

## Zurück in die Zukunft – Angebote für die Zeit während und nach Corona

Aufgrund anhaltender Covid-19 Neuinfektionen werden wir alle noch längere Zeit unter anderen Rahmenbedingungen als früher leben und arbeiten. Das bedeutet für viele unserer Kund\*innen nach der „heißen Phase“ des Krisenmanagements, die neben Erfolgen auch Erschöpfung zurücklässt:

**Führung und Steuerung** so auszurichten, dass

- die Organisation auf die jeweiligen Veränderungen im Außen zeitnah und angemessen reagieren kann,
- die Kräfte der Mitarbeitenden geschont und gestärkt werden,
- die Organisation sich für die Zeit während und nach Corona zugleich stabil als auch anpassungsfähig aufstellt und
- eine Zukunft entwickelt und gestaltet werden kann, in der die in der Krise gewonnenen Erfahrungen und Erfolge genutzt und integriert werden können.

Auch wir haben unser Angebots-Portfolio den veränderten Rahmenbedingungen angepasst und setzen dabei auf zwei Schwerpunkte: **Führung und Resilienz**. Resilienz bedeutet Adaptionfähigkeit und Widerstandskraft. Resilienten Organisationen gelingt es Krisenzeiten gut zu bewältigen und daraus für die Gestaltung der Gegenwart und Zukunft zu lernen. Eine unserer Herangehensweisen ist dabei der embodimentbasierte Ansatz. Details zum Nutzen von **Embodiment** finden Sie auf der dritten Seite.

Wir möchten Sie dazu einladen, die nächsten Wochen und Monate zu nutzen, um Resilienz und resiliente Führung in Ihrer Organisation weiterzuentwickeln. Und wir möchten Sie gerne dabei begleiten!

Folgende Formate und Inhalte sehen wir dafür als hilfreich an:

- **Workshops und Klausuren für Managementteams, Leitungsgremien und Teams**
  - **Rückblick auf die Krisenbewältigung:** Was ist uns gelungen und wie?
  - **Gelungenes in die Zukunft übertragen und loslassen, was nicht mehr wirkungsvoll scheint:** Was hat sich bewährt und was davon wollen wir behalten, fortführen, weiterentwickeln? Wovon wollen wir uns verabschieden?
  - **Entwicklung braucht Zuversicht und Ziele:** Was sind aktuelle Herausforderungen? Wo sehen wir unsere Chancen? Wo wollen und können wir (aus heutiger Sicht) hin? Was können wir leisten und für wen?
  - **Strategie der nächsten Schritte:** Welche Prototypen der erwünschten Zukunft können wir jetzt schon entwickeln und in den Probetrieb aufnehmen?
  - **Partizipation und Empowerment:** Wie können wir unsere unterschiedlichen Ressourcen und Stärken gut nutzen und einsetzen? Wie das Engagement aller wertschätzen und fördern?

- **Leadership Development**

Wir wenden uns an Führungskräfte, die neugierig sind zu entdecken, welche Muster ihrem individuellen Führungshandeln zu Grunde liegen, wie diese ihre Wirkkraft in der Führungsrolle beeinflussen und wie sie ihre Körperintelligenz zur Potenzialentfaltung nutzen können. Essenzielle Ziele dabei sind die Erhöhung der Entscheidungsqualität sowie der Ausbau von Steuerungskompetenz, um individuelles und organisationales Lernen sowie nachhaltige Transformation zu ermöglichen.

- **Coaching für Führungskräfte, Teams und Mitarbeiter\*innen**

Wir arbeiten systemisch-lösungsfokussiert und embodimentbasiert an Reflexion, Ressourcenorientierung, Stabilisierung, Perspektivenentwicklung, Sparring für Führungsthemen und Entscheidungsfragen.

- **Workshops zu Resilienz und Gesundem Führen**

In Resilienz-Workshops für Führungskräfte oder Mitarbeiter\*innen steht im Zentrum, persönliche und organisationale Widerstandskraft, Krisenkompetenz und Bewältigungsstrategien zu erkennen und weiterzuentwickeln. Es geht hier auch um die Lernerfahrung, handlungsfähig in herausfordernden Situationen zu sein und eine gute Verbindung mit dem eigenen Körper aufzubauen. Workshops zu Gesundem Führen richten sich an Führungskräfte und machen Methoden und Wege erlebbar, wie Führung gesundheitsförderlich gestaltet werden kann.

