

21.03.2023 | "Gesunde Hochleistung: Zwischen Geschwindigkeit und der Beschleunigungsfalle"



Vertraulichkeitsstufe: INTERN

Wie schnell laufen die Hauptstädter?

(Sekunden pro 60ft.)

- 1) Singapore (Singapore): 10.55
- 2) Copenhagen (Denmark): 10.82
- 3) Madrid (Spain): 10.89
- 4) Guangzhou (China): 10.94
- 5) Dublin (Ireland): 11.03
- 6) Curitiba (Brazil): 11.13
- 7) Berlin (Germany): 11.16
- 8) New York (United States of America): 12.00
- 9) Utrecht (Netherlands): 12.04
- 10) Vienna (Austria): 12.06
- 11) Warsaw (Poland): 12.07
- 12) London (United Kingdom): 12.17

.....

- 30) Bern (Switzerland): 17.37



30% schneller als 1990

Quelle: reuters.com (2007), Bild: unsplash.com



Vertraulichkeitsstufe: INTERN
Seite 2

Herausforderungen

Matrialverfügbarkeiten
Lieferfristen

Hohe Arbeitslast
Gesundheit der Mitarbeitenden
Verteilung der Arbeit

Anzahl Kundenanfragen
wenig Verständnis der Kunden

Personalmangel
Einführung neuer Mitarbeitenden

Produktinnovation

Prozessabwicklung

Qualitätssicherung

Offerten & Administration

Planung
Termineinhaltung
Inbetriebnahmen

Quelle: Vorabbefragung Beschleunigungsfalle, 2023



Vertraulichkeitsstufe: INTERN
Seite 3




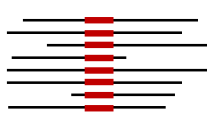

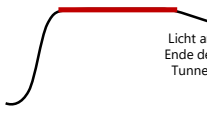


Definition: Beschleunigungsfalle

Die Beschleunigungsfalle beschreibt eine kollektive Überlastung im Unternehmen.

Sie reicht von einer phasenweisen Überhitzung bis hin zu einem organisationalen Burnout.

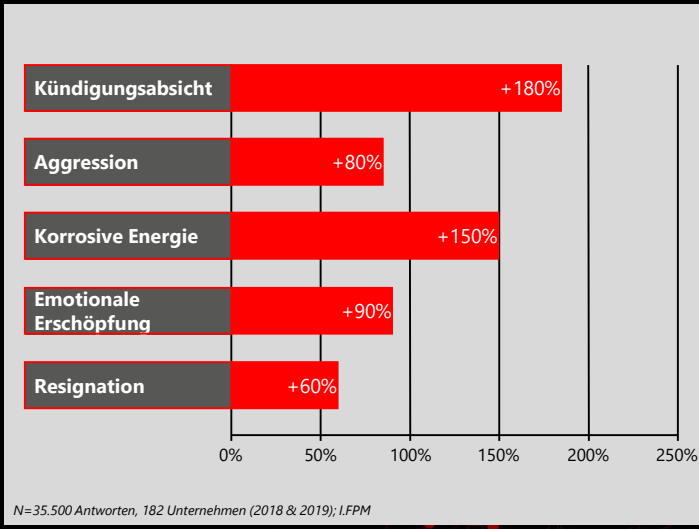
Die Beschleunigungsfalle – Dimensionen

 <p>Überbelastung Unternehmen betreiben zu viele Aktivitäten, die ihre Ressourcen übersteigen</p>	
 <p>Mehrfachbelastung Unternehmen betreiben zu viele und verschiedene Aktivitäten; Mangel an Fokus</p>	
 <p>Dauerbelastung Unternehmen gewähren zu wenig Regenerierungsmöglichkeiten; dauerhaftes Operieren an der Kapazitätsgrenze</p>	 <p>Licht am Ende des Tunnel?</p>



Quellen: Bruch & Menges (2010) / Bruch & Vogel (2011) / Bruch & Kowalewski (2012)


Konsequenzen der Beschleunigungsfalle




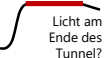
Ziel: Gesunde Hochleistung Strategien zur Überwindung der Beschleunigungsfalle

