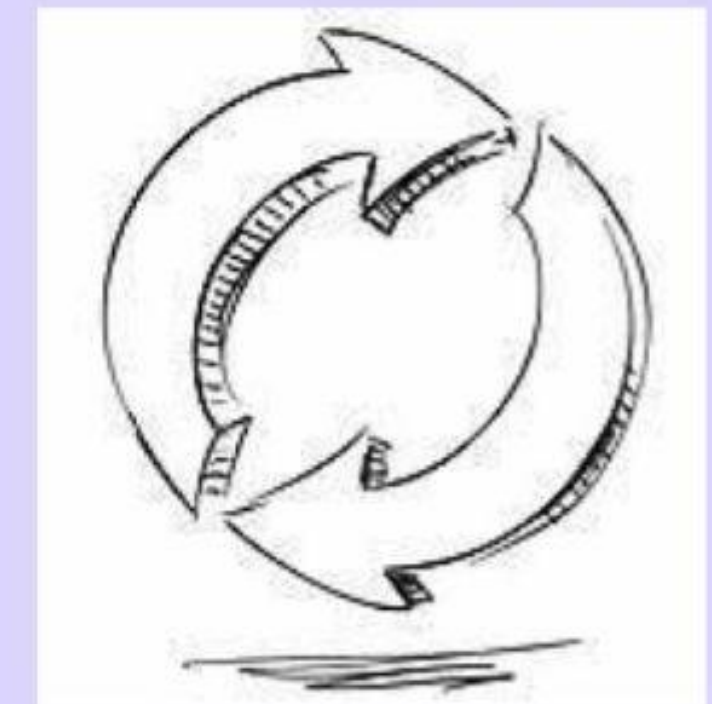


**Wecker am Arbeitsplatz**



**positiv formulieren  
und an eine bestehende  
