

Team-Kompass



Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten

*3 Erfolgsfaktoren für gesunde
und zukunftsfähige Unternehmen*

Workbook

BY MANDY ENGELHARDT

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



Herzlichen Glückwunsch!

Dass du dir Zeit nimmst, dieses Freebie zu lesen, zeigt:

Du bist bereit, die Arbeitswelt von morgen aktiv mitzugestalten – mit Herz, Bewusstsein und echter Gamechanger-Power.

Lebenswerte Arbeitswelten entstehen dort, wo Menschen Verantwortung übernehmen, gemeinsam hinschauen und den Mut haben, neue Wege zu gehen.

Denn eines ist klar:

Lebenswerte Arbeitswelten sind so vielfältig wie wir selbst.

Sie beinhalten Themen wie Wertschätzung, Weiterentwicklung, Kommunikation, Vertrauen, Diversität, Inklusion, Nachhaltigkeit, Digitalisierung, Vereinbarkeit, Führung, Fehlerkultur, psychologische Sicherheit, mentale Gesundheit, Hardskills und Softskills etc. – alles Faktoren, die unsere Arbeitsrealität formen.

In diesem Freebie legen wir den Fokus auf drei zentrale Erfolgsfaktoren, die das Fundament bilden für eine gesunde, starke und zukunftsfähige Arbeitswelt. Sie sind der Startpunkt, um ins Handeln zu kommen – gemeinsam mit deinem Team und Schritt für Schritt in Richtung einer Arbeitswelt, die stärkt, inspiriert und verbindet.

**Du bist ein Gamechanger, weil du heute beginnst,
Arbeitswelten zu gestalten, die Menschen guttun.**

Mandy Engelhardt



**“Begeisterung ist
der Funke, der
Wandel möglich
macht!”**



Mandy Engelhardt
Unternehmensberaterin
Diplom Mentaltrainerin



Mentale Gesundheit



Achtsamkeit und Balance im Team

Mentale Gesundheit ist weit mehr als die Abwesenheit von Stress. Sie ist die Grundlage dafür, wie wir denken, fühlen, handeln und miteinander umgehen.

In einer Arbeitswelt, die sich stetig verändert, ist es wichtiger denn je, dass Menschen lernen, achtsam mit sich selbst und anderen umzugehen.

Mentale Gesundheit betrifft uns alle – Führungskräfte ebenso wie Auszubildende.

Denn sie entsteht dort, wo wir offen über Belastungen sprechen dürfen, wo Raum für Pausen und Reflexion ist und wo wir uns gegenseitig stärken, anstatt uns im Druck zu verlieren.

Lebenswerte Arbeitswelten fördern Balance:

zwischen Leistung und Menschlichkeit, zwischen Struktur und Freiraum.

Dafür braucht es Teams, die aufeinander achten –

denn mentale Gesundheit ist immer auch eine gemeinsame Verantwortung.

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



01

Gamechanger Power Talks – Gespräche, die verändern

Diese Fragen regen zum Austausch im Team an.
Sie helfen, offen über Belastungen, Ressourcen und Bedürfnisse zu sprechen
– und neue Wege zu finden, um gesund und verbunden zu bleiben.



- ✓ Welche Situationen im Arbeitsalltag kosten uns besonders viel Energie oder erzeugen Stress?
- ✓ Woran erkennen wir, dass jemand im Team Unterstützung braucht?
- ✓ Was tun wir bereits, um uns gegenseitig zu entlasten oder achtsam miteinander umzugehen?
- ✓ Welche Rituale oder Pausen helfen uns, mental in Balance zu bleiben?

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



02 Gamechanger Power Moves - Aktionen, die wirken

Achtsamkeits-Check-in



Starte Teammeetings mit einer kurzen Runde: „Wie geht's mir heute?“ – ohne Bewertung, nur Wahrnehmung.
Das stärkt Empathie und mentale Präsenz im Alltag.



Energie-Ampel



Lasst jeden im Team regelmäßig einschätzen, wie hoch seine Energie ist (grün, gelb, rot).
So wird sichtbar, wer Unterstützung oder Entlastung braucht.

