

# Wie steht es um die Resilienz Ihres Teams?

## Ziel dieser Checkliste

Diese Checkliste unterstützt Führungskräfte dabei, die Resilienz ihres Teams realistisch einzuschätzen. Sie hilft, Belastungen frühzeitig zu erkennen, Strukturen zu reflektieren und konkrete Ansatzpunkte für Verbesserungen zu identifizieren.

## Anwendungshinweis

Nehmen Sie sich bewusst Zeit für die Beantwortung. Die Checkliste eignet sich:

- zur persönlichen Reflexion,
- als Vorbereitung auf Teamgespräche,
- oder als Grundlage für Weiterentwicklungsmaßnahmen.

Bewerten Sie jede Aussage ehrlich aus Ihrer Perspektive.

---

## A. Orientierung und Klarheit im Team

- In unserem Team sind Ziele und Prioritäten klar und nachvollziehbar.
- Mitarbeitende wissen, was aktuell wirklich wichtig ist – und was warten kann.
- Aufgaben, Rollen und Zuständigkeiten sind eindeutig definiert.
- Veränderungen werden erklärt und eingeordnet, nicht nur kommuniziert.
- Entscheidungen der Führung werden transparent gemacht.

### Reflexionsimpuls:

Wo fehlt Orientierung? Und wie wirkt sich das auf den Arbeitsalltag aus?

## B. Arbeitslast und Ressourcen

- Die Arbeitsmenge im Team ist grundsätzlich realistisch.
- Überlastungen werden wahrgenommen und ernst genommen.
- Es gibt Raum, Belastungsspitzen offen anzusprechen.
- Aufgaben werden priorisiert – nicht alles ist gleichzeitig „dringend“.
- Ressourcen (Zeit, Personal, Kompetenzen) werden regelmäßig überprüft.

### Reflexionsimpuls:

Wo entsteht Überlastung – strukturell oder situativ?

### C. Kommunikation und psychologische Sicherheit

- Mitarbeitende können Probleme offen ansprechen.
- Fehler werden als Lernchance betrachtet, nicht als persönliches Versagen.
- Rückmeldungen werden respektvoll und konstruktiv gegeben.
- Unterschiedliche Meinungen sind erlaubt und erwünscht.
- Konflikte werden angesprochen und nicht verdrängt.

#### Reflexionsimpuls:

Fühlen sich Mitarbeitende sicher genug, ehrlich zu sein?

### D. Zusammenarbeit und gegenseitige Unterstützung

- Die Zusammenarbeit im Team ist von gegenseitiger Unterstützung geprägt.
- Wissen wird geteilt, nicht zurückgehalten.
- Vertretungsregelungen sind klar und funktionieren im Alltag.
- Neue Mitarbeitende werden strukturiert eingearbeitet.
- Das Team reagiert flexibel auf Veränderungen.

#### Reflexionsimpuls:

Wo trägt das Team – und wo belastet es?

### E. Führung und Vorbildfunktion

- Führungskräfte leben einen gesunden Umgang mit Belastung vor.
- Pausen und Erholung werden nicht negativ bewertet.
- Führungskräfte sind ansprechbar – auch bei schwierigen Themen.
- Erwartungen werden klar formuliert.
- Führungskräfte reflektieren ihr eigenes Verhalten.

#### Reflexionsimpuls:

Welche Signale sendet Führung im Alltag – bewusst oder unbewusst?

---

### Auswertung & nächste Schritte

Je häufiger Sie zustimmen konnten, desto stabiler ist die Resilienz Ihres Teams.  
Besonders wichtig sind die Bereiche, in denen mehrere Aussagen nicht zutreffen.  
Hier liegen konkrete Ansatzpunkte für Weiterentwicklung.