Gewohnheit knüpfen**

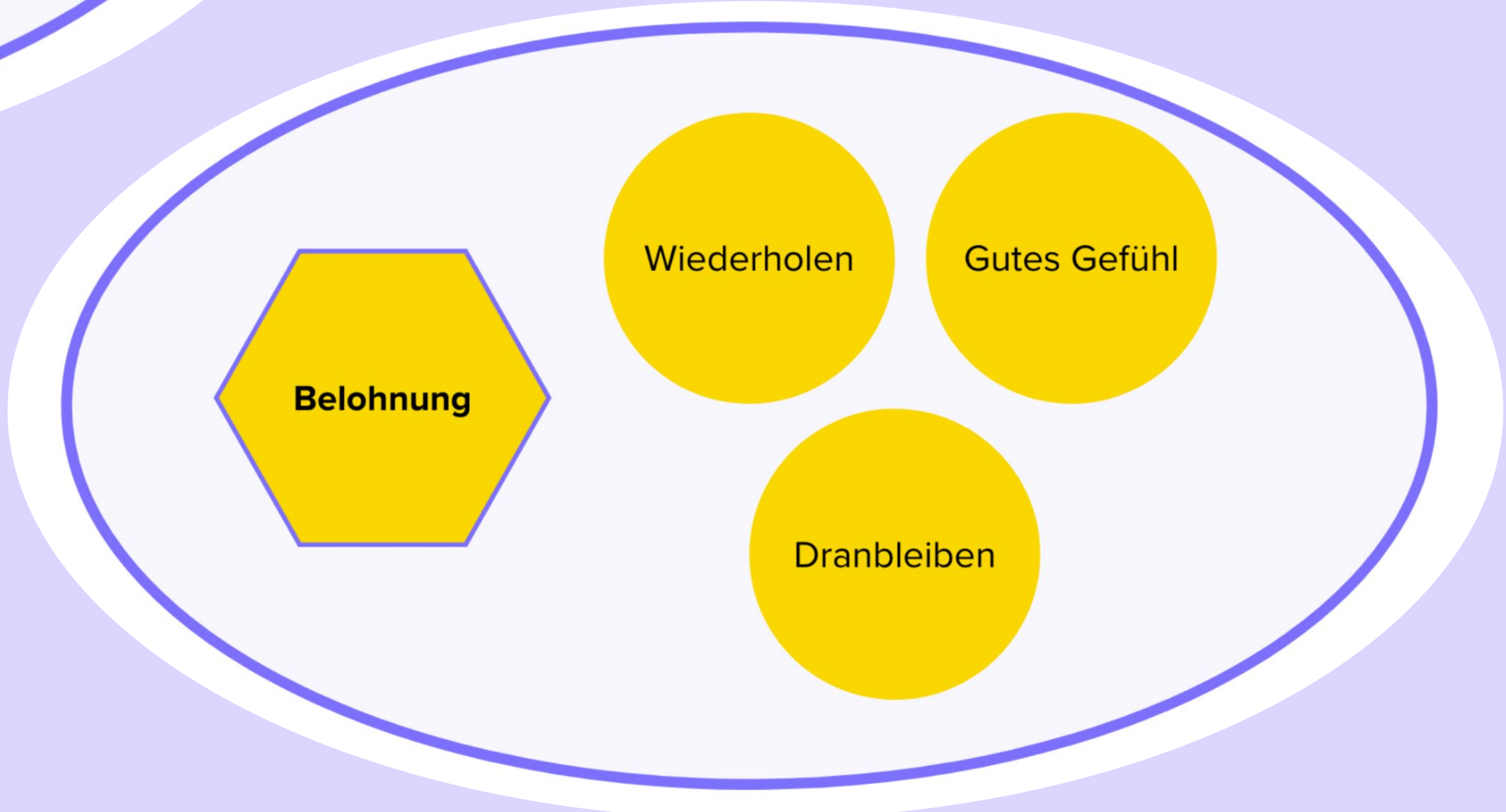
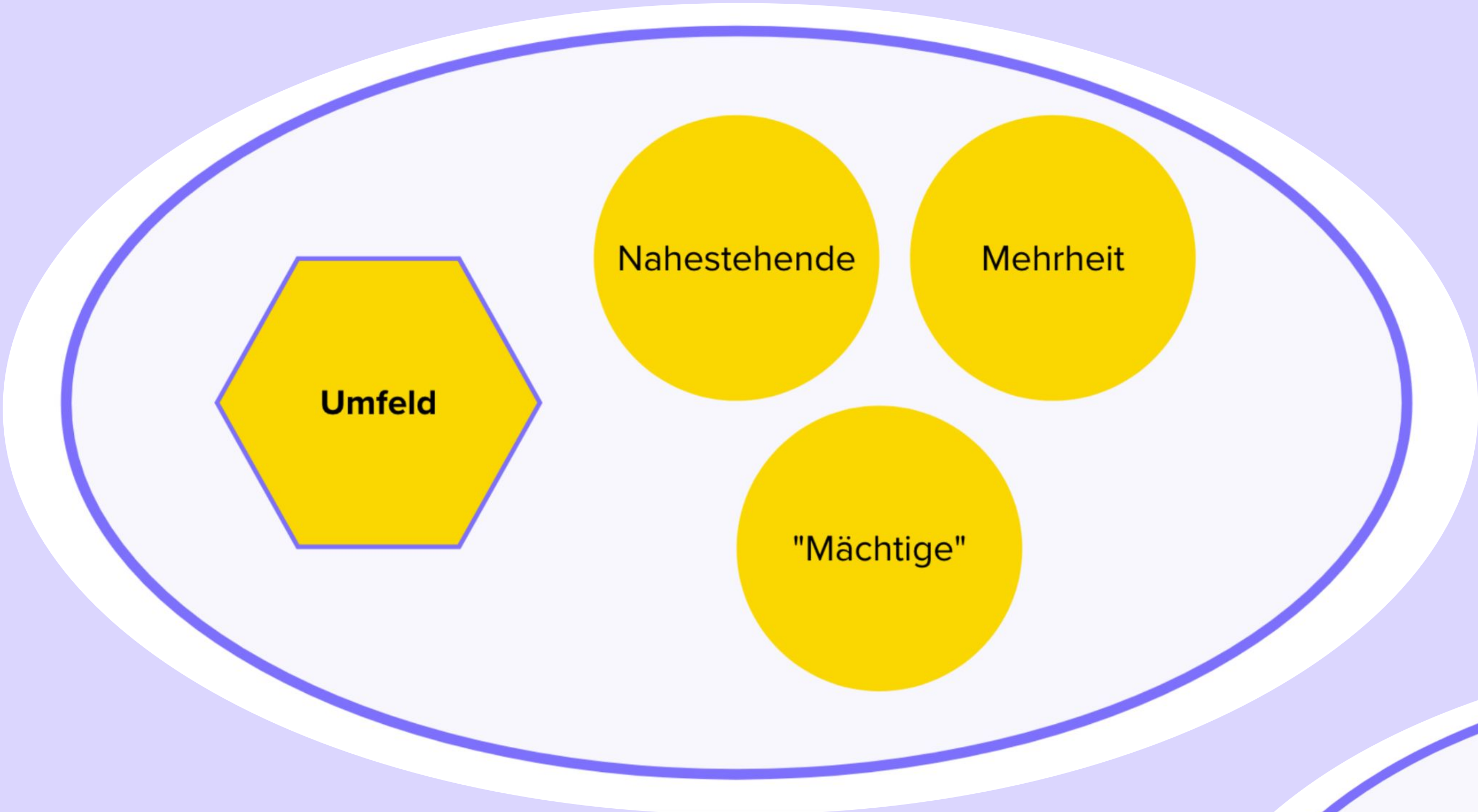
## Wiederholen



