

Seminar

# Konstruktiv mit Veränderungen umgehen

Handlungsfähigkeit in einem volatilen Umfeld verbessern



## Die Top-Themen:

- **Handlungsfähig bleiben in der VUCA-Welt**
- **Äußere und innere Faktoren im Veränderungsprozess sortieren**
- **Reflexion und Aktivierung persönlicher Ressourcen**
- **Das eigene Agilitätspotential ausschöpfen und gleichzeitig die Belastungsgrenze erkennen**
- **Verbindende statt trennende Kommunikation – auch in herausfordernden Situationen**

## Termine und Orte

20. und 21. März 2024  
Düsseldorf

23. und 24. Juli 2024  
Stuttgart

26. und 27. November 2024  
Frankfurt am Main

Konstruktive Strategien für den Umgang mit zunehmender Unsicherheit und Komplexität.

## Ihre Seminarleitung

Erika Schmid-Barthel,  
Change Resilienz Life Coaching,  
Landshut

## Allgemeine Informationen

### Zielsetzung

**Wechselnde Teams und Organisationsstrukturen, neue IT-Anwendungen und Arbeitsabläufe – unsere Arbeitswelten befinden sich in stetigem Wandel. Die VUCA-Welt verlangt uns viele Ressourcen ab, um Schritt zu halten mit immer schnelleren und komplexeren Veränderungen. Die persönliche Veränderungskompetenz ist sowohl bei Mitarbeitenden als auch bei Führungskräften gefordert.**

In diesem Seminar gewinnen Sie ein Verständnis für die Dynamik von Veränderungsprozessen, welche Fähigkeiten hierbei entscheidend sind und wie Sie diese in Ihren Alltag integrieren. Sie erfahren, welche Voraussetzungen die persönliche Veränderungsbereitschaft bedingen und erkennen die psychologischen Hintergründe von individuellen Reaktionsmustern und Verhaltensweisen. Durch die Selbstreflexion der eigenen Ressourcen und die Analyse von Gestaltungsspielräumen entwickeln Sie lösungsorientierte Bewältigungsstrategien.

Erkennen Sie die innere Stabilität und Resilienz als Basis, um gut im Außen agieren zu können. Beleuchten Sie, wie Sie im Umgang mit Ihrem Umfeld auch in herausfordernden Situationen konstruktiv kommunizieren.

### Zielgruppe

- Mitarbeitende sowie
- Führungskräfte und Projektleitende, die ihre Veränderungskompetenz erweitern möchten

### Inhouse-Seminar

Dieses Seminar können Sie auch als firmeninterne Schulung buchen:

Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot. Rufen Sie uns an.

 **Frau Angela Bungert/Herr Jens Wilk**  
Tel.: +49 211 6214-200, E-Mail: inhouse@vdi.de  
**Herr Heinz Küsters**    
Tel.: +49 211 6214-278, E-Mail: kuesters@vdi.de

### Veranstaltungsdokumentation

Jeder Teilnehmer erhält eine Dokumentation wie Präsentationsunterlagen, Handbuch o.ä. und eine VDI Wissensforum-Teilnahmebescheinigung.



### Seminarleitung

**Erika Schmid-Barthel**, Change Resilienz Life Coaching, Landshut



Erika Schmid-Barthel arbeitet mit Fach- und Führungskräften unterschiedlicher Unternehmen und Organisationen – von Geschäftsführer\*innen bis zu Mitarbeiter\*innen, von Großkonzernen bis zu mittelständischen Unternehmen. Sie blickt auf über 37-jährige Berufserfahrung in unterschiedlichen Fach- und Führungsaufgaben sowie auf über 20 Jahre Change-Erfahrungen in Projekten zurück. Hierbei verbindet sie Business-Knowhow mit menschlichen Faktoren und gestaltet dadurch neue Lebens- und Arbeitswelten. Ihre Schwerpunktthemen sind Change-Management, Resilienz sowie Neu-Orientierung und Burnout/Burnon. Anwendbare Handlungsmöglichkeiten für ihre Klient\*innen stehen im Fokus, um trotz aller Herausforderungen ein selbstbestimmtes und ausgeglichenes Leben führen zu können.

### Seminarmethoden

Sie arbeiten intensiv und interaktiv – mit Selbsttests sowie Analysemöglichkeiten für Organisationen und vielen praktischen Übungen. Sie erhalten in diesem Seminar wissenschaftlich fundiertes Wissen, anwendbares Handwerkszeug, das für Sie auf Ihre individuellen Bedürfnisse angewendet werden kann und Sie in Ihrem Berufsalltag als Mitarbeiter\*in, Führungskraft und Projektleiter\*in für die tägliche Umsetzung unterstützt.



### Hinweise

Für Führungskräfte gibt es zu den jeweilig relevanten Themen ergänzende Impulse und Reflexionsmöglichkeiten.

