

Change Fatigue: Teams stabil durch den Wandel führen

Orientierung geben · Vertrauen stärken · Handlungsfähig bleiben



Praxis-Seminar

- Veränderungsmüdigkeit frühzeitig erkennen und gegensteuern
- Widerstände und Unsicherheiten konstruktiv begleiten
- Orientierung und psychologische Sicherheit schaffen
- Vertrauen und Motivation im Team stärken
- Schwierige Veränderungsgespräche souverän führen
- Die eigene Belastbarkeit und Wirksamkeit erhöhen
- Teams auch in turbulenten Zeiten handlungsfähig halten

Referentin



Dr. Annette Feuchter
Führungskräftetrainerin
Training, Coaching, Mediation
Heidelberg

Programm

Veränderungsmüdigkeit erkennen und verstehen

- Was steckt hinter Change Fatigue?
- Ursachen, Auslöser und typische Symptome
- Auswirkungen auf Motivation, Leistung und Zusammenarbeit
- Veränderungsmüdigkeit im eigenen Team erkennen und einordnen

Widerstände und Unsicherheiten konstruktiv begleiten

- Widerstand als normale Reaktion auf Veränderung verstehen
- Typische Verhaltensmuster in Veränderungsprozessen
- Umgang mit Sorgen, Frustration und Ablehnung
- Schwierige Gespräche sicher und wertschätzend führen

Orientierung und Stabilität im Wandel schaffen

- Psychologische Sicherheit als Erfolgsfaktor
- Vertrauen auch in unsicheren Zeiten stärken
- Klar und glaubwürdig kommunizieren
- Handlungsfähigkeit und Zusammenhalt im Team fördern

Wirksam führen in herausfordernden Veränderungsphasen

- Die eigene Rolle als Führungskraft reflektieren
- Einflussmöglichkeiten gezielt nutzen
- Resilienz und Prosilienz® im Führungsalltag
- Persönliche Strategien für aktuelle Herausforderungen entwickeln

Transfer in die Praxis

- Reflexion der eigenen Führungssituation
- Entwicklung konkreter Maßnahmen für das eigene Team
- Austausch von Erfahrungen und bewährten Vorgehensweisen
- Individueller Aktionsplan für die Umsetzung im Führungsalltag



Seminarziel

Veränderung ist längst kein Ausnahmezustand mehr – sie ist zum Dauerzustand geworden. Neue Strategien, Reorganisationen, Digitalisierungsvorhaben und steigende Anforderungen fordern Mitarbeitende und Führungskräfte gleichermaßen heraus. Die Folge: Motivation sinkt, Widerstände nehmen zu und selbst engagierte Teams zeigen Anzeichen von Erschöpfung und Veränderungsmüdigkeit.

Gerade in solchen Phasen kommt Führungskräften eine entscheidende Rolle zu: Sie müssen Orientierung geben, Vertrauen schaffen und handlungsfähig bleiben – auch wenn viele Antworten noch nicht feststehen.

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie Veränderungsmüdigkeit frühzeitig erkennen, Unsicherheiten professionell begleiten und Ihr Team auch in herausfordernden Veränderungsprozessen stabil führen. Sie lernen, Widerstände konstruktiv zu nutzen, psychologische Sicherheit zu fördern und mit einer klaren Führungshaltung Zuversicht und Handlungsfähigkeit zu stärken.

Sie erhalten praxisnahe Werkzeuge und konkrete Strategien, um Veränderungen wirksam zu begleiten, die Motivation Ihrer Mitarbeitenden zu erhalten und sich selbst in Zeiten hoher Belastung souverän und resilient aufzustellen.

Wissenswertes

Zielgruppe

Das Seminar richtet sich an Führungskräfte aller Ebenen aus Unternehmen, Verwaltung, Gesundheitswesen und Non-Profit-Organisationen, die ihre Mitarbeitenden sicher durch Veränderungsprozesse begleiten und auch in Phasen hoher Unsicherheit Orientierung geben möchten. Angesprochen sind insbesondere Führungskräfte, die Veränderungen aktiv gestalten, Widerstände konstruktiv nutzen und die Motivation sowie Handlungsfähigkeit ihrer Teams stärken wollen.

Ihr konkreter Mehrwert

- Veränderungen wirksam begleiten, ohne Mitarbeitende zu überfordern
- Motivation und Vertrauen auch in unsicheren Zeiten erhalten
- Schwierige Veränderungsgespräche sicher und professionell führen
- Die eigene Wirksamkeit und Resilienz nachhaltig stärken

Methodik

Das Seminar verbindet wissenschaftlich fundierte Impulse mit einem hohen Praxisbezug. Neben kurzen Theorieeinheiten stehen der Erfahrungsaustausch, die Reflexion eigener Führungssituationen sowie die Erarbeitung konkreter Lösungsansätze im Mittelpunkt.