Identifizieren & Adressieren
Überwinden & Abgrenzen
Energie tanken

- **Messung:** Status Quo & Ursachen-analyse
- **Sensibilisierung** für Symptome
- **Gemeinsames Verständnis**








- **Priorisierung:** stop doing
- **Fokus** setzen
- **Pit-stop Kultur** und «Abpfeifen»

re-energize



Vertraulichkeitsstufe: INTERN
Seite 7

Auswahl an Lösungsansätzen des Webinars

- 1

Strategie & Fokus - definieren

Fokus aufs Kerngeschäft / Selektive Auswahl von Projekten
- 2

Kundenkommunikation

Totale Transparenz gegenüber Kunden mit klar definierten Prozessen (Bsp.: Absagemanagement)
- 3

Materialverfügbarkeit verbessern


Lageraufbau (evt. mit anderen Unternehmen der Branche)
- 4

Mitarbeitende

Zugehörigkeitsgefühl fördern durch Informationen, kleine Gespräche bei Kaffee oder Feierabendbier
- 5

Strukturen, Ziele & Pausen

Resiliente, fehlertolerante Strukturen, reelle Ziele/Fristen & Break schaffen



Quelle: Swissolar Webinar „Vorsicht Marktüberhitzung“, 7.3.2023
Vertraulichkeitsstufe: INTERN
Seite 8



Stoppen Sie unnütze Arbeiten So wird's gemacht

- # **STOPP:** Stoppen Sie unwichtige Aufgaben. Überprüfen Sie vorher die Wichtigkeit genau.
- # **AUTOMATISIEREN:** Automatisieren Sie einfache, unbedeutende Aufgaben.
- # **STARTEN SIE BEI SICH:** Reduzieren Sie Ihren Aufgabenbereich und kommunizieren Sie dies offen.
- # **ZEITBLOCKER:** Blocken Sie bewusst Zeit für sich. Lassen Sie die Kollegen wissen, wann Sie für Unterbrechungen zur Verfügung stehen und wann nicht.

Quelle: Claman (2016), Stop Doing Low-Value Work

Gesund führen – Vorbild sein

Wichtigkeit

- Sorge um und Verantwortung für die Gesundheit von Mitarbeitern
- Bewusstsein für Risiken von beruflichem Stress und erkennen von Handlungsbedarf

„Ich bin nicht bereit, wegen der Arbeit die Gesundheit meiner Mitarbeiter zu riskieren.“

Achtsamkeit

- Angemessene Einschätzung des Stresslevels der Mitarbeiter
- Erkennen von Anzeichen der Belastung bei Mitarbeitern

„Bei meinen Mitarbeitern achte ich bewusst auf gesundheitliche Warnsignale.“

Führungsverhalten

- Schaffung gesundheitsförderlicher Arbeitsbedingungen
- Befähigung und Ermutigung der Mitarbeiter zu gesunder Selbstführung

„Ich Sorge mit der Verbesserung der Arbeitsbedingungen dafür, dass Belastungen reduziert werden.“

Vorbild

- Gesunde Selbstführung der Führungskraft als Leitbild für Mitarbeiter
- Führungskraft als Vorreiter von gesundem Verhalten

„Ich versuche, bezogen auf Gesundheit, meinen Mitarbeitern ein gutes Vorbild zu sein.“

Bruch & Kowalewski (2013), Franke & Felte (2011)



Vertraulichkeitsstufe: INTERN
Seite 10

Der Weg zur gesunden Hochleistung

#

Beschleunigungsfälle (an-)erkennen und sich nicht im Detail verlieren.

#

Fokus, Priorisierung und Pit-stops können viel bewirken!

#

Gesunde Führung für Sie und Ihre Mitarbeitenden.

#

re-energize



Vertraulichkeitsstufe: INTERN
Seite 11

Ihr Kontakt



Angelika Leemann
Senior Consultant

angelika.leemann@energyfactory.com



energy factory St. Gallen AG
Zürcher Strasse 204f
CH-9014 St. Gallen

Phone: +41 71 277 8089
www.energyfactory.com

Die energy factory begleitet Organisationen bei Transformationen & Leadership-entwicklung und ist Partner und Pionier für Zukunftsthemen.

Dabei stützen wir uns auf neueste Praxiserfahrungen, moderne Theorien und datenbasierte Evidenz.