## Seminarinhalte

**1. Tag** 09:00 bis 17:00 Uhr

**2. Tag** 08:30 bis 16:30 Uhr

### **Komplexität von Veränderungen**

- Einflussfaktoren und Auswirkungen von Veränderungen sowie deren Spannungsfelder
- Voraussetzungen für Veränderungskompetenz
  - » Veränderungsbereitschaft – Veränderungsfähigkeit – Veränderungsbedingungen
- Welche Kompetenzen werden in welchem Zusammenhang benötigt?

### **++ Analyse-Möglichkeiten zur persönlichen Standortbestimmung**

### **Persönliche Veränderungsbereitschaft als Voraussetzung für Veränderung**

- Welche Faktoren beeinflussen die eigene Veränderungsbereitschaft?
- Psychologische Hintergründe nutzen:
  - » Grundbedürfnisse der Psychologie: Einfluss von Erfahrungen und äußeren Prägungen auf unser eigenes System und unsere Verhaltensmuster
  - » individuelle Reaktions-/Widerstandsmuster verstehen
  - » Bewältigungsstrategien entwickeln
- Wertsysteme nach 9 Levels: Wie unsere individuellen Werte unseren Umgang mit Situationen bestimmen
- Gute innere Führung als Basis, um gut im Außen zu agieren
- Die psychische und physische Gesundheit im Blick: Die eigenen Ressourcen kennen und Resilienz fördern



### Weitere interessante Veranstaltungen

#### **Change ganzheitlich managen**

22. und 23. Mai 2024, Online

15. und 16. Oktober 2024, Garching

#### **Selbstmarketing und Positionierung**

18. und 19. Juni 2024, Online

14. und 15. Oktober 2024, Frankfurt am Main

#### **Stressprävention durch Verhaltenspsychologie**

21. und 22. März 2024, Filderstadt

14. und 15. November 2024, Berlin

### **++ Die eigenen Veränderungsressourcen und -blockaden ergründen**

### **++ Konstruktiv abgrenzen: Richtig „Nein“ sagen, wenn Sie Ihre Leistungsgrenze erreicht haben**

### **Persönliche Veränderungskompetenzen stärken**

- Die Anforderungen der VUCA-Welt und welche Kompetenzen hier entscheidend sind
- 7-V-Modell zur Förderung der Veränderungsintelligenz® nach Antje Freyth: In 7 Schritten die individuelle Veränderungsleistung steigern
- Handlungsfähig bleiben: Eigenen Gestaltungsspielraum ausloten, unumgängliche Rahmenbedingungen akzeptieren
- Förderlichen Umgang mit Unsicherheiten und Komplexität finden
- Auch in herausfordernden Situationen lösungsorientiert kommunizieren
- Ambidextrie: Auch in Change-Prozessen Bestehendes optimieren und gleichzeitig etwas völlig Neues schaffen

### **++ Die eigenen Einflussmöglichkeiten erkennen durch „Circle of Control“ und „Circle of Concern“**

### **++ Selbstreflexion der agilen Kompetenzen und wie Sie diese in Ihren Alltag integrieren können**



### Warum Sie dieses Seminar besuchen sollten

1. Erhalten Sie Diagnosemöglichkeiten zur Stärkung Ihrer Veränderungsintelligenz®.
2. Erkennen Sie Handlungsspielräume und bleiben Sie selbstwirksam.
3. Erfahren Sie, welche Kompetenzen Sie benötigen, um in der VUCA-Welt zu bestehen.
4. Erreichen Sie einen Perspektivwechsel von Problemorientierung zu Lösungsorientierung.
5. Nutzen Sie Veränderungen als Chance und Wachstumspotenzial.



Seminar:  
**Konstruktiv mit Veränderungen umgehen**

**Jetzt online anmelden**  
www.vdi-wissensforum.de/  
09SE144



VDI Wissensforum GmbH | VDI-Platz 1 | 40468 Düsseldorf | Deutschland

Sie haben noch Fragen?  
Kontaktieren Sie uns einfach!

**VDI Wissensforum GmbH**  
Kundenzentrum  
Postfach 10 11 39  
40002 Düsseldorf  
Telefon: +49 211 6214-201  
Telefax: +49 211 6214-154  
E-Mail: wissensforum@vdi.de  
www.vdi-wissensforum.de

Ich nehme wie folgt teil (zum Preis p. P. zzgl. MwSt.):

Seminar		
<input type="checkbox"/> <b>20. und 21. März 2024</b> <b>Düsseldorf</b> (09SE144002)	<input type="checkbox"/> <b>23. und 24. Juli 2024</b> <b>Stuttgart</b> (09SE144003)	<input type="checkbox"/> <b>26. und 27. November 2024</b> <b>Frankfurt am Main</b> (09SE144004)
EUR 1.990,-	EUR 1.990,-	EUR 1.990,-

23M09EM6

Ich bin VDI-Mitglied und erhalte **pro Veranstaltungstag EUR 50,- Rabatt** auf die Teilnahmegebühr: VDI-Mitgliedsnummer\* \_\_\_\_\_

\*Für den VDI-Mitglieder-Rabatt ist die Angabe der VDI-Mitgliedsnummer erforderlich.

