

Welche Phase der Veränderung ist es? – Checkliste



Verhaltensweisen der Person	Meine möglichen Reaktionen	Notizen
1. Phase: Schock Die Person <input type="checkbox"/> ist wie gelähmt und wartet ab. <input type="checkbox"/> ist aufgewühlt. <input type="checkbox"/> trifft keine Entscheidungen. <input type="checkbox"/> zieht sich zurück.	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Zeit lassen, um die Situation zu realisieren 👉 Transparent und ausführlich informieren 👉 Gründe für die Veränderung nennen 👉 Plan für den weiteren Verlauf aufzeigen 	
2. Phase: Widerstand Die Person <input type="checkbox"/> stellt sich aktiv gegen die Veränderung. <input type="checkbox"/> redet und diskutiert viel. <input type="checkbox"/> entwickelt Ideen, um die Veränderung abzuwenden. <input type="checkbox"/> sucht sich Verbündete.	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Emotionen zulassen 👉 Regelmäßig austauschen 👉 Zuhören und Widerstände ernst nehmen 👉 Verständnis für die Person entwickeln 👉 Deutlich machen, dass Verleugnung nicht hilft 	
3. Phase: Rationale Einsicht Die Person <input type="checkbox"/> trauert dem Vergangenen nach. <input type="checkbox"/> sehnt sich nach gewohnten Abläufen. <input type="checkbox"/> hat schlechte Stimmung. <input type="checkbox"/> erbringt schlechtere Leistungen.	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Ängste zulassen und ernst nehmen 👉 Handlungsperspektiven aufzeigen 👉 Über Veränderung sprechen 👉 Mit kleinen Schritten beginnen 	
4. Phase: Emotionale Akzeptanz Die Person <input type="checkbox"/> ist sehr emotional, weint, jammert <input type="checkbox"/> hat wenig Antrieb. <input type="checkbox"/> ist dünnhäutig und empfindsam. <input type="checkbox"/> hat wenig Motivation. <input type="checkbox"/> fühlt sich hilflos und alleingelassen.	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Gemeinsame Gespräche über die Veränderung 👉 Unterstützung organisieren 👉 Zur Reflexion anregen 👉 Neue Strukturen und Abläufe finden 	
5. Phase: Ausprobieren Die Person <input type="checkbox"/> ist neugierig und stellt Fragen. <input type="checkbox"/> ist motiviert und kraftvoll. <input type="checkbox"/> ist aktiv und probiert neue Dinge aus. <input type="checkbox"/> empfindet Freude und ist optimistisch.	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Auf den Neubeginn konzentrieren 👉 Gemeinsam Kräfte mobilisieren 👉 Stärken des Teams nutzen 👉 Erfolge feiern und Team loben 👉 Fokus auf Meilensteine legen 	
6. Phase: Integration Die Person <input type="checkbox"/> ist zufrieden und stolz. <input type="checkbox"/> erledigt neue Abläufe. <input type="checkbox"/> ist fröhlich und gut gelaunt. <input type="checkbox"/> fühlt sich wohl und ist erleichtert.	<ul style="list-style-type: none"> 👉 Ruhe genießen 👉 Routinen stabilisieren 👉 Die Stärken des Neuen standardisieren 👉 Über Erfahrungen sprechen 👉 Auf die nächste Veränderung vorbereiten 	