

„Age-Management“ Teil II:

Praktisches Umsetzungs-Projekt:
FK-Workshop „50plus – Fit für die Zukunft“:
„Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“

(1) Etwas „Philosophie“

„Das Alter neu erfinden“

(2) Praxis

Ziele, Workshop-Prozess, Konkretisierungen

Großes Ziel: „Das Alter neu erfinden“

„Altes Alter“
(3 Lebens-Phasen)



„Neues Alter“
(4 Lebens-Zyklen
durch 10 zusätzlich
geschenkte Jahre)

Verschultes
fremdbe-
stimmtes
Lernen

Arbeitsver-
dichtung/-
Überlastung
→ BurnOut
-Gefahr

„Ausgemustert“ zum
„alten Eisen“, aufs
„Altenteil“ versetzt
→ BoreOut
-Gefahr



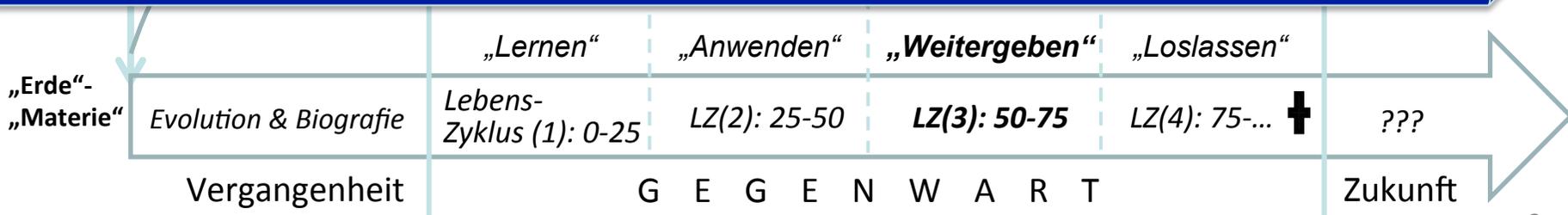
Synergien

Praxisnahes
mentoring-
gestütztes
Lernen

Entlastung
durch
Coaching u.
Beratung

**Mentoring-,
Coaching-,
Beratungs-
Rollen
lernen**

Loslassen,
in Würde
familiennah
alt werden



“Entwickeln Sie Ihre **Alterskompetenzen** und bieten Sie diese an!”

Kompetenz- & Kooperationspotentiale nutzen – „Jüngere“ „Ältere“

„Die Jüngeren können schneller laufen - und die Älteren kennen die Abkürzungen“ → Synergie-Tandems bilden! ...etc.

Körperliche Fitness

Power

Ehrgeiz

Flexibilität

Lockerheit

Schnelligkeit

Neue Medien

Entwicklungs-Offenheit

Bessere Entscheidungen in kompl. Sit.



Führungskompetenz

Gelassenheit

Loyalität

Zuverlässigkeit

Qualitätsbewusstsein

Erfahrungswissen

Weisheit

“Best Ager” – es geht noch vieles, wenn Ihr wollt!

	<i>... <u>die MA</u> selbst: „Sie sind genau die Richtigen! Wären Sie sonst hier?“</i>	<i>... <u>die FK</u>: F-Stil, Arbeits-Orga, ...</i>	<i>... <u>das Unternehmen</u>: hilfreiche Rahmenbedingungen</i>
Alters-spezifische Stärken nutzen	<ul style="list-style-type: none"> • Lebenserfahrung, soziale Intelligenz, Orga-Wissen, ... als -Mentor -Kolleg. Coach - (Fach-) Berater ... anbieten u. ausbilden • 	<ul style="list-style-type: none"> • partizipativer F-Stil • um Rat fragen bei komplexen Fragen • als Proj.-Berater jüngeren PL an die Seite stellen • zur Fortbildg. aktiv. • 	<ul style="list-style-type: none"> • Flexiblere Arbeitszeiten, Zeitkonten, ... • Home Office-Mögl. • Berater-Karrieren • praxisnahe Fortbild • Sponsoring von ehrenamtl. Engagem. •
Defizite/Schwächen kompensieren	<ul style="list-style-type: none"> • Beweglichkeits-/ Fitness-Training • Lebenslanges Lernen u. Neugier reaktivieren ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Herausforderg. der Flexibilität durch Einbau in Innovations-Teams u. Job-Rotation ... 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesundheits-/ Fitness-Angebote • Vorsorge-Checks •

Untern.-Vertreter/-Funktionen demokr. aktivieren

Praktisches Umsetzungs-Projekt:

FK-Workshop „50plus – Fit für die Zukunft“:
„Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“

Mein “Persönliches Entwicklungs-Projekt” (PEP 50+)...

(jeder Teilnehmer entwickelt und realisiert 1-2 PEPs)



Mein “Lebens-Wochen-Glas”:

- Statistische Lebenserwartung: 17 Jahre x 52 Wochen je 1 Ostsee-Stein



Ritual zur Stärkung meiner
“Eigenzeit” -
Bewusstheit und -
Achtsamkeit !

„50plus - Fit für die Zukunft Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“

Ziele

Den Teilnehmern praktische Möglichkeiten zur Zukunftsentwicklung von wichtigen alternativen Berufs-/ Lebensaktivitäten eröffnen, die bisher unter dem Dringlichkeitsdruck das Nachsehen hatten.
Damit die Erfahrenen sich auch zukünftig für ihr Unternehmen engagieren!

- **Neue berufliche Rollen-Muster erproben**

(z.B. als Coach, Mentor, Fach-/Organisations-Berater, CSR-Projektbeauftragter, ... die Zukunft sichern)

- **Zukunftsfähige Sinn-Findung und -Stärkung**

(z.B. Übernahme sozialer Verantwortungen, Entwicklung einer nachhaltigen Lebens-Balance)

- **Persönlichkeits-Entwicklung**

(z.B. Stärken-Ausbau, Stärken-Transfer, Komplementär-Entwicklung für mehr Balance)

- **Soziale Beziehungen weiter entwickeln**

(z.B. Netzwerke, Familie)

- **Gesundheit-Fitness stärker priorisieren**

(z.B. Bewegung, Entspannung, Ernährung)

- **Vorschläge entwