



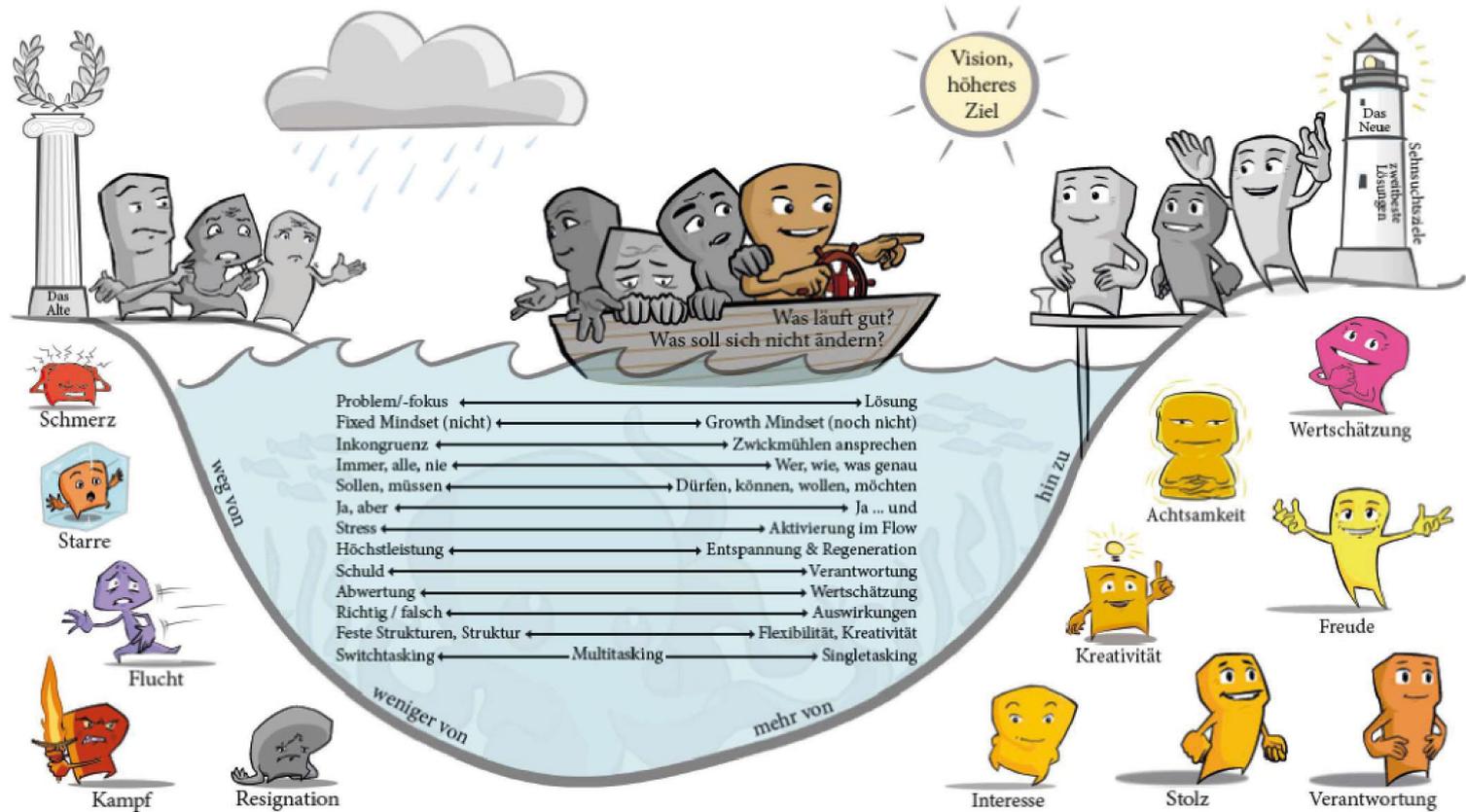
**M**anagement – **A**viation – **R**isk

# HF Trainer-Ausbildung

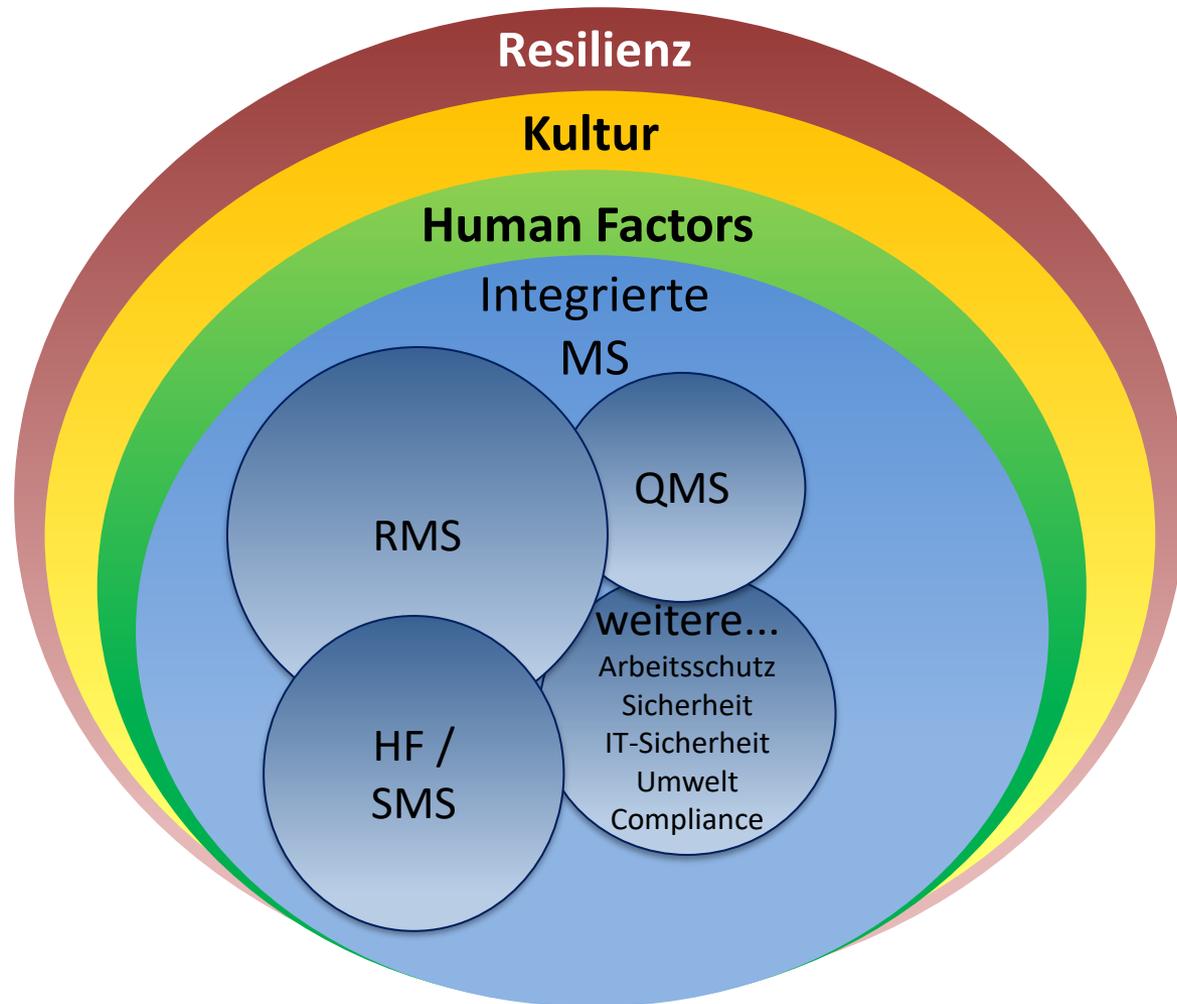
Maic Täuber

Version 5.0, TAU, 09.03.2021

# Resilienz



# Organisationskonzept



# Resilienzentwicklung nach EASA

---

HF-Schulungen sollten sich mit den Hauptaspekten der Resilienzentwicklung befassen. Das Training sollte Folgendes umfassen:

➤ Mentale Flexibilität

Das Personal sollte ...

- ✓ verstehen, dass mentale Flexibilität notwendig ist, um kritische Veränderungen zu erkennen;
- ✓ über ihr Urteil nachdenken und es an die besondere Situation anpassen;
- ✓ feste Vorurteile und übermäßiges Vertrauen in Standardlösungen vermeiden; und
- ✓ offen bleiben für sich ändernde Annahmen und Wahrnehmungen.

➤ Leistungsanpassung

Das Personal sollte ...

- ✓ eingefrorenes Verhalten, Überreaktionen und unangemessenes Zögern abmildern; und
- ✓ Aktionen an die aktuellen Bedingungen anpassen.

