

Das Training „BurnOn – Fit für eine starke Führung“

Ergebnisse des Evaluationsberichts - Überblick

Die Führungskräfte ...

- erkennen ihre Bedeutung für die Gesundheit der Belegschaft.
- wissen, dass Leistung und Regeneration zusammen gehören.
- achten auf die Einhaltung der Pausen.
- beachten die Belastungen, die der Belegschaft zugemutet werden können.
- achten gerade in Phasen hoher Beanspruchung auf ausreichende Erholungsmöglichkeiten.
- versuchen die Belegschaft frühzeitig in die Planungen einzubeziehen, um Anforderungen verständlich zu machen.
- erkennen, dass ein wertschätzender Umgang mit der Belegschaft die Erfolgsaussichten verbessert.

Die Führungskräfte sagen: ...

- „Das Training ist nützlich für die eigene Tätigkeit“ – 90%
- „Das Training kann ich weiterempfehlen“ – 87%

Ergebnisse des Evaluationsberichts - Details

Personale Perspektive der Führungskraft

Nach Abschluss des Trainings stimmen 90% zu, dass Leistungskraft und Regeneration einander bedingen.

Die Zustimmung zur Aussage „Bevor ich etwas für die Erholung tue, muss eine begonnene Arbeit abgeschlossen sein“ sinkt von 83% auf 74%.

Deutlich haben sich Aussagen verändert, die die Erholungsplanung beschreiben. („Ich plane Erholung als wichtigen Bestandteil in meinen Tagesablauf ein“ stieg von 35% auf 59% und „Ich verschaffe mir genügend Möglichkeiten zur Erholung“ von 40% auf 51%.)

Organisationale Perspektive der Führungskraft

Nach Abschluss der Maßnahme stimmen 92% der Aussage zu, dass sie als Vorgesetzte einen großen Einfluss auf die Gesundheit der Mitarbeiter haben (vorher 83%)

87% der Führungskräfte ist bewusster geworden, dass ihr Verhalten eine Vorbildfunktion hat und dass ein wertschätzender Umgang die Erfolgsaussichten verbessert.

94% der Führungskräfte achten häufiger darauf, ob Veränderungen zum bestehenden Zeitpunkt den Mitarbeitern zugemutet werden können. Die Zustimmung zur Aussage „In Phasen hoher Belastung Sorge ich für ausreichende Erholung für meine Mitarbeiter“ steigt signifikant(!) von 40% auf 54%.

Die Aussage „Ich bespreche zu erwartende Mehrarbeit in meinem Team frühzeitig“ steigt signifikant (!) von 64% auf 84%.

Der Zustimmungswert zu „Durch die Trainingsmaßnahme wurde mir bewusster, dass ich meine Mitarbeiter bei Veränderungen mitnehmen muss“ liegt bei 81%.

90% der Führungskräfte gaben an, durch das Training „ist mir deutlicher geworden, dass ein wertschätzender Umgang die Erfolgsaussichten verbessert“.

Regenerationsroutinen

Individuelle Perspektive: Die größte Zustimmungssteigerung erfährt die Aussage, dass man Erholung stärker einplane (von 35% auf 59%, statistisch höchst signifikant) und man sich genügend Erholung verschaffe (von 40% auf 51%).

Organisationale Perspektive: 78% der Führungskräfte schätzen ein, das Training habe bewirkt, dass sie „mehr auf die Einhaltung von Pausen achten“.

Interpretation der Ergebnisse

- Insgesamt erfuhr das Training in der abschließenden Bewertung eine sehr hohe Akzeptanz. Diese überaus positive Bewertung drückt sich auch in den relativ hoch bewerteten einzelnen Wirkungsweisen für eine strukturierte Erholung aus.
- Das Training trägt dazu bei, die Ausgewogenheit von Erholung und Verausgabung besser herstellen zu können.
- Mit dem Training wird ein aktives Erholungsverständnis bei Führungskräften verankert.
- Führungskräfte werden durch das Training dazu motiviert, in ihrem betrieblichen Verantwortungsbereich aktiv für eine ausgewogenere Gestaltung von Verausgabung und Erholung zu sorgen.
- Das Training trägt dazu bei, dass Führungskräfte Regenerationsroutinen für sich selbst und für ihren betrieblichen Verantwortungsbereich entwickeln und in den Arbeitsalltag integrieren.
- Erholung als bisher vernachlässigter aber bei wachsenden Arbeitsanforderungen zunehmend wichtiger werdender Faktor zum Erhalt von Arbeitsfähigkeit und Produktivität wurde damit messbar vermittelt. Im Mittelpunkt steht dabei der Verhaltensvorsatz. Die direkte Umsetzung in aktives Verhalten konnte wegen der kurzen Laufzeit der Untersuchung nicht ermittelt werden.
- Veränderungen innerer Haltungen konnten dagegen nicht festgestellt werden. Von dem Training gehen allerdings Anregungen für die Überprüfung solcher Überzeugungen aus.
- Trotz des voraussetzungsvollen Ansatzes der leiborientierten Übungen konnten das Verständnis und die Akzeptanz für dieses Konzept bei der Mehrheit der Führungskräfte verankert und für die meisten ein Zugang zu den Übungen geschaffen werden.
- Ressourcenschonende Verausgabungsrountinen in den Aspekten Transparenz, Handlungsspielräume und Wertschätzung konnten Führungskräften nachvollziehbar verdeutlicht werden. Die Verankerung von funktionalen und damit stressreduzierenden Verausgabungsrountinen erfolgte am stärksten in den Aspekten Transparenz und Wertschätzung.
- Das Training trägt dazu bei, einen präventiv wirksamen Transfer von gesundheitsbezogenem Wissen zu organisieren. Aus diesem Wissen heraus konnten die teilnehmenden Führungskräfte Verhaltensvorsätze formulieren, die sie dabei unterstützen, Verausgabung und Erholung im Arbeitsalltag ausgewogen zu gestalten. In die Erschöpfung führende Verausgabungsrountinen können so nach und nach ersetzt werden durch Arbeitsrountinen, die trotz hoher Belastung die Arbeitsfähigkeit schützen.

Schlussfolgerung: Das Training „BurnOn – Fit für eine starke Führung“...

- unterstützt Führungskräfte dabei, gesundheitsförderliche Arbeitsrountinen einzuführen.
- qualifiziert Führungskräfte, Ressourcen zu schonen, indem unnötige Belastungen vermieden werden.
- fördert die Fähigkeit, Verausgabung und Erholung im Alltag ausgewogen gestalten zu können.
- führt zu der Erkenntnis, dass Regeneration eine Investition in die Leistungsfähigkeit ist.
- wird von den Führungskräften angenommen und sehr geschätzt, obwohl es hohe Anforderungen an persönliches Neudenken stellt.