

**fi-Angebot**  
**Offene Krisen-Cafés**  
**zur persönlichen Krisenbewältigung im Arbeitskontext**

**FRAHM INSTITUT FÜR KONFLIKTDYNAMIK UND  
UNTERNEHMENSENTWICKLUNG GMBH**

Krögerstraße 22, 22145 Hamburg

Tel.: 040-693 68 01

[info@frahm-institut.de](mailto:info@frahm-institut.de)

[www.frahm-institut.de](http://www.frahm-institut.de)



# Krisen-Cafés zur persönlichen Krisenbewältigung im Arbeitskontext | ECKDATEN

## Angebot und Organisatorisches

- Das Frahm Institut bietet in dieser Krisenzeit **webbasierte Krisen-Cafés** zur emotionalen Entlastung an.
- Im Fokus steht:
  - Das Verstehen der Krisendynamik und deren Auswirkungen auf mich als Mitarbeitenden/Führungskraft in meiner Organisation
  - Persönliche Standortbestimmung und Reflexion
  - Re-Aktivierung des eigenen Handlungsspielraums
- Maximale Anzahl der Teilnehmenden: 10 - 15
- Anmeldung per Mail an: [krisensupport@frahm-institut.de](mailto:krisensupport@frahm-institut.de)

## Durchführung

- Beraterinnen des Frahm Institut für Konfliktodynamik und Unternehmensentwicklung GmbH
  - *Julia Roloff-Kemper, Organisationsberaterin, Bachelor International Business Administration*
  - *Uta Frahm, Diplom Psychologin und systemische Organisationsberaterin*
  - *Carolin Hackel, Organisationsberaterin, Master of Science Psychologie*

## Leistungsumfang

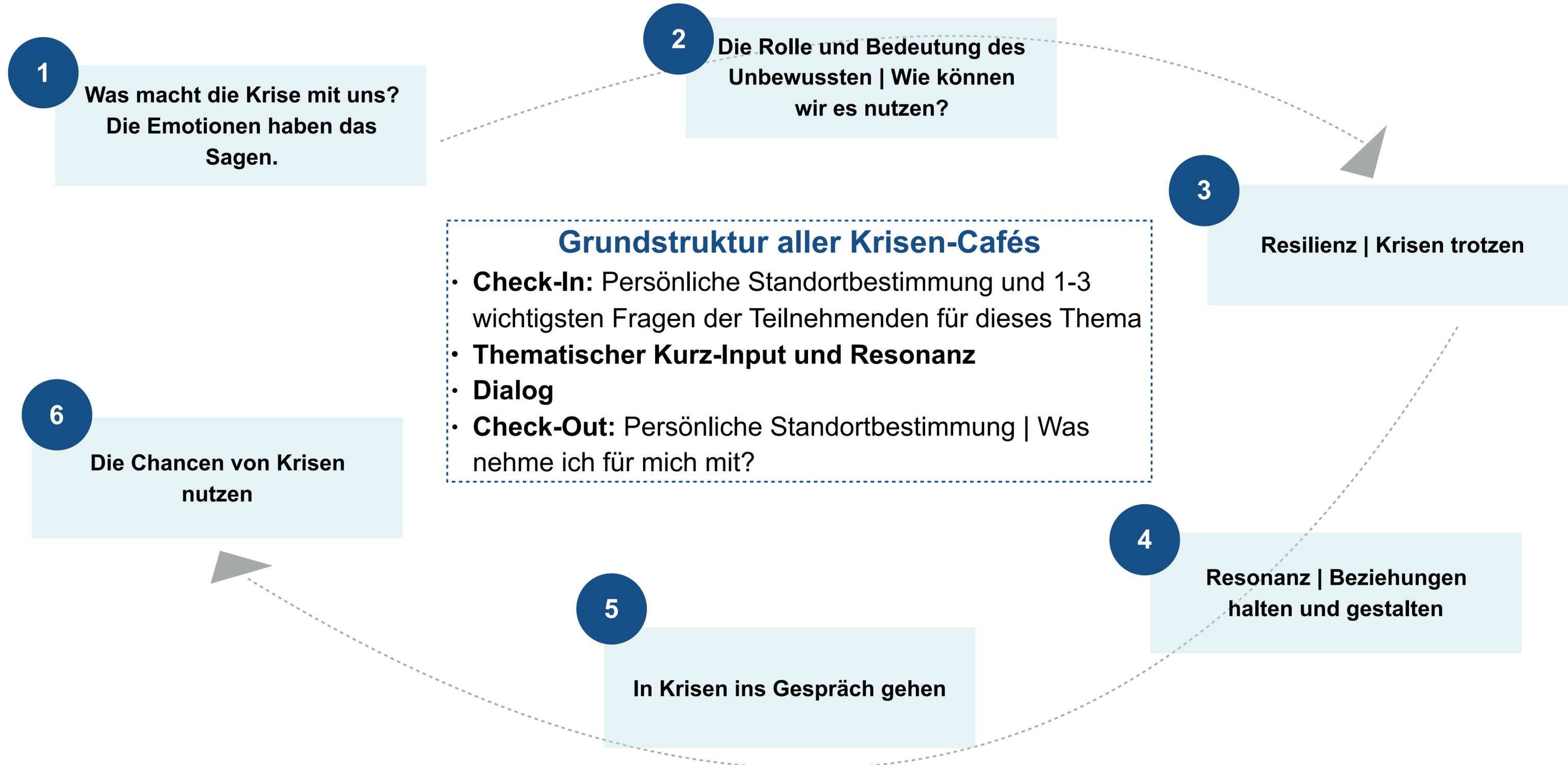
Zum Leistungsumfang gehören:

- Ein Krisen-Café umfasst je 1,5 Std. Webinar zur persönlichen Krisenbewältigung im Arbeitskontext.
- Die gesamte Krisen-Café-Reihe umfasst 6 Einheiten á 1,5 Std., die aufeinander aufbauend konzipiert sind.
- Es können jedoch auch einzelne Cafés besucht werden; es ist nicht notwendig alle 6 Einheiten zu buchen.