## Definition

---

Unter Resilienz versteht man die Fähigkeit von **Individuen** oder **Systemen**, erfolgreich mit *(unvorhergesehenen)* belastenden Situationen (z.B. Misserfolgen, Unglücken, Notsituationen, traumatischen Erfahrungen, Risikosituationen u.ä.) umzugehen.

# Persönliche Resilienz

---

Es gibt verschiedene Resilienz-Modelle.  
Am populärsten und weitesten verbreitet ist die  
Unterscheidung in sieben Resilienzfaktoren.  
Diese werden in verschiedenen Publikationen  
auch als die  
**„7 Säulen der Resilienz“**  
bezeichnet.

# Säule 1

---

- ✓ Akzeptanz
  - Das unvermeidbare akzeptieren
  - Tatsachen als solche anerkennen
  - Chancen erkennen
  - Impulse kontrollieren
  
- Strategie & Planung
- Dinge zu Ende bringen
- Disziplin

## Säule 2

---

- ✓ Bindung
  - Respekt, Lob, Anerkennung
  - Beziehungen gestalten
  - Verlässliches Umfeld
  - Kontakte, Netzwerke
  
- Empathie

## Säule 3

---

- ✓ Gesunder (realistischer) Optimismus
  - Realistisch sein
  - Stärken stärken
  - Haltung (Am Ende wird alles gut!)
  
- Grundlage für RM
  - gute Entscheidungen

# Säule 4

---

- ✓ Ziel- / Lösungsorientierung
  - Keine Opferrolle
  - Zukunft planen
  - (Realistische) Ziele benennen
  - Denken in Lösungen
  - Eigenverantwortlichkeit
  - Analyse / Aus Fehlern lernen
  
- Auch >>> Erfolge feiern!!!

# Säule 5

---

- ✓ Selbstwahrnehmung
  - Wer bin ich? Wer bin ich nicht?
  - Wie viele bin ich?
  - Antreiber und Werte
  - Emotionen steuern
  
- Leistungsfähigkeit wird nicht durch Ärger vermindert (Ich bin nicht gemeint!)

## Säule 6

---

- ✓ Selbstreflexion
  - Kausalanalyse
  - Ziele evaluieren
  - Entscheidungshilfen
  - Positiver Fokus
  - Kausalanalyse
  
  - Fehlermanagement  
... aber auch...
  - Eigene Erfolge erkennen!

# Säule 7

---

- ✓ Selbstwirksamkeit
  - Handlungskontrolle / Verantwortung
  - Vertrauen in eigene Fähigkeiten
  - Ich-Zeit
  
  - Positive Lernerfahrungen

# Aufgabe

1. Wie können der Arbeitgeber / die Vorgesetzten Ihre Untergebenen/ Mitarbeiter stärken?
2. Wie kann HF-Training die Resilienz positiv beeinflussen?

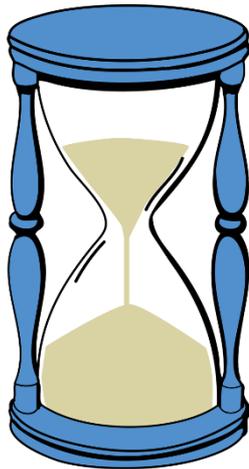


Bild von [Clicer-Free-Vector-Images](#) auf [Pixabay](#)

15 Minuten



Bild von [ElementsOfExploration](#) auf [Pixabay](#)

# HF-Themen

---

- **Human Error Management**                      **Fehlermanagement**
  - **Safety Cultur**                                      **Sicherheitskultur**
  - **Stress Management**                              **Stressbewältigung Belastungen**
  - **Information Management**                      **Informationsverhalten, SA**
  - **Decision Making**                              **Entscheidungsfindung**
  - **Communication Management**                      **Kommunikationsverhalten**
  - **Leadership**                                      **Führungsverhalten**
  - **Human Factors**                                      **Menschliche Faktoren /  
Leistung - Einschränkung**
  - **Operational Risk Management**                      **Operatives Risikomanagement**
  - **Teamwork**                                      **Teamverhalten / Individuum und Gruppe**
  - **Automation**                                      **Automatisierung**
  - **Professionalism and Integrity**                      **Professionalität und Integrität**
  - **Safety Culture, Organisational Factors**                      **Sicherheitskultur, organisatorische  
Faktoren**
-

