

Ein neues Bewusstsein für Gesundheit bewegt

Gesundheit und Arbeitssicherheit sind grundsätzlich über SUVA-Vorschriften und das Arbeitsrecht geregelt. Heute sind Angestellte jedoch zunehmend selbst in der Verantwortung, gesund zu bleiben, obschon es zu den heutigen Herausforderungen weder Regelungen noch allgemeingültige Rezepte gibt. Da setzt das Veranstaltungsforum alsam an.

Die grosse Informationsflut und temporeiche Arbeitsprozesse fordern Führungskräfte, Angestellte wie auch Lehrpersonen und Schüler*innen gleichermaßen heraus; Gesundheit und Arbeitssicherheit sind längst nicht mehr nur die Aufgabe von Chefetagen oder von Schuldirektionen. Das Veranstaltungsforum alsam widmet sich den dringlichen Themen, lädt zu Netzwerk, einem generationenübergreifenden Austausch, zu Inspiration und Praxiserfahrungen mit Privatpersonen, Unternehmen, Ausbildungsinstitutionen und mit international gefragten Gästen.

Kostenlos alle FESTIV 2019 besuchen

Mit FESTIV ist weder intellektueller Kongress, noch konsumorientiertes Festival gemeint. FESTIV ist das neue Format von alsam. Und acht Personen bekommen mit alsam LABOR im Gesamtwert von CHF 15'000 die Möglichkeit, ein halbes Jahr ins Programm der vier FESTIV 2019 einzutauchen, die aktuelle Arbeitssituation und das Privatleben im Zeitgeschehen zu reflektieren und den persönlichen Handlungsspielraum zwischen äusserem und innerem Wertewandel zu erkunden. Die Ausschreibung richtet sich an Führungskräfte, selbstständig Erwerbende, Lehrlinge und Studenten sowie an die offene Kategorie Mitarbeiter*innen, unter die auch die Hausarbeit fällt. Per sofort kann man sich online unter www.alsam.ch/aktuell für alsam LABOR bewerben. Die Bewerbungsfrist läuft bis zum Sonntagabend, den 21. April 2019.

Im Digitalzeitalter zu neuem Bewusstsein

Rund um den Erdball befindet sich Jung und Alt auf dem Weg, zu einem neuen Bewusstsein für körperliche und geistige Gesundheit. Und dieses Bewusstsein hat weniger mit Blutdruckwerten oder Krebsrisiken zu tun. Es geht vielmehr um ein gesundes Selbstmanagement eigener Wertvorstellungen und der wandelnden Werte der Gesellschaft wie auch der Arbeitswelt. Der Mensch muss tagtäglich eine immense Menge an Entscheidungen treffen und sich unaufhörlich Fragen wie folgende stellen: Welche Impulse und Informationen nehme ich auf, in welche Veränderungsprozesse tauche ich ein und mit welchen Entwicklungen und neuen Wertvorstellungen gehe ich mit? Wann setze ich auf Entschleunigung und wann grenze ich mich bewusst ab?

Mit beherztem Menschenverstand wirtschaften

Ein gesunder Menschenverstand reicht für das enorm grosse Entscheidungsspektrum längst nicht mehr aus. Gefragt ist vielmehr ein beherzter Menschenverstand: Während neue Technologien unaufhörlich zu Veränderung und Ablenkungen einladen, muss der heutige Mensch ausgesprochen gut auf sich selbst und seine innere Stimme hören, um die richtigen Entscheidungen im Sinne seiner eigenen Werte treffen zu können. Die Rückkehr zu einer starken Verbundenheit mit der äusseren und inneren Natur ist dabei unabdingbar. Für diesen Einklang orientieren sich immer mehr Menschen an östlichen Praktiken. Kein Wunder boomen Achtsamkeitstrainings und Yoga-Kurse. Wie Prof. Dr. Heike Bruch (HSG) sagt, die beim ersten alsam FESTIV auftritt: «In internationalen Unternehmen ist der War of Talents bereits voll im Gange. Führungskräfte, die sich im sogenannten Leadership 4.0 weitergebildet haben, sind weltweit sehr gefragt». Schweizer Unternehmen und Schulen sind vielerorts dabei, dieses weltweite Umdenken wahrzunehmen. Anpassungen im System und entsprechendes Handeln stehen ihnen erst bevor.

Achtsamkeit als neuer Trend

Wenn Menschen durch Achtsamkeitstrainings und Yoga-Kurse beginnen, vermehrt auf ihre innere Stimme, auf den eigenen Körper sowie auf ihre Gefühle zu hören, kommt es nicht selten vor, dass sie plötzlich nicht mehr imstande sind, unter Leistungsdruck und auf ständige Anweisung zu arbeiten. Dies wiederum kann zu Scham und Schuldgefühlen führen.

