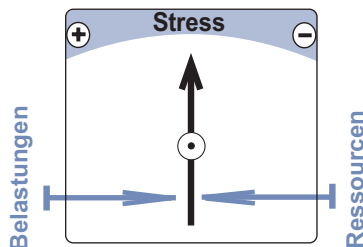


# Der Ressourcen- und Belastungs- Check

## Ein Angebot an Unternehmen zum Umgang mit psychischen Belastungen



**Ob Belastungen als Stress empfunden werden, hängt von den Ressourcen ab.** Dies gilt für Unternehmen oder Abteilungen wie auch für einzelne Beschäftigte in gleicher Weise. Belastungen und Ressourcen sind die Stellschrauben beim Umgang mit Stress.

**Eines haben Ressourcen und Belastungen gemeinsam:** Man nimmt sie nicht immer richtig wahr. Der Grund hierfür ist oft derselbe: Ein genaues Hinsehen erfordert erstmal einen gewissen Aufwand und bringt möglicherweise neue Erkenntnisse und Einsichten, die

ein Handeln erforderlich machen. Dies braucht ein wenig Mut.

### Wir unterstützen Sie bei der Bestandsaufnahme:

- Welche Belastungen bestehen wirklich?
- Wie wirken sie?
- Wie lassen sie sich beeinflussen?
- Welche Ressourcen, insbesondere humaner und sozialer Art, schlummern in Ihrem Unternehmen?
- Wie lassen sie sich aktivieren und sinnvoll nutzbar machen?

### Zur Methode:

Wir fragen, hören zu, beobachten, nehmen teil und sammeln so Informationen über die Arbeitssituation. Dies geschieht in Interviews, teilnehmender Beobachtung, Workshops, je nach Vereinbarung. Diese Informationen werden sorgfältig durch uns ausgewertet. Die Ergebnisse diskutieren wir anschließend ausführlich gemeinsam. Hierdurch entsteht eine neue Erkenntnisbasis, auf der dann geeignete Maßnahmen entwickelt werden.

Dieser hohe Aufwand an Vorarbeit hat einige Vorteile:

- die anschließende Umsetzung kann zügig geschehen
- Schnellschüsse, die meistens mehr Schaden als Nutzen bringen, werden verhindert
- Es wird eine stabile betriebliche Basis für Veränderungsschritte geschaffen
- Innen- und Außensicht wird sinnvoll gekoppelt
- Der Aufwand im Betrieb bleibt, gemessen an der Qualität der Ergebnisse, gering.

### Wie sieht das konkret aus?

- In einem Erstgespräch klären wir eine mögliche Zusammenarbeit ab und vereinbaren den zeitlichen und inhaltlichen Rahmen.
- Die Informationssammlung benötigt je nach Betriebs- oder Abteilungsgröße zwischen 2 und 4 Tagen.
- Für die Auswertung benötigen wir ca. 2 Wochen.
- Für die gemeinsame Diskussion der Ergebnisse, die Entwicklung von geeigneten Maßnahmen und Umsetzungsstrategien sollten wir uns zwischen einem halben und einem Tag Zeit nehmen.
- Falls sie eine anschließende Begleitung bei der Umsetzung wünschen, können wir diese getrennt vereinbaren.



## Warum machen wir dieses Angebot?

Für uns ist dieses Angebot eine Maßnahme der Prävention. Gesunderhaltung und Entwicklung braucht einen Wechsel aus Spannung und Entspannung, aus Handeln und Reflexion. Vorübergehendes Arbeiten an der Leistungsgrenze kann Lernen und damit Ressourcenzuwachs bedeuten, dauerhaftes Arbeiten über der Leistungsgrenze begünstigt aber Krankheit und erschwert die Integration von behinderten Menschen. Ein Unternehmen, das fordert aber nicht permanent überfordert, verhält sich daher präventiv.

## Wo liegt der Nutzen für ein Unternehmen?

Welchen Nutzen Sie aus diesem Angebot ziehen können, werden Sie selbst am besten sagen können. Vielleicht stellen Sie sich folgende Frage: Woran würden Sie merken, dass ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter ständig unter Stress stehen? Zum Beispiel an

- einer ständig gereizten, verdeckt aggressiven Atmosphäre
- innerer Verweigerung, Desinteresse
- schlechter Arbeitsqualität
- Mobbing
- an ... ?

Eine Überforderung zuzugeben heißt ein Tabu zu brechen. Die Folgen dauerhafter Überforderung zeigen sich daher sehr spät und auch nur indirekt, vorher werden sie lange versteckt: Aggressionen zeigen sich möglicherweise gegenüber Kunden eher als im Betrieb, Verweigerung und Desinteresse lässt sich perfekt tarnen, die Arbeitsqualität ist im Dienstleistungsbereich nur sehr schwer messbar und wenn Ihnen klar wird, dass in Ihrem Betrieb gemobbt wird, ist schon viel an sozialem Miteinander zerstört.

## Für wen gilt dieses Angebot?

Dieses Angebot gilt für private und öffentliche Unternehmen bzw. Abteilungen. Es ist kostenfrei.



Paul Klee Hauptwege und Nebenwege 1931

## Was halten Sie von folgenden Thesen?

- Der aktive Umgang mit psychischen Belastungen ist eine betriebliche Schlüsselqualifikation.
- Die Lebensdauer eines Unternehmens – nicht unbedingt der kurzfristige Gewinn - hängt davon ab, wie es seine Ressourcen entwickelt und ausbaut.
- Neben den finanziellen und technischen Ressourcen ist dies vor allem das Human- und Sozialkapital.
- Die Entwicklung der Human- und Sozialressourcen erfordert einen Umgang mit psychischen Belastungen, der deren stimulierende Wirkung nutzt, gleichzeitig aber dauerhafte Über- und Unterlastung vermeidet.
- Ein derartiger Umgang mit psychischen Belastungen bietet sehr gute Voraussetzungen für die Gesunderhaltung der Beschäftigten und die Integration von behinderten Menschen.

---

## Wir freuen uns auf die Diskussion:

Landschaftsverband Westfalen Lippe  
Integrationsamt  
Warendorferstr. 21-23  
48133 Münster

Ansprechpartner:  
Reinhard Hötten  
reinhard.hoetten@lwl.org  
Tel: 0251 591 3763