# Persönliche Resilienz

## Risikofaktoren

Hohe Anforderungen /  
Erwartungen an sich selbst  
Nicht „Nein“ sagen können  
Perfektionismus  
Häufige Störungen  
Ineffiziente Arbeitsabläufe  
Unklare Vorgaben  
Schlechtes Arbeitsklima  
Zu wenig Regeneration  
Fehlende Unterstützung  
Informationsflut  
Angst vor Fehlern  
Mangelnde Wertschätzung

## ➤ Schutzfaktoren

- Psychologische Sicherheit
  - Gute Kommunikation
  - Empathie (kognitiv)
- Soziale Unterstützung
- Selbstwirksamkeitserwartung
- Kohärenzgefühl
  - Verstehbarkeit, Machbarkeit, Sinnhaftigkeit
- Selbstwertgefühl
- Optimismus
- Positive Emotionen
- Akzeptanz
- Lösungs- und Zielorientierung

(Mauritz 2018, BZgA 2014, Statista 2016)

# Definition

---

Unter Resilienz versteht man die Fähigkeit von **Individuen** oder **Systemen**, erfolgreich mit *(unvorhergesehenen)* belastenden Situationen (z.B. Misserfolgen, Unglücken, Notsituationen, traumatischen Erfahrungen, Risikosituationen u.ä.) umzugehen...  
**...und unter allen Umständen einen sicheren Ablauf zu gewährleisten.**

---

**Organisationale ...**

**Organisatorische ...**

**Systemische ...**

**Unternehmerische ...**

**... Resilienz**

---

# Definition gem. ISO 22316

---

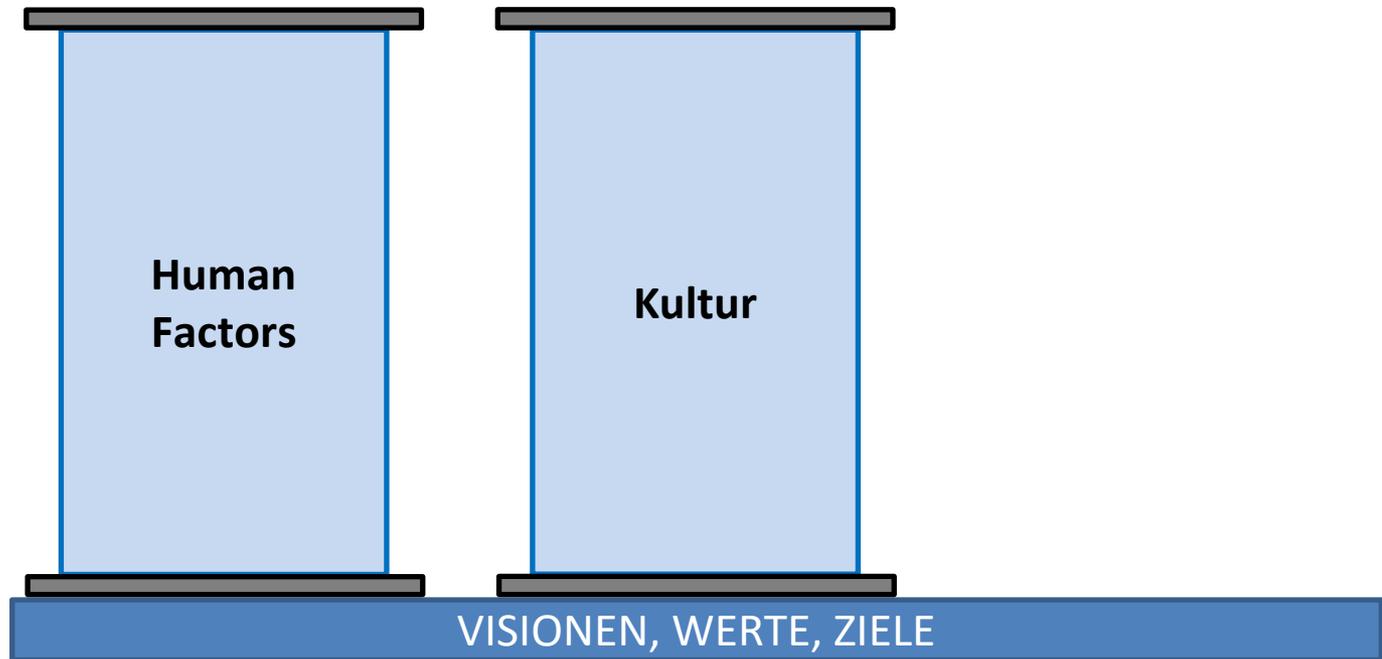
„Ability of an organisation to absorb and adapt in a changing environment“