LebensWERTE

Arbeitswelten

mit Strategie & Herz gestalten



Führungskräfte & Teams

Verantwortung teilen, Kultur stärken, gemeinsam wachsen. Vom Leadership-Coaching bis zum stärkenden Teambuilding – für echte Verbindung und mehr Wirksamkeit im Wandel.



HR & Unternehmen

Kultur, die verbindet – Strategien für ein lebenswertes Miteinander. Change-Begleitung, Employer Wellbeing und nachhaltige Entwicklung für starke Unternehmen von innen heraus.



Lehrlinge & Ausbilder

Lehrlingstrainings und Ausbildertrainings, die auf eine Reise des persönlichen Wachstums und beruflichen Erfolgs führen. Durch die **WKO mit 75 % Förderung in ganz Österreich.**



Schulen & Bildungspartner:innen

Lernen fürs Leben – gemeinsam wachsen & wirksam begleiten. Impulse für mentale Gesundheit, Achtsamkeit & Persönlichkeitsentwicklung – für Pädagog:innen, Schüler:innen & ganze Bildungsteams.



**“Weil Erfolg
dort wächst,
wo Menschen
gerne wirken.”**



Mandy Engelhardt
Unternehmensberaterin
Diplom Mentaltrainerin

Individuell. Nah. Wirksam.

Ob Einzelcoaching, Teamprozess oder Kulturentwicklung im ganzen Unternehmen – wir gestalten Veränderung, die zu euch passt: persönlich, praxisnah und auf eure Ziele ausgerichtet. Präsenz, online oder kombiniert. Mit Herz, Struktur und echter Wirkung.

Kultur leben

**Mitarbeiter
VERBINDUNG**

**Wandel
gestalten**

**Menschen
stärken**

Check & Change Jetzt starten

- 📞 0043 (0) 660/6499104
- ✉️ mandy@lebenswert-tirol.at
- 👤 @lebenswert_tirol
- 🌐 www.lebenswert-tirol.at

Unternehmenskultur



Werte, die verbinden

Kultur entsteht immer – ob bewusst gestaltet oder zufällig gewachsen. Eine lebendige Unternehmenskultur zeigt sich nicht auf Postern, sondern im täglichen Miteinander, in Entscheidungen, in Kommunikation.

Werte sind das Fundament dieser Kultur.
Doch sie werden erst dann spürbar, wenn sie gelebt werden.
Jeder Mensch bringt eigene Werte und Sichtweisen mit –
deshalb braucht es gemeinsame Gespräche darüber, was für uns wichtig ist.

In Zeiten des Wandels sind Werte wie Vertrauen, Respekt, Offenheit und Sinn stärkende Orientierungspunkte.
Sie schaffen Halt und Zugehörigkeit – besonders dann, wenn Unsicherheit und Veränderung den Alltag prägen.

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



01

Gamechanger Power Talks – Gespräche, die verändern

Diese Fragen laden dazu ein, gemeinsam über Werte, Haltung und Zusammenhalt zu sprechen.

Sie schaffen Bewusstsein dafür, wie Kultur im Alltag entsteht – und wie wir sie aktiv gestalten können.



- ✓ Welche Werte sind uns im Team besonders wichtig – und warum?
- ✓ Woran erkennen wir im Alltag, dass diese Werte gelebt werden?
- ✓ Wo erleben wir Widersprüche zwischen Anspruch und Wirklichkeit?
- ✓ Welche kleinen Schritte könnten wir setzen, um unsere Werte sichtbarer

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



02 Gamechanger Power Moves - Aktionen, die wirken

Werte-Wand gestalten



Sammelt eure wichtigsten Teamwerte, schreibt sie auf Karten und ergänzt regelmäßig Beispiele aus dem Alltag, wo sie spürbar wurden.



Wertedialog im Meeting



Wählt pro Monat einen Wert (z. B. Vertrauen, Offenheit) und sprecht darüber, wie er im Alltag sichtbar wird – oder wo es noch Potenzial gibt.



CHECK DEIN GLÜCK
FÜR DICH. FÜR UNS. FÜR ALLE.