## Kalkulationsgrundlage / Honorarsatz

- Zahlen Sie so viel, wie es Ihnen Wert ist.

# Krisen-Cafés zur persönlichen Krisenbewältigung im Arbeitskontext | ÜBERBLICK



# Krisen-Cafés zur persönlichen Krisenbewältigung im Arbeitskontext | Inhalt

## 1. Krisen-Café | Thematischer Schwerpunkt: Was macht die Krise mit uns? Die Emotionen haben das Sagen.

- Eigene Standortbestimmung
- Eigene Ängste und Potenziale
- Den Blick für Positives öffnen

## 2. Krisen-Café | Thematischer Schwerpunkt: Die Rolle und Bedeutung des Unbewussten | Wie können wir es nutzen?

- Das eigene Unbewusste und das meiner Umgebung erkunden
- Eigene Dynamiken und Muster identifizieren und verstehen
- Nachdenken und Entscheidungen treffen in unsicheren Situationen

## 3. Krisen-Café | Thematischer Schwerpunkt: Resilienz | Krisen trotzen

- Eigene Resilienz-Parameter prüfen und stärken
- Die eigene Resilienz im Zusammenspiel mit dem privaten und beruflichen Umfeld

## 4. Krisencafé | Thematischer Schwerpunkt: Resonanz | Beziehungen halten und gestalten

- Beziehungsstress: verdeckte Spannungen, Druck, Vorwürfe und andere Themen
- Konflikte deeskalieren und auflösen

## 5. Krisen-Café | Thematischer Schwerpunkt: In Krisen ins Gespräch gehen

- Neue Kommunikationswege: Nähe in Distanz
- Anders sprechen
- Neue Rituale entwerfen und lebendig werden lassen

## 6. Krisen-Café | Thematischer Schwerpunkt: Die Chancen von Krisen nutzen

- Über den Tag hinaus denken
- Gestärkt aus der Krise hervorgehen

# Das fi-Paradigma | Unsere Ethik | Handlungsgrundsätze in allen Beratungsleistungen

Wir sind ein Hamburger Beratungsunternehmen mit einem ausgewiesenen Schwerpunkt im Bereich der latenten, teilweise verdeckten Prozesse: Organisationsimmanente Widersprüche und Spannungsfelder, einfache und komplexe Konfliktdynamiken, Musterbildungen. Diese bilden wir als eigene Qualität ab, die vielfach einer Eigenlogik folgen und vielfach über die handelnden Akteure hinaus Bestand haben.

Die moderne Forschung belegt, dass diese verdeckten, überwiegend unbewußten Prozesse entscheidenden Einfluss auf das Denken, Fühlen und Handeln der Menschen in Organisationen/Unternehmen haben.

Sowohl die Organisation selbst, wie auch die darin arbeitenden Personen entwickeln sich kontinuierlich weiter und bilden in diesem Sinne ein eigenes Spannungsverhältnis, das immer wieder konstruktiv balanciert werden muss.

Gelingt es nicht, dieses Spannungsverhältnis konstruktiv und produktiv entwicklungsorientiert zu gestalten, zeigt sich dies in Störungen, Blockaden und anderen Symptomen.

Gerade in dieser hochdynamischen Zeit, in der sich Sicherheiten auflösen, Orientierungen verloren gehen, und gleichermaßen disruptive Entwicklungen unsere Gesellschaft und auch die Unternehmen nachhaltig verändern (werden), erscheint der Zugang im Unternehmen / einer Organisation zu den verdeckten, unbewußten und schwierig erscheinende und teilweise auch heikle Themen an Bedeutung zu gewinnen. Diese Fähigkeit wird zum erfolgskritischen Faktor bei der Entwicklung von Zukunftsfähigkeit.

Unser Paradigma ermöglicht unseren Kunden:

- ein offenes und möglichst umfassendes An- und Besprechen von heiklen und brisanten Themen: Ängsten und Unsicherheiten,
- eine grundsätzlich abwertungs- und diskreditierungsfreie Kommunikation in allen Bezügen, besonders aber bei Schwierigkeiten, Störungen und Blockaden, zwischen Hierarchien, bei Konflikten, die sich bereits in Eskalations- oder auch Krisenprozessen befinden,
- ein Herausnehmen von Schuld- und anderen destruktiven Zuschreibungen,
- das Be- und Verarbeiten von Kränkungen und Verletzungen,
- ein Freilegen der Kräfte und Energien, die in den verdeckten heiklen und brisanten Themen, wie Ängsten und Unsicherheiten, Konflikt- und Spannungsfeldern sowie destruktiven und veralteten Musterbildungen gebunden sind
- eine (Re-)Vitalisierung der unternehmensspezifischen Entwicklungsdynamik