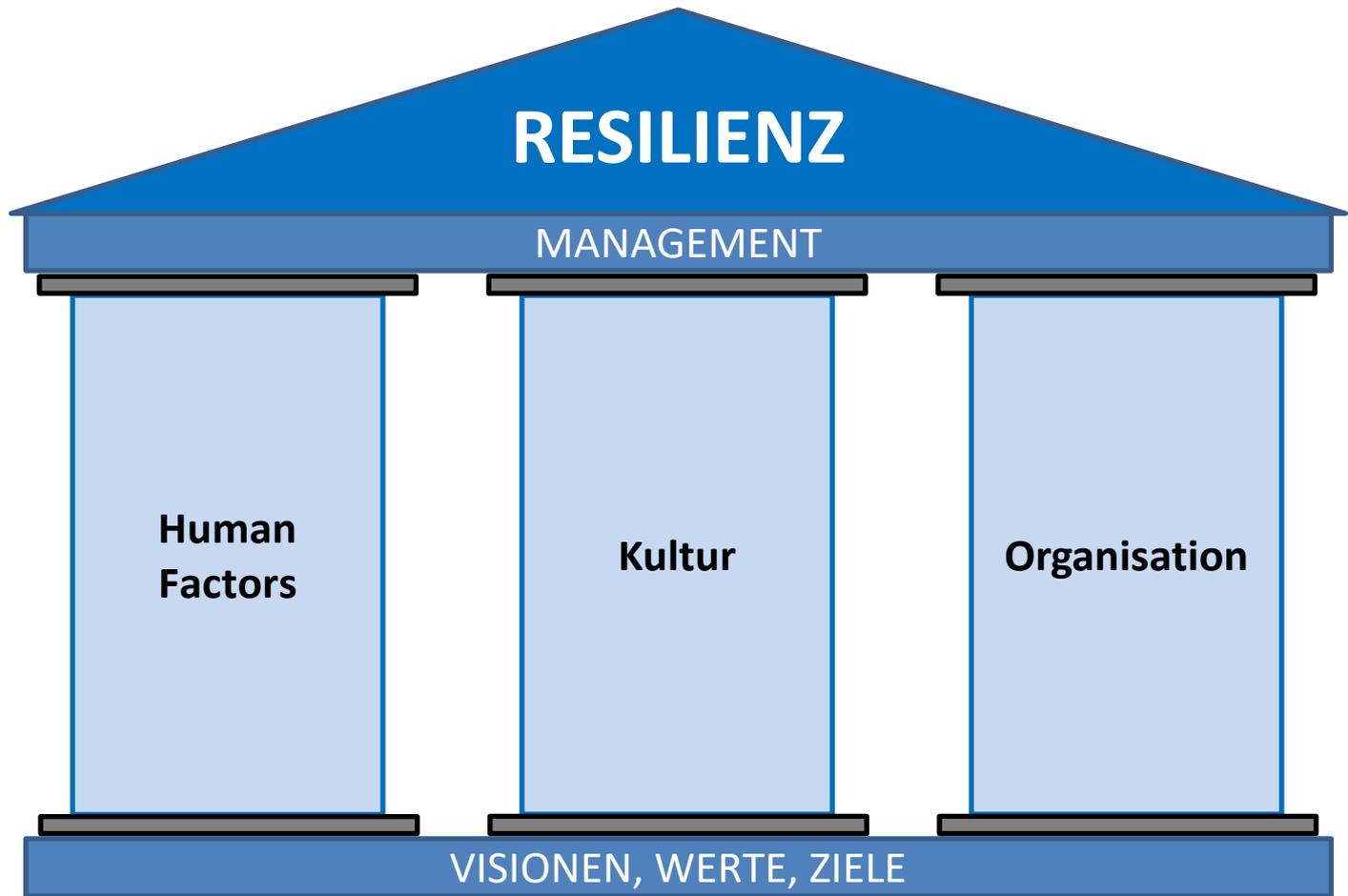
"Fähigkeit einer Organisation, sich in einer sich verändernden Umgebung zu integrieren und anzupassen"

# Merkmale

---

- Gemeinsame Vision und Transparenz
  - Umfeldanalyse
  - Führungsstärke
  - Kultur
  - Informationsaustausch
  - Resources
  - Managementstruktur
  - Kontinuierliche Verbesserung
  - Vorausschauende Veränderungen
-





# PAUSE

---



Bild von [Clker-Free-Vector-Images](#) auf [Pixabay](#)