Spotify



Apple
Podcast



Webseite

Sinn & Verbundenheit



Warum wir tun, was wir tun

Sinn ist die tiefste Quelle von Motivation.
Er verbindet Menschen mit ihrer Arbeit, ihrem Team und dem großen Ganzen.

Gerade in Zeiten von Veränderung und Unsicherheit gibt Sinn Orientierung und Halt.

Wenn Menschen verstehen, wofür sie etwas tun,
und sehen, wie ihr Beitrag zum Ganzen wirkt,
entsteht Verbundenheit – mit dem Unternehmen, mit Kolleg:innen, mit der Aufgabe.

Lebenswerte Arbeitswelten schaffen Räume,
in denen Menschen sich gesehen fühlen und wissen:
Mein Tun macht einen Unterschied.

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



01

Gamechanger Power Talks – Gespräche, die verändern

Diese Fragen öffnen den Raum für echte Gespräche über Sinn, Motivation und Zusammenhalt.

Sie helfen, das große Ganze sichtbar zu machen – und stärken die Verbindung im Team.



Warum tun wir das, was wir tun – und für wen?



Was gibt uns in unserer Arbeit Sinn und Energie?

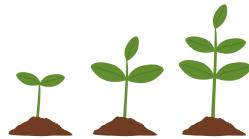


Wann spüren wir im Team echte Verbundenheit?



Was können wir tun, damit jeder seinen Beitrag kennt und wertgeschätzt

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



02 Gamechanger Power Moves - Aktionen, die wirken

Sinn-Story teilen



Jede:r im Team erzählt eine kurze Geschichte, wann er oder sie das Gefühl hatte: „Das war sinnvoll – da habe ich etwas bewirkt.“

.



Startet oder beendet die Woche mit einer kurzen Runde



„Worauf bin ich diese Woche stolz?“ – Das stärkt Zugehörigkeit und Sinnbewusstsein.

Gamechanger Power für LEBENSWERTE Arbeitswelten



Gamechanger Power

CHALLENGE

DIESER MINI-ACTION-PLAN HILFT EUCH, DIE
IMPULSE SCHRITTE ZU ÜBERSETZEN



UNSER FOKUSTHEMA IN DEN
NÄCHSTEN 4 WOCHEN:
z. B. ACHTSAMKEIT,
KOMMUNIKATION, WERTE,
VERBUNDENHEIT

KLEINE SCHRITTE
GROSSE WIRKUNG.
VERBINDUNG ENTSTEHT
GENAU HIER!



UNSERE ERSTE KONKRETE AKTION:
WAS WERDEN WIR IM TEAM
AUSPROBIEREN ODER VERÄNDERN?



WER ÜBERNIMMT
VERANTWORTUNG ODER
BEGLEITET DEN PROZESS?



WANN REFLEKTIEREN
WIR GEMEINSAM, WAS
SICH VERÄNDERT HAT?



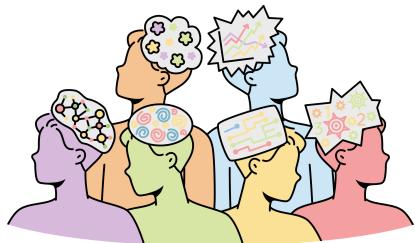


Dein nächster Schritt

Gamechanger Onlinekurs

Was jetzt? Werde Gamechanger!

Hier hast du jede Menge Inspiration und erste Impulse erhalten, um lebenswerten Arbeitswelten Schritt für Schritt näherzukommen. Wenn du tiefer eintauchen und nachhaltige Strategien kennenlernen möchtest, dann ist der Game Changer Mindset-Kurs genau das Richtige für dich.



- ✓ 5 praxisnahe Video-Impulse
- ✓ Extra-Videos zum stärkenorientierten Führen
- ✓ Original Präsentation
- ✓ 15-seitiges Workbook zum direkten Umsetzen

Gamechanger Mindset

für echte Mitarbeiterverbindungen &
nachhaltige Kundenbegeisterung



INVESTITION: NUR 49 €



**“Echte Verbindung
entsteht im
gemeinsamen
Handeln!”**



Mandy Engelhardt
Unternehmensberaterin
Diplom Mentaltrainerin