**Meine Kontaktdaten:**

Nachname \_\_\_\_\_ Vorname \_\_\_\_\_

Titel \_\_\_\_\_ Funktion/Jobtitel \_\_\_\_\_ Abteilung/Tätigkeitsbereich \_\_\_\_\_

Firma/Institut \_\_\_\_\_

Straße/Postfach \_\_\_\_\_

PLZ, Ort, Land \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Mobil \_\_\_\_\_ E-Mail \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_

Abweichende Rechnungsanschrift \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Teilnehmer mit einer Rechnungsanschrift außerhalb Deutschlands, Österreichs oder der Schweiz bitten wir, mit Kreditkarte zu zahlen. Bitte melden Sie sich über [www.vdi-wissensforum.de](http://www.vdi-wissensforum.de) an. Auf unserer Webseite werden Ihre Kreditkartendaten verschlüsselt übertragen, um die Sicherheit Ihrer Daten zu gewährleisten.

Die **allgemeinen Geschäftsbedingungen** der VDI Wissensforum GmbH finden Sie im Internet: [www.vdi-wissensforum.de/de/agb/](http://www.vdi-wissensforum.de/de/agb/)

**Veranstaltungsort(e)**

**Düsseldorf:** NH Düsseldorf City Nord, Münsterstr. 232-238, 40470 Düsseldorf, Tel. +49 211/239486-0,

E-Mail: [nhduesseldorfcitynord@nh-hotels.com](mailto:nhduesseldorfcitynord@nh-hotels.com)

**Stuttgart:** Mercure Hotel Stuttgart City Center, Heilbronner Str. 88, 70191 Stuttgart, Tel. +49 711/25558-0,

E-Mail: [h5424@accor.com](mailto:h5424@accor.com)

**Frankfurt am Main:** Relexa Hotel Frankfurt am Main, Lurgiallee 2, 60439 Frankfurt am Main, Tel. +49 69/95778-0,

E-Mail: [frankfurt.main@relexa-hotel.de](mailto:frankfurt.main@relexa-hotel.de)

Im Veranstaltungshotel steht Ihnen ein begrenztes **Zimmerkontingent** zu Sonderkonditionen zur Verfügung. Bitte buchen Sie Ihr Zimmer frühzeitig per Telefon oder E-Mail direkt bei dem Hotel mit dem Hinweis auf die „VDI-Veranstaltung“. Weitere Hotels in der Nähe des Veranstaltungsortes finden Sie auch über unseren kostenlosen Service von HRS, [www.vdi-wissensforum.de/hrs](http://www.vdi-wissensforum.de/hrs)



**Leistungen:** Im Leistungsumfang sind die Pausengetränke und an jedem vollen Veranstaltungstag ein Mittagessen enthalten. Ausführliche Veranstaltungsunterlagen werden den Teilnehmern am Veranstaltungsort ausgehändigt.

**Exklusiv-Angebot:** Als Teilnehmer dieser Veranstaltung bieten wir Ihnen eine 3-monatige, kostenfreie VDI-Probenmitgliedschaft an (dieses Angebot gilt ausschließlich bei Neuaufnahme).

**Datenschutz:** Die VDI Wissensforum GmbH verwendet die von Ihnen angegebene E-Mail-Adresse, um Sie regelmäßig über ähnliche Veranstaltungen der VDI Wissensforum GmbH zu informieren. Wenn Sie zukünftig keine Informationen und Angebote mehr erhalten möchten, können Sie der Verwendung Ihrer Daten zu diesem Zweck jederzeit widersprechen. Nutzen Sie dazu die E-Mail-Adresse [wissensforum@vdi.de](mailto:wissensforum@vdi.de) oder eine andere der oben angegebenen Kontaktmöglichkeiten.

Auf unsere allgemeinen Informationen zur Verwendung Ihrer Daten auf <https://www.vdi-wissensforum.de/datenschutz-print> weisen wir hin.

Hiermit bestätige ich die AGBs der VDI Wissensforum GmbH sowie die Richtigkeit der oben angegebenen Daten zur Anmeldung.

Ihre Kontaktdaten haben wir basierend auf Art. 6 Abs. 1 lit. f) DSGVO (berechtigtes Interesse) zu Werbezwecken erhoben. Unser berechtigtes Interesse liegt in der zielgerichteten Auswahl möglicher Interessenten für unsere Veranstaltungen. Mehr Informationen zur Quelle und der Verwendung Ihrer Daten finden Sie hier: [www.wissensforum.de/adressquelle](http://www.wissensforum.de/adressquelle)

Mit dem FSC® Warenzeichen werden Holzprodukte ausgezeichnet, die aus verantwortungsvoll bewirtschafteten Wäldern stammen, unabhängig zertifiziert nach den strengen Kriterien des Forest Stewardship Council® (FSC). Für den Druck sämtlicher Programme des VDI Wissensforums werden ausschließlich FSC-Papiere verwendet.

