

# Veränderung gestalten

## Die Kunst, sich selbst zu führen

**I**n der Herausforderung, zunehmende Dynamik und Komplexität zu bewältigen, ist es unbestritten eine Kernanforderung von Organisationen, mit Veränderungen kompetent umzugehen. Weniger akzeptiert ist es noch, dass die Kunst der Selbstführung dabei eine wesentliche Rolle spielt, und zwar auf allen Ebenen der Organisation. Doch nur wenn ich meine innere Landkarte kenne und diese für mein Denken und Handeln in Veränderungsprozessen nutzen kann, werde ich einen konstruktiven Beitrag für das Gesamte leisten und selbst dabei mit mir im Reinen sein können.

Was heißt nun aber Selbstführung in Veränderungsprozessen? So komplex und einzigartig wie der Mensch in seiner Innenwelt ist, so vielfältig und individuell werden auch die Antworten auf diese Frage bei jedem ausfallen. Deshalb braucht es den inneren Kompass, der ei-

nem hilft, sich immer wieder neu auszurichten. Folgende Fragen können eine Orientierung sein und dazu einladen, den Veränderungsprozess für die Auseinandersetzung mit sich selbst zu nutzen:

1. Welche Werte leiten mich?  
Was ist mir wichtig? Was brauche ich, um mich einbringen zu können? Was ist mein eigener Beitrag, mir dies zu gestalten oder erwarte ich von Anderen, die Voraussetzungen dafür für mich zu schaffen?
2. Was gibt mir Antrieb? Was bremst mich aus? Was sind meine persönlichen Ziele, die ich in diesem Prozess realisieren kann? Welche Ziele muss ich vielleicht aber auch dem großen Ganzen unterordnen?
3. Welche Vorannahmen und Vorurteile habe ich? Wie beeinflussen mich diese in meinem Denken und Handeln?

4. Was strahle ich aus als Person (z.B. Vertrauen/Misstrauen, Neugierde/Bewahren wollen, Mut/Vorsicht)? Wie wirkt sich dies auf die Gestaltung von Veränderungsprozessen in meinem Umfeld aus?

5. Wie gehe ich mit eigenen und fremden Widerständen und Konflikten um?

6. Wie reagiere ich auf Unsicherheit, auf fehlende Informationen, wenn ich das Gefühl habe, nicht zu verstehen, worum es geht?

7. Wie gehe ich mit meinen eigenen Ressourcen um? Habe ich neben allen Anforderungen ausreichend Möglichkeiten geschaffen, um Kraft aufzutanken und in Balance zu bleiben?

Dr. Regina Hauser ist Veränderungsexpertin und selbstständige Organisationsberaterin in Freiburg.

**Dr. Regina Hauser**

Hauser ONE Organisationsberatung  
Langgasse 22  
79111 Freiburg

Mobil: +49 (0) 1 60 / 6 36 96 73

Tel. +49 (0) 7 61 / 2 90 86 96

Fax: +49 (0) 7 61 / 42 99 30 43

E-mail: [regina.hauser@hauser-one.com](mailto:regina.hauser@hauser-one.com)

Internet: <http://www.hauser-one.com>