Die Teilnehmenden erhalten zahlreiche Anregungen und direkt umsetzbare Werkzeuge für ihre aktuelle Führungspraxis sowie die Seminarunterlagen als PDF-Datei.

Unsere Referentin



Dr. Annette Feuchter

Promovierte Psychologin | Führungskräftetrainerin | Mediatorin | Supervisorin & Coach (DGSv), Heidelberg

Dr. Annette Feuchter ist Führungskrafttrainerin, Coach und Mediatorin mit mehr als 25 Jahren Führungs- und Leitungserfahrung in Wirtschaft und Weiterbildung. Sie begleitet Führungskräfte und Teams in Veränderungsprozessen, bei der Entwicklung wirksamer Führung sowie im konstruktiven Umgang mit Konflikten, Unsicherheiten und Widerständen.

Als systemisch-lösungsorientierte Supervisorin und Coach verbindet sie fundiertes psychologisches Know-how mit langjähriger Führungserfahrung. Ihre Seminare zeichnen sich durch einen hohen Praxisbezug, wertvolle Reflexionsimpulse und direkt umsetzbare Lösungsansätze für den Führungsalltag aus.

Resilienz im Beruf: Mental stark bleiben unter Druck

9./10. Juli 2026, Online-Veranstaltung

Führung kompakt: Sicher führen im Alltag

4.–25. August 2026, Online-Veranstaltung

Handlungssicherheit für die Führung von psychisch belasteten Mitarbeitenden

30. September 2026, Mannheim

Souverän in Mitarbeiter- und Beurteilungsgesprächen

13. Oktober 2026, Online-Veranstaltung

Souverän kommunizieren – Konflikte sicher meistern

2./3. November 2026, Online-Veranstaltung

► Diese und weitere Seminar-Angebote finden Sie bei uns online unter www.akademie-heidelberg.de/online-seminare

Maßgeschneiderte Inhouse-Schulungen – passgenau für Ihr Team!

Haben Sie schon einmal daran gedacht, Ihre Schulung direkt ins Unternehmen zu holen?

Ihre Vorteile auf einen Blick:

- Persönliche Beratung und individuelle Konzeption
- Erfahrene Referent*innen mit didaktischem Feingefühl
- Inhalte, die auf Ihre Ziele und Herausforderungen zugeschnitten sind
- Keine Reise- oder Übernachtungskosten für Ihr Team

Ob dieses oder viele andere Themen – wir entwickeln gern Ihre passgenaue Inhouse-Schulung!

Tel.: 06221/65033-0; E-Mail: info@akademie-heidelberg.de

Anmeldeformular

Change Fatigue: Teams stabil durch den Wandel führen

Name
Vorname
Position
Firma
Straße/Nr.
PLZ/Ort
Telefon
E-Mail
Name der Assistenz
Datum/Unterschrift

Senden Sie Ihre Anmeldung bitte an: anmeldung@akademie-heidelberg.de

Termin und Seminarzeiten

Mittwoch, 25. November 2026
9:00–16:30 Uhr
Online-Zugang ab 8:45 Uhr
Seminar-Nr. 26 11 SW583 W

Teilnahmegebühr

€ 590,- (zzgl. gesetzl. USt)

Die Gebühr beinhaltet die Teilnahme am Online-Seminar sowie die Präsentation als PDF-Datei.
Im Anschluss an das Seminar erhalten Sie ein Zertifikat, das Ihnen die Teilnahme an der Fortbildung bestätigt.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen (Stand: 01.01.2010), die wir Ihnen auf Wunsch gerne zusenden.
Diese können Sie jederzeit auch auf unserer Website einsehen: www.akademie-heidelberg.de/agb

Zum Ablauf

- Vor dem Seminartag erhalten Sie von uns eine E-Mail mit einem Link, über den Sie sich direkt in die Online-Veranstaltung einwählen können.
- Für Ihre Teilnahme ist es nicht notwendig, ein Programm herunterzuladen. Sie können am Seminar direkt per Zoom im Browser teilnehmen.
- Über Ihr Mikrofon und Ihre Kamera können Sie jederzeit Fragen stellen und mit den Referierenden und weiteren Teilnehmenden diskutieren. Alternativ steht auch ein Chat zur Verfügung.



AH Akademie für Fortbildung Heidelberg GmbH
Maaßstraße 32/1 · 69123 Heidelberg
Telefon 06221/65033-0
info@akademie-heidelberg.de
www.akademie-heidelberg.de