INOVATO Unternehmensentwicklung

INOVATO Strategische Personal- und Organisationsarbeit GmbH · A-4052 Ansfelden, Dorfweg 2
T. +43 (0) 7229.87029-0 · E. office@inovato.at

Krisen und Veränderungen bewältigen

Transitionskompetenz für System und Unternehmen

In Veränderungsphasen, Einsparungszeiten, bei Konflikten oder Teamveränderungen erleben wir häufig Dynamiken in uns selbst, bei Kollegen*innen oder Führungskräften, die fürs erste schwer verständlich und kaum steuerbar erscheinen. Ähnliche Phänomene erleben wir bei privaten Veränderungs- und Krisensituationen. Ob Veränderungen zu Krisen führen hängt mit unseren persönlichen Krisenkompetenzen und -erfahrungen, aber auch mit dem sozialen Umfeld, der Bedeutung der Veränderung und dem Ausmaß der „Bedrohung“ für unsere wichtigen Bedürfnisse zusammen.
Häufig sind Veränderungsprozesse mit starken Emotionen verbunden, die von Menschen sehr unterschiedlich verarbeitet werden und in Teams zudem eine eigene Gruppendynamik auslösen. Krisen- und Veränderungskompetenz gehört heute zu einer der wichtigsten Fähigkeiten in unser hochdynamischen Zeit und ermöglicht uns, in Grenzerfahrungssituationen i.S. von „Transition“ (=“überschreiten“) immer wieder über uns selbst hinaus zu wachsen.

Ziele

- Über die spezifische „Psycho Dynamik“ in schwierigen Zeiten Bewusstsein schaffen
- Tipps und Handwerkzeuge werden gegeben, um Krisensituationen konstruktiv bewältigen zu können
- Auseinadersetzung mit Krisen- und Veränderungserfahrungen, wie kann man innere Ressourcen zur Krisenbewältigung aufbauen und stärken?
- Weiters beschäftigen wir uns mit Teamdynamik in Veränderungen und die Aufgaben und Chancen von Teammitgliedern und Führungskräften zur konstruktiven Nutzung von Veränderungsprozessen

Inhalte

- Begriffsabgrenzung und -gemeinsamkeiten – Veränderungen, Transition, Krise
- Merkmale von Veränderungsprozessen bis hin zu Krisenphänomenen
- Woran erkennt man eine Krise?
- Beispiele von Krisen und „starken“ Veränderungen:
- Krisen, die von „außen“ kommen: Veränderungsprozesse, Kündigungen, Teamauflösungen, Führungswechsel
- Krisen, die von „innen“ kommen: Lebensveränderungskrisen, Burnout, Erkrankungen, private Krisen
- Akutkrisen: Betriebsunfälle, Suizide, eskalierende Konflikte
- Auswirkungen von Veränderungen und Krisen (emotional, körperlich, sozial…)
- Mein persönlicher Zugang zu Krisen und Veränderungssituationen Psycho-Dynamik in Veränderungen bis in zu Krisen
- Phänomene, Phasen, „Kritische“ Zone
- Umgang mit Krisen
- Krisen- und Veränderungskompetenz oder Resilienz
- Gesund bleiben in stark dynamischen Zeiten: Stabile Zonen und Achtsamkeit entwickeln
- Chancen und Sinn von Krisen – „Wachsen“ durch Krisen

Methodik

- Theorieinputs
- Einzel- und Gruppenarbeiten
- Reflexionsaufgaben
- Übungen, Bearbeitung von Fallbeispielen, Transferaufgaben

Zielgruppe

- Mitarbeiter*innen und Führungskräfte

Zeitrahmen

2 Tage

Mag. Anneliese Aschauer-Pischlöger
Dr. Peter Hofer