



# KSH MAGAZIN GAZIN ZIN

Aktuelles aus dem Hochschulleben  
der KSH München

**1** KSH MAGAZIN  
AUSGABE 1  
JUNI 2026

# 2026

## 53. Benediktbeurer Management-Gespräche

# Mentale Gesundheit – Resilienz als Zukunftskompetenz

Im April fanden die 53. Benediktbeurer Management-Gespräche statt. Traditionell trafen sich Vertreter:innen aus Wohlfahrt und Wirtschaft, um im Plenum und in Kleingruppen Wissen und Erfahrungswerte auszutauschen. An diesem Freitagnachmittag ging es um mentale Gesundheit und darum, welche bedeutsamer Erfolgsfaktor die psychische Stabilität von Mitarbeitenden für Unternehmen in der heutigen Arbeitswelt ist. Als Impulsgeberin und Impulsgeber konnten Dr. Stefanie Kainzbauer, Abteilungsleiterin Profil und Entwicklung bei der Caritas Unterfranken, Coach und Trainerin und Prof. Dr. phil. Dr. habil. med. Niko Kohls, Medizinpsychologe an der Fakultät Angewandte Naturwissenschaften und Gesundheit der Hochschule Coburg gewonnen werden.

hin, wie wichtig es in diesem Zusammenhang ist, das unternehmerische Bewusstsein zu schärfen: „Unternehmen und Organisationen müssen sich gegen die verstärkt auftretenden externen und internen Störungen wappnen, um ihre Leistungsfähigkeit dauerhaft sicherzustellen. Die solide mentale Gesundheit von Mitarbeitenden und vom Management ist die unerlässliche Basis. Dies wurde lange Zeit vernachlässigt“, sagt er. Resilienz ist also schon lange kein Nebenthema mehr, sondern eine Schlüsselkompetenz für die Zukunftsfähigkeit und den Erfolg von Unternehmen.

„Die Fähigkeit zur Resilienz ist allerdings auch abhängig von den organisationalen Rahmenbedingungen“, sagt Prof. Dr. Niko Kohls in seinem Impuls, „Unternehmen dürfen eben nicht nur Leistung erwarten, sondern müssen auch die strukturellen Voraussetzungen dafür schaffen, dass ihre Mitarbeitenden dauerhaft gesund und wirksam arbeiten können. Wer permanent unter Stress oder innerer Überforderung steht, wird sein Potenzial nie entfalten können.“ Der Professor nimmt Unternehmen in die Pflicht, wenn es um die psychologische Sicherheit, gute Führung, realistische Anforderungen, Möglichkeiten zur Regeneration, erlebte Selbstwirksamkeit und eine Organisationskultur geht, die Offenheit, Lernen und verantwortliches Miteinander stärkt.



Erhebungen, wie z. B. das „Barometer Arbeitswelt“ der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung, sprechen eine deutliche Sprache: Unsere Arbeitswelt ist im Wandel und wird immer anspruchsvoller. Kriege, Einsparungen, Einführung von KI-basierten Tools – viele Entwicklungen finden in zu kurzen Zeiträumen statt, um „verstehbar“ zu sein und verunsichern Mitarbeitende dadurch. Je

instabiler also unser Wirkungsumfeld, desto wichtiger wird die Fähigkeit, mit Belastungen konstruktiv umzugehen, in Balance zu bleiben und auch in anspruchsvollen Situationen, Orientierung und Handlungsfähigkeit zu bewahren. Michael Thies, Inhaber von MICHAEL THIESS Management und einer der beiden Initiatoren der Benediktbeurer Management-Gespräche, weist darauf-

Dass das Fördern von Resilienz eine Führungsaufgabe ist und in der Verantwortung des Arbeitgebers liegt – daran besteht an dem Freitagnachmittag im Plenum keine Zweifel. „Lange Zeit richtete sich der Blick in erster Linie auf die Resilienz einzelner Personen. Immer mehr rückt die Frage in den Mittelpunkt, wie sich die Resilienz von Teams und von Organisationen verbessern lässt.



Die Förderung der mentalen Gesundheit ist eine Führungsaufgabe. Hierbei nehmen die Führungskräfte eine wichtige Vorbildrolle ein“, betont Egon Endres, Professor an der Katholischen Stiftungshochschule München und Mitinitiator der Management-Gespräche. Impulsgeberin Dr. Stefanie Kainzbauer sprach an dieser Stelle von einer Führung auf mehreren Ebenen: Um Resilienz bei Mitarbeitenden zu fördern, müsse die Führungsperson aus einer inneren Haltung heraus zu ihrer eigenen Entwicklung und Reflexion bereit sein und sich selbst gut wahrnehmen können. Nur so könne sie „Orientierung bieten“ und „stabilisierend auf ihr Umfeld“ wirken. Die Schlüsselkompetenz Resilienz habe darüber hinaus einen wichtigen Nährboden in der Art und Weise des Miteinanders im Team. „Wer führt, kann eine Kultur prägen, in der es gelingt, füreinander einzustehen, mit Konflikten oder auch Fehlern respektvoll und fair umzugehen und sich in stressigen Situationen gegenseitig zu (unter-)stützen.“ Weitere wichtige Ebene: das aktive Gestalten und Anpassen der Rahmenbedingungen. Wie auch Impulsgeber Prof. Kohls geht sie auf die Bedeutung tragfähiger Strukturen ein, die etwa durch Prioritätensetzung oder durch realistische Erwartungen gewährleistet werden können. „Gerade in dyna-

mischen Zeiten ist die Führungsperson besonders darin gefordert, die Komplexität zu reduzieren und Orientierung für ihre Mitarbeitenden zu schaffen.“ Die Caritas in Unterfranken stärkt ihre Führungskräfte beispielsweise durch spezielle Workshops zum Thema Resilienz, Fortbildungen oder durch die Förderung von Gesundheitsmaßnahmen. Auch das Erleben von Gemeinschaft wie z. B. im Rahmen gemeinsamer Gottesdienste mit Frühstück, Teilnahme an Sportveranstaltungen sowie die gezielte Vernetzung von Führungskräften wird durch den Verband ermöglicht.

Die Gespräche wurden musikalisch begleitet von einem Ensemble der Bayerischen Philharmonie unter der Leitung

von Intendant Mark Mast. Die 53. Benediktbeurer Management-Gespräche wurden freundlicherweise von der BEE Medic Gruppe (Schweiz), vertreten durch ihren Geschäftsführer Dr. Bernhard Wandernoth, finanziell unterstützt. Die 54. BMG finden am Freitag, 09. Oktober zum Thema Impact Finance statt.

➔ Mehr zu den Benediktbeurer Management-Gesprächen unter [www.management-gespraech.de](http://www.management-gespraech.de)