- **Kollegiale Beratung**

Regelmäßiger kollegialer Austausch über Vorgehensweisen und fachliche Fragestellungen dient der Qualitätssicherung und hat gleichzeitig gesundheitsförderliche Effekte. Wir bieten auch Aufbau und Begleitung von (standort- und teamübergreifenden) Online-Interventionsgruppen.

Viele Formate können wir im Bedarfsfall gerne auch online anbieten.

Wir freuen uns, wenn Sie uns kontaktieren und wir mit Ihnen unverbindlich Ihre Anliegen und Erwartungen besprechen dürfen!



Mag.ª Ursula Breitenfelder, MSc  
+43 664 5345516  
[breitenfelder@melangeC.at](mailto:breitenfelder@melangeC.at)



Mag.ª Susanna Kober  
+43 699 11553962  
[office@susanna-kober.at](mailto:office@susanna-kober.at)



Mag.ª Elisabeth Raggam  
+43 664 3243630  
[raggam@melangeC.at](mailto:raggam@melangeC.at)

## Nutzen unseres Embodiment-Angebots

Im klassischen Beratungs-, Trainings- und Coachingsetting stehen uns sehr hilfreiche und wirksame Methoden zur Verfügung, die den Beratungsprozess professionell zum Ziel führen. Diese Methoden sind häufig rational logisch aufgebaut und nützen vor allem die kognitive Intelligenz der Kund\*innen. Embodiment und der neurosystemische Beratungsansatz vernetzen das biologische (Organismus und Körperintelligenz), das psychische (Denken, Wahrnehmung, Emotion, Bewusstheit) und das soziale System (Kommunikation und Beziehung) miteinander.

Unser Körper ist das Medium, über das wir mit der Welt in Resonanz gehen. Die Embodiment-Forschung zeigt, dass physiologische, kognitive und emotionale Wechselwirkungsprozesse unsere Wahrnehmung und unser Verhalten über somatische Marker weit schneller und stärker steuern, als es das Denken allein zu tun vermag.

Somatische Marker sind individuell sehr unterschiedliche verkörperte Erlebnisse, die unser Verhalten meist unbewusst steuern. Im Laufe unseres Lebens werden sie als Gefühle, Denkweisen, Körperempfindungen und -haltungen im emotional-körperlichen Erfahrungsgedächtnis abgespeichert und haben einen wesentlichen Einfluss auf unser Verhalten, unsere Kommunikation und unsere professionelle und private Beziehungsgestaltung.

Embodimentbasiertes Vorgehen ist deshalb besonders wirkungsvoll und umsetzungsstark, weil der Körper als eine wichtige Instanz für die Veränderungs- oder Entwicklungsarbeit der Kund\*innen miteinbezogen wird. Dabei setzen wir auch auf (Körper)Haltung, weil diese erfahrungsgemäß Nachhaltigkeit und dauerhafte Transformation unterstützt und uns dabei hilft, alt bekannte, aber nicht mehr erfolgreiche Handlungsmuster loszulassen und durch wirkungsvollere zu ersetzen.

Folgende Formate sind bei unseren Kund\*innen sehr beliebt:

- **Organisationsgestaltung und Embodiment:**
  - Leitbild- und Strategieentwicklung
  - Führungssystementwicklung
  - Kulturtransformation
- **Embodied Leadership:**
  - Embodimentbasierte Selbstführung
  - Mitarbeiter\*innen und Teams embodimentbasiert führen
- **Embodimentbasierter Resilienzworkshop** zur Stärkung von Gesundheit und Wohlbefinden
- **Neurosystemisches Coaching** für Führungskräfte und Mitarbeiter\*innen

Wir schneiden alle unsere Angebote nach Maß und freuen uns über Ihre Neugierde auf diesen besonderen Ansatz!

Gerne stehen Ihnen Susanna Kober und Elisabeth Raggam für ein unverbindliches Gespräch zur Verfügung.