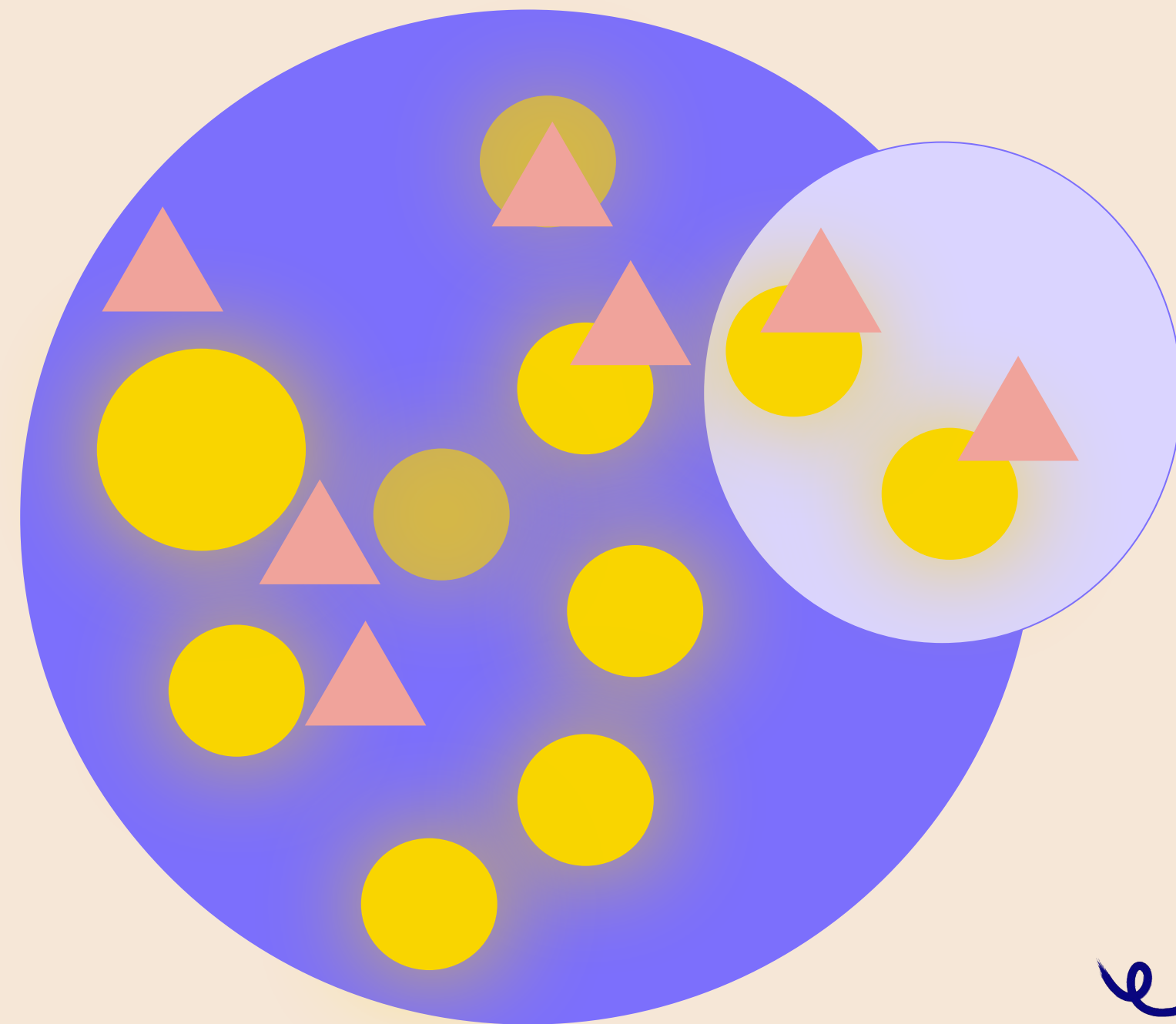
**Wiederholungen  
führen zu Routinen**



# Erfolgsfaktor Micro Habits



# Vorgehensweise organisationale Resilienz - eine erprobte Empfehlung



**interdisziplinäres Steuerungsteam**



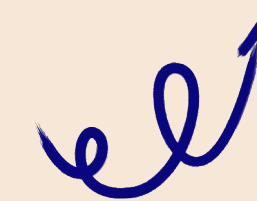
**Führungsebene**



**Teamebene**



**Testen, was wirklich hilft, und umsetzen**







# Vielen Dank!

**Josephine Belke**  
belke@thedive.com

**Nathalie Jauch**  
jauch@thedive.com

**TheDive GmbH**  
Uferstraße 6  
D-13357 Berlin

Mehr Info's findet du [hier](#).  
& unser kostenfreies Tool gibt  
es [hier](#) zum Download.

