

Workshops & Klausuren

Impulse, Orientierung und gemeinsame
Ausrichtung

Raum für Perspektivenwechsel, Klarheit und neue Energie

Workshops und Klausuren bieten die Möglichkeit, sich bewusst vom Tagesgeschäft zu lösen und Themen zu bearbeiten, für die im Alltag wenig Raum bleibt. Sie schaffen Struktur, Orientierung und ein gemeinsames Verständnis – für Teams, Führungskreise oder gesamte Organisationseinheiten.

Im Fokus stehen Reflexion, Dialog, Weiterentwicklung und ein konstruktiver Umgang mit aktuellen Herausforderungen.



Themenfelder

Unsere Workshops und Klausuren decken ein breites Spektrum ab – immer angepasst an Ziel, Zielgruppe und Ausgangslage.

Besonders wertvoll sind sie in Themenbereichen, die im Arbeitsalltag oft zu kurz kommen:

- **Zusammenarbeit zwischen Generationen & unterschiedlichen Wertvorstellungen**
 - Generation X, Y, Z – Erwartungen, Denkweisen und Arbeitsstile
 - Verständnis füreinander schaffen & Vorurteile abbauen
 - Gemeinsame Kommunikations- und Arbeitsprinzipien definieren
 - Umgang mit unterschiedlichen Ansprüchen an Führung, Feedback und Struktur
- **Stressmanagement & gesunde Leistungsfähigkeit**
 - Umgang mit Druck, Verantwortung und emotionalen Belastungen
 - Individuelle und kollektive Stressmuster erkennen
 - Methoden der Selbstregulation und Resilienzstärkung
 - Arbeitskultur, die Kraft gibt statt Kraft nimmt
- **Umgang mit Veränderung & Unsicherheit**
 - Reaktionen und Dynamiken in Veränderungsprozessen verstehen
 - Veränderungen annehmen, gestalten, kommunizieren
 - Sicherheit schaffen trotz Unsicherheit
 - Rollen, Erwartungen und Verantwortlichkeiten klären

- **Kulturarbeit & lebendige Zusammenarbeit**

- Werte, Leitlinien und Teamkodizes entwickeln
- Kommunikationskultur gestalten – ehrlich, wertschätzend, wirksam
- Gemeinsame Spielregeln für Zusammenarbeit, Meetings und Entscheidungen
- Vertrauen, Offenheit und Mut im Miteinander stärken

- **Strategie, Prozesse & Ausrichtung**

- Ziele und Prioritäten definieren
- Strukturen und Abläufe reflektieren und vereinfachen
- Entscheidungen fundiert treffen & Transparenz schaffen

Die Themen können einzeln oder in Kombination bearbeitet werden – je nach Bedarf.

Methodenvielfalt mit Praxisnähe

Unsere Workshops und Klausuren verbinden Struktur mit Interaktion – so entsteht nachhaltige Wirkung. Zum Einsatz kommen u. a.:

- moderierte Dialoge und Gruppenarbeiten
- Werte- und Generationen-Analysen
- Stress- und Resilienzreflexionen
- Persönlichkeits- und Verhaltenstests (z. B. DISG)
- Visualisierungen, Zukunftswerkstätten, Entscheidungsformate
- Out- und Indoor-Übungen zur Aktivierung und Perspektivenöffnung
- Tools aus der systemischen Beratung, Organisationsentwicklung und Kommunikationspsychologie

Der Mix aus Reflexion, Austausch und erlebnisorientierten Elementen sorgt für hohe Beteiligung und echte Ergebnisse.

Ihr Nutzen auf einen Blick

Workshops und Klausuren schaffen Klarheit, Energie und Orientierung – sowohl für Teams als auch für Organisationen.

Teilnehmende profitieren durch:

- Besseres Verständnis zwischen Generationen, Rollen und Persönlichkeiten
- Gesünderen Umgang mit Stress, Druck und Herausforderungen
- Mehr Offenheit und Gesprächsbereitschaft

Academy für psychosoziale Berufe und systemische Organisationsentwicklung

- Gestärkte Resilienz – individuell und im Team
- Transparente Kommunikation und klare Vereinbarungen
- Gemeinsame Ausrichtung in Phasen von Veränderung oder Wachstum
- Verbesserte Zusammenarbeit und neue Lösungswege

Workshops und Klausuren schaffen den Rahmen, um Herausforderungen zu verstehen – und Zukunft aktiv zu gestalten.

Trainer:innen Team:



Helmut Widhalm, MSc

MINDSET & MENTAL HEALTH EXPERT

Mit mehr als drei Jahrzehnten Erfahrung ist Helmut, Geschäftsführer von Sysmentalik, ein ausgewiesener Experte und inspirierender Impulsgeber. Er vereint Sozialkompetenz, Fachwissen und ein tiefes Verständnis für die Bedürfnisse seiner Kunden zu wirksamen Lösungen.



Sabine Hahn, MSc

PERSÖNLICHKEITSTRAINERIN

Mit 20 Jahren Erfahrung im HR-Bereich, ist Sabine Profi im Bereich der Personal-entwicklung. Sie weiß, wie wichtig es ist, Potenziale zu erkennen und gezielt zu fördern – für Lehrlinge und Unternehmen gleichermaßen

Für weitere Informationen oder bei konkreten Fragen kontaktieren Sie uns gerne.

Wir freuen uns auf Sie.

www.sysmentalik.at