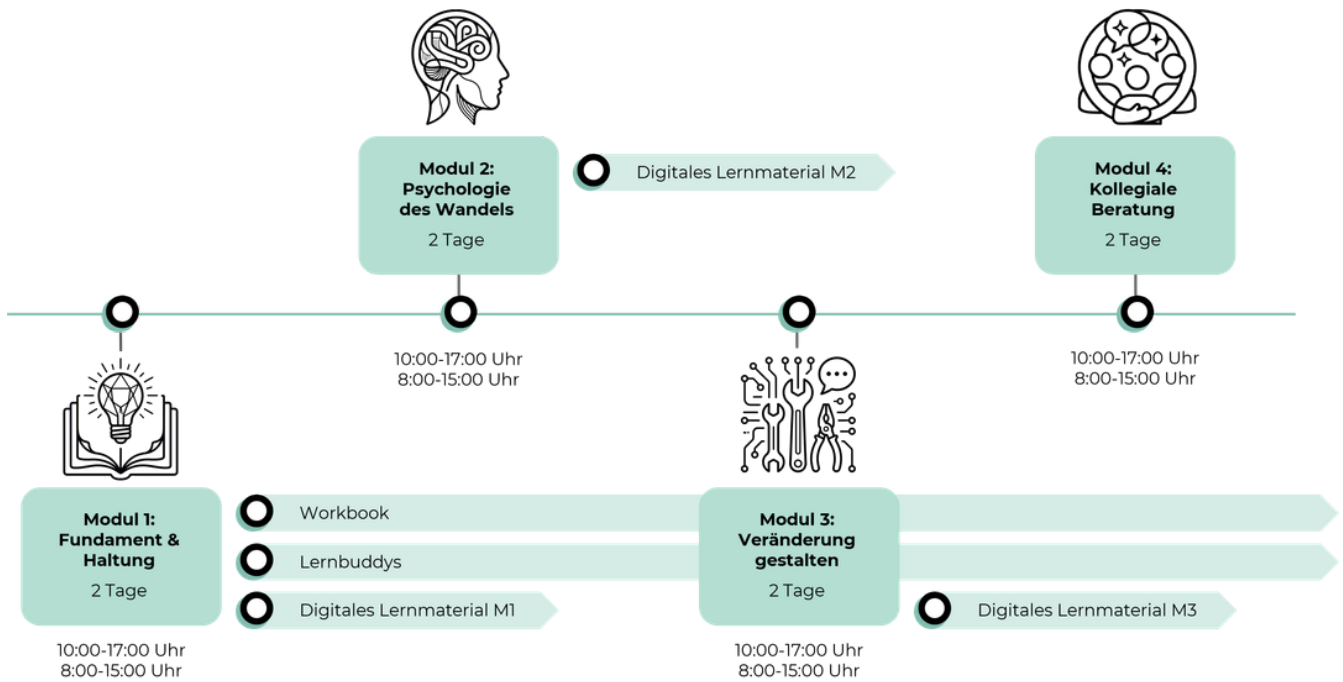


# Inhouse-Schulung: Change Competence



## Die Herausforderung

Veränderungen sind notwendig für das Überleben von Unternehmen, verlaufen aktuell jedoch mit enormer Dynamik, Komplexität und Belastung. Das fordert bestehende Strukturen heraus und belastet Teams sowie Führungskräfte:

- **Hohe Taktung:** Ein Change jagt den nächsten - ohne Phasen der Konsolidierung.
- **Komplexität:** Parallele Transformationsprozesse überlagern sich.
- **Zeitdruck:** Versäumte Anpassungen müssen rasch nachgeholt werden.
- **Change Fatigue:** Dauerhafte Unsicherheit führt zu Ermüdung und Widerständen.

## „Change Competence“ befähigt dazu, ...

- **...selbst souverän zu agieren:** Eigene Veränderungsprozesse professionell zu reflektieren und auch bei Unsicherheit handlungsfähig zu bleiben.
- **...andere wirksam zu begleiten:** Teams empathisch durch Ungewissheit führen und den Fokus zielorientiert wie zuversichtlich halten.
- **...sicher zu kommunizieren:** Change-Botschaften transparent, verständlich und motivierend vermitteln.
- **...Dynamiken zu steuern:** Psychologische Reaktionen auf Veränderung frühzeitig erkennen, einordnen und konstruktiv aufgreifen.



## Eure Trainerin

Vera Podlinski ist Arbeits- und Organisationspsychologin, systemischer Coach und Moderatorin mit zehn Jahren Praxis in der Begleitung von Veränderungsprozessen. Sie unterstützt Unternehmen dabei, Wandel bewusst zu gestalten und auf Team- sowie Organisationsebene wirksam umzusetzen. Ihr Ansatz verbindet psychologisches Fachwissen mit systemischer Organisationsentwicklung und klarer Praxisorientierung - für spürbare Ergebnisse in Zusammenarbeit, Kommunikation und Führung.

[www.fityourmind-coaching.de](http://www.fityourmind-coaching.de)

# Change Competence - Module

## **Modul 1 – Fundament & Haltung: Veränderungstheorien und die eigene Change-Biografie**

Das Programm startet mit einem Einstieg in den Wandel und einem gemeinsamen Verständnis von „Change Competence“. Der theoretische Baustein vermittelt zentrale Modelle und Theorien, um Veränderungsprozesse strukturiert einzuordnen und zu steuern.

Auf persönlicher Ebene reflektieren die Teilnehmenden ihre Change-Biografie und Glaubenssätze. So stärken sie Resilienz, Ambiguitätstoleranz sowie eine systemische Haltung, um in Unsicherheit handlungsfähig zu bleiben.



## **Modul 2 – Psychologie des Wandels: Emotionale Dynamik, Widerstand & Veränderungsbereitschaft**

Modul 2 beleuchtet die psychologischen Mechanismen und emotionalen Dynamiken im Change. Die Teilnehmenden lernen, wie Veränderungsbereitschaft entsteht und welche Rolle Grundbedürfnisse sowie Psychologische Sicherheit spielen, um Stabilität in unsicheren Zeiten zu schaffen.

Zudem analysieren sie Ursachen von Widerstand, entwickeln Strategien gegen Change-Fatigue und nutzen ihren Handlungsspielraum, um Veränderungen aktiv zu begleiten.



## **Modul 3 – Veränderung gestalten: Von der Roadmap bis zur Change Kommunikation**

Modul 3 widmet sich der strategischen Steuerung von Transformationen. Die Teilnehmenden nutzen praxiserprobte Tools, um Veränderungsvorhaben strukturiert zu planen und Roadmaps zu entwickeln. Über Stakeholder-Analysen und Partizipationsmodelle erlernen sie gezielte Umfeldeinbindung, um Skepsis in Motivation zu wandeln. Zudem steht wirksame Change-Kommunikation im Fokus: Sie erarbeiten Change-Stories, passende Formate und Framing, um Visionen klar zu vermitteln.



## **Modul 4 – Kollegiale Beratung: Eigene Change- Herausforderungen meistern**

Das finale Modul fokussiert den Praxistransfer und den Schulungsabschluss. In einem Planspiel erproben die Teilnehmenden Methoden unter realitätsnahen Bedingungen. Kernstück ist die Arbeit an eigenen Praxiscases: Mittels kollegialer Beratung ("Soundingboards") reflektieren sie Herausforderungen und erarbeiten konkrete Handlungsschritte. Den Abschluss bilden der Rückblick auf die persönliche Learning Journey und die Zertifikatsübergabe.