Ein Burnout stellt sich im Nachhinein oft als Abkürzung eines dringend anstehenden Prozesses heraus und als Folge innerer Verwirrung. Der Wiedereinstieg in den Arbeits- und Schulalltag fällt danach nicht leicht. Und die Kosten für Unternehmen sind enorm. Firmen und Schulen müssen ihre Strukturen darum sehr dringend anpassen, damit sie Angestellte fern von oberflächlichen Trends und ebenso fern von gravierenden Burnouts vielmehr in sanften Prozessen entsprechend den individuellen Bedürfnissen begleiten können, so dass sie für die aktuelle Gesellschaft zukunftsfähige Arbeitsbedingungen schaffen. «Zukunft entstand schon immer durch Krise», sagt der Autor und Referent Geseko v. Lüpke, der Gast beim alsam FESTIV im September ist. Sein Referat richtet sich auf die Chancen von individuellen und kollektiven Krisen. Er zeigt auf, wie wir Krisen als Katalysator für einen zeitgemässen Wertewandel konstruktiv wirksam machen können.

Von Human Resource zu Human Potential

Der weltweite Wandel in die sogenannte Arbeitswelt 4.0 ist mindestens so herausfordernd wie der damalige Wandel von der Agrar- in die Industriegesellschaft. Der Wandel zur Industriegesellschaft vor gut 150 Jahren wurde u.a. darum möglich, weil man begann, die Natur wie auch den Menschen als wertschöpfende Ressource zu verstehen. Der aktuelle Wandel befreit den Menschen von der Last, für ein rein wirtschaftlich wertschöpfendes System zu funktionieren. Immer mehr Menschen entdecken ihr Potential wieder und beginnen danach zu leben und diese Fähigkeit nicht nur selbstbezogen, sondern für eine zukunftsfähige Gesellschaft wirksam zu machen.

alsam bedeutet «alle zusammen»

alsam ist ein Appenzeller Wort und bedeutet «alle zusammen». In diesem Sinne bietet alsam das Forum für Austausch, Vernetzung und das gemeinsame Schöpfen von zeitgemässen Werten. Die Veranstaltungen unterstützen Menschen ab 16 Jahren, den generationenübergreifenden Austausch zu pflegen, um den Wertewandel in der Arbeitswelt zu verstehen, die eigenen Werte zu reflektieren, so sich selbstbewusster einzubringen und sich schliesslich ein Arbeitsumfeld zu suchen oder zu erschaffen, wo die Werte des Umfelds mit den eigenen Werten möglichst dynamisch harmonieren. Es macht darum Sinn, als Publikum nicht nur einmalig Wissen abzuholen, sondern sich bei alsam einem längerfristigen Prozess hingeben zu können. **Diana Rausch, Hospitality Managerin in der Oberwaid AG in St.Gallen und alsam LABOR Botschafterin, sagt: «Auf die vier FESTIV freue ich mich sehr und darauf, ein halbes Jahr lang zu beobachten, wie sich mein persönlicher Handlungsspielraum in der Arbeitswelt durch alsam verändern wird».**

Die acht Freitickets von alsam LABOR beinhalten folgendes Programm 2019:

alsam FESTIV | 27.-28. Mai | Von Human Resource zu Human Potential

Montagabend Kinofilm «Die stille Revolution» in Anwesenheit des Regisseurs Kristian Gründling und Carsten Helms, Finanzleiter Upstalsboom. Dienstag ganztags Referate mit Prof. Dr. Heike Bruch und Innovationsunternehmerin Nadja Schnetzler.

alsam FESTIV | 28.-30. Juni | Kraftvoll im modernen Alltag

8000 Jahre alte Weisheiten aus Tibet mit dem international gefragten Meister Tulku Lobsang Rinpoche und der Mantra-Sängerin Dechen & Jewel Ensemble.

alsam FESTIV | 6.-7. September | Individuelle Krisen als kollektive Chancen

Vorpremiere des Kinofilms «Wanderer – Im Traum der Welt» von Thomas Lüchinger in Anwesenheit der Protagonisten. Samstagmittag Workshops in der Natur und Samstagabend Referat mit Geseko v. Lüpke und Programm mit Alexander Lauterwasser.

alsam FESTIV | 25.-27. Oktober | Innere Ruhe mit THE WORK

Die weltweit gefragte Coaching-Methode «The Work of Byron Katie» mit Colette Grünbaum und Margrit Hardegger. Das Angebot eignet sich gleichermassen zum Einstieg wie auch zur Weiterbildung und wird vom Verband vtw mit zwei Weiterbildungstagen angerechnet.