

**Den eigenen State beeinflussen**

Vielleicht fragst du dich gerade: "Na toll, aber was mache ich, wenn mein State eigentlich gar nicht so positiv ist?"

Probiere folgende Übung aus und finde es heraus:

**PDF** Deinen State verbessern

Die Fragen in der vorangegangenen Übung sind nur einige Beispiele von kurzen Interventionen, mit denen du deinen Fokus verändern und deinen State verbessern kannst. **Wie häufig werden bei dir im**



**Der Kompass der Veränderung**



Wir alle sind ständig in Veränderung. Mal sind es große Veränderungsphasen, mal kleinere Veränderungsprojekte - beruflich wie privat.

Das Bild des Kompasses bei Veränderungsprozessen kann dir Aufschluss geben, wie du der Veränderung gegenüberstehst.

Die Ausrichtung der drei Zeiger beeinflusst nämlich deinen Umgang mit der Veränderung.

E-Learning

# Veränderungskompetenz stärken



Kennen Sie das auch? Erst gestern wurde ein neuer Prozess eingeführt, über die nächsten Wochen sollen Sie und Ihre Kolleg:innen sich Gedanken zur neuen Teamstruktur machen und das neue Tool wird ab dem Folgemonat Ihre Zusammenarbeit strukturieren. Kommen Sie noch mit?

Unsere Welt dreht sich immer schneller. Eine Veränderung jagt die nächste. Sie sind scheinbar zu einem Dauerzustand geworden. Einen konstruktiven Umgang mit verändernden Gegebenheiten zu finden, ist deshalb unausweichlich. Dieses E-Learning bietet Ihnen viele wertvolle Impulse, mit den Veränderungen um sich herum souverän Schritt zu halten. Sie lernen, positive Facetten von Veränderungen herauszukitzeln und richten Ihr Mindset aus, um individuelle Wachstumsmöglichkeiten in Veränderungen auszumachen. Statt auf äußere Begebenheiten zu reagieren, übernehmen Sie Verantwortung und beginnen aktiv zu agieren. Gleichzeitig entwickeln Sie ein Bewusstsein für sich ständig verändernde Gegebenheiten und mögliche Herausforderungen und erhalten Impulse und Tools, um ihnen mit mehr Leichtigkeit zu begegnen. Gestalten Sie Veränderungen ab jetzt selbstbestimmt, konstruktiv und nachhaltig.

Buchungsnummer: **34919**

Teilnehmer:innenkreis:  
Fach- und Führungskräfte aller Branchen, die ein neues Mindset einüben möchten, dass die eigene Lernfähigkeit und Veränderungsbereitschaft stärkt, um für Veränderungen und Herausforderungen im Berufsalltag noch besser gerüstet zu sein.

Lerdauer: **ca. 1,5 Stunden**

Sprachen:  

Einzelpreis:

€ 49,- zzgl. MwSt. | € 58,31 inkl. MwSt.

*Paketpreise ab 50 Lizenzen auf Anfrage*

## Lernziele

- ✓ Sie können Ihre Veränderungsbereitschaft reflektieren.
- ✓ Sie verstehen Hintergründe von Widerständen bei Veränderungen.
- ✓ Sie nehmen Veränderung als integralen Bestandteil des Lebens an.
- ✓ Sie wissen um Ihre Stärken und Kompetenzen, die Ihnen bei Veränderungen behilflich sein können.
- ✓ Sie kennen die Rolle von Emotionen bei Veränderungen.
- ✓ Sie wissen, wie Sie Veränderungen nachhaltig etablieren können.

## Inhalte

Warum fällt uns Veränderung manchmal so schwer?

Welche Rolle spielt Akzeptanz bei Veränderung?

Wie kann mein State Veränderung erleichtern?

Lust auf Veränderung - gibt es so etwas?

Wie gelingt Schritt für Schritt die Veränderung?



**Infos im Web**

[www.haufe-akademie.de/34919](http://www.haufe-akademie.de/34919)



**Lassen Sie sich beraten**

Tel. +49 761 595339-10 • [digitales-lernen@haufe-akademie.de](mailto:digitales-lernen@haufe-akademie.de)