Fair Work: Teamwork makes the Dreamwork â€“ BILD

ID: LCG23422 | 20.10.2023 | Kunde: Creativ Club Austria | Ressort: Medien Ã-sterreich | Medieninformation

Für die „Fair Work Initiative" lud der Creativ Club Austria am Dienstagmorgen zum Thema „Druck(situationen)" zur Coaching-Session mit Ex-Profisportler Clemens Doppler. Achtsamkeit, stärkenbasiertes Denken, Teamarbeit und der bewusste Umgang mit Ängsten sind Schlüsselkomponenten für ein erfolgreicheres und gesünderes Arbeitsumfeld.

Bilder zur Meldung in der Mediendatenbank : © Christian Jobst

Wien (LCG) – Die „Fair Work"-Initiative, ins Leben gerufen vom Creativ Club Austria und der Fachgruppe Werbung und Marktkommunikation Wien, legt ihren Schwerpunkt auf die zukünftigen Arbeitsbedingungen in der Kreativbranche. Basierend auf den Ergebnissen einer Umfrage aus dem Jahr 2023, finden dialogbasierte Workshops statt, um konkrete Maßnahmen zu entwickeln, die die Arbeitgeber der Branche attraktiv halten und den fundamentalen Wandel in der Kreativlandschaft gezielt mitgestalten. Am 17. Oktober 2023 lud der Creativ Club Austria zum Thema „Druck(situationen)" zu einer weiteren Auflage der „Fair Work"-Sessions.

Druck und Stress sind ständige Begleiter im Arbeitsalltag. Doch wie geht man mit Selbstzweifeln und Ängsten im beruflichen Kontext um? Wie kann man ihnen entgegenwirken? Antworten auf diese und weitere Fragen zu den Entwicklungen in der modernen Arbeitswelt lieferte am 17. Oktober 2023 Ex-Profisportler **Clemens Doppler**, welcher 25 Jahre im Spitzensport in der Weltelite trainierte und nun als Coach tätig ist.

Die Bewältigung von Druck durch Stärkenorientierung

Wenn die wahrgenommene Fähigkeit im Vergleich zur Schwierigkeit einer Aufgabe als unzureichend empfunden wird, entsteht Druck. Um diesen zu bewältigen, ist es entscheidend, den Fokus auf die eigenen Stärken zu legen, anstatt sich zu sehr auf die vermeintlichen Schwächen zu konzentrieren. Diese Vorgehensweise führt zu gesteigertem Selbstbewusstsein, was wiederum eine positivere Denkweise zur Folge hat.

> „Druck ist ein sehr individuelles Thema – jeder Einzelne geht auf seine eigene Art und Weise damit um. Jedoch ist es eine gängige Beobachtung, dass Druck oft dann entsteht, wenn man sich nicht hinreichend auf die gegenwärtige Aufgabe konzentriert, sondern vermehrt Gedanken über die möglichen Konsequenzen des Scheiterns hegt. In dieser Hinsicht ist es ratsam, den Fokus verstärkt auf das Hier und Jetzt zu legen und vielmehr seine Stärken auszubauen als die Schwächen hervorzuheben", so **Clemens Doppler** .

Teamarbeit als Schlüsselfaktor

Führungskräfte und Angestellte empfinden unterschiedliche Formen von Druck. Um dieser Differenz in der Wahrnehmung angemessen zu begegnen, kommt vor allem der Arbeit im Team eine entscheidende Rolle zu. Die Bildung eines Teams erfordert unter anderem die Ausrichtung nach verschiedenen Motivationsfaktoren wie dem wirtschaftlichen Nutzen, dem sozialen Status, dem Beitrag zur Gesellschaft, der Zugehörigkeit zu einer Gemeinschaft und der persönlichen Leidenschaft. Doch vor allem wenn ein Unternehmen seine Mitarbeiter anhand der Prinzipien des Beitrags, der Gemeinschaft und der Leidenschaft führt, ist der Erfolg gewiss. Bedingungen hierbei sind, dass Teammitglieder sich gegenseitig gut kennen und ihre Prinzipien aktiv verfolgen – für ein harmonisches und produktives Arbeitsumfeld.

„Es gibt nie einen günstigen Zeitpunkt für Krisen – die Frage ‚Warum ausgerechnet jetzt?' kommt oft auf. Um in der Lage zu sein, auch diese Minuspole zu akzeptieren, ist der Sinn von großer Bedeutung und wird laut einer Umfrage mit der Generation Y immer wichtiger. Indem wir Tätigkeiten nachgehen, die uns Freude bereiten, sind wir besser in der Lage, äußerem Druck standzuhalten", erklärt **Clemens Doppler** .

Angst beginnt im Kopf – Mut auch

Wie die Metapher von drei schwarzen Punkten auf einem weißen Blatt Papier verdeutlicht, sind Lösungen (weiß), in der Tat oftmals größer als die Probleme (schwarz). Doch allzu häufig wird der Fokus auf das Negative gerichtet und steht problemorientiertes Denken im Vordergrund. Um aus dieser Negativschleife auszubrechen, muss bewusst entschieden werden, wie mit Ängsten umgegangen wird. Dabei sollte die Komfortzone nicht abrupt verlassen, sondern schrittweise erweitert werden. Dies ermöglicht, sich behutsam neuen Herausforderungen zu stellen und in einem gesunden Gleichgewicht zwischen Angst und Mut zu wachsen.

Erfolgskomponente Regeneration

Insgesamt gilt es zu akzeptieren, dass sowohl im privaten als auch beruflichen Umfeld immer wieder Wachstumsimpulse auftreten, die mit Druck und Stress einhergehen. Wichtig ist jedoch, sich danach eine Pause zu gönnen und zu regenerieren. Laut den CCA Fair Work Umfrageergebnissen haben Freelancer, die sich die Projekte selbst einteilen können, derzeit noch eine wesentlichen Vorteil gegenüber Angestellten. Während es im Profisport klar ist, dass zur persönlichen Höchstleistung Pausen gebraucht werden, ist dies im Business-Bereich weniger üblich. Pausen müssen daher vor allem von der Führungsebene angeregt werden. Was im Sport und im Business aber gleichbleibt, ist die Tatsache, dass Teams, die ihre Richtung je nach Situation am flexibelsten ändern können, am erfolgreichsten sind. Um dies zu erreichen, sind eine klare

Rollenverteilung, Selbstdisziplin, Rituale und Strukturen sowie kooperative Mitglieder wichtig.

Der Arbeitsgruppe „Fair Work" im Creativ Club Austria gehören **Melanie Pfaffstaller** ,**Rita-Maria Spielvogel**,**Helena Giokas** , **Florian Kowatz** und**Reinhard Schwarzinger** an.

Über den Creativ Club Austria

Seit seiner Gründung im Jahr 1972 ist der Creativ Club Austria das Sprachrohr und die Plattform der heimischen Kreativbranche. Mit den CCA-Veneres veranstaltet er den wichtigsten Kreativ-Award des Landes, der Leistungen sichtbar macht und im Dialog mit der gesamten Branche Standards definiert. Zahlreiche CCA-Veneres-Siegerinnen und Sieger wurden mit ihren Arbeiten in der Vergangenheit bei weltweit relevanten Awards wie Cannes Lions International Festival of Creativity, eurobest Festival of European Creativity, ADCE, Clio oder Golden Drum Festival ausgezeichnet und zeugen von der Leistungsfähigkeit der österreichischen Kreativszene. Seit 2016 veranstaltet der Creativ Club Austria in Zusammenarbeit mit der ORF-Enterprise als Festivalrepräsentanz die Young Lions Competition Austria für das Cannes Lions International Festival of Creativity und fördert damit den heimischen Nachwuchs im globalen Wettbewerb. Der Creativ Club Austria bietet seinen über 300 Mitgliedern durch Workshops, Seminare, Veranstaltungen und internationalen Austausch Mehrwert und Vernetzungsmöglichkeiten innerhalb der Branche. Als Vorstandspräsident fungiert **Andreas Spielvogel** (DDB Wien) und als Vizepräsidentin **Melanie Pfaffstaller** (Mel P Filmproductions). Die Geschäftsführung hat **Reinhard Schwarzinger** inne. Weitere Informationen auf creativclub.at

+ + + BILDMATERIAL + + +

Das Bildmaterial steht zur honorarfreien Veröffentlichung im Rahmen der redaktionellen Berichterstattung zur Verfügung. Weiteres Bild-und Informationsmaterial im Pressebereich auf https:// www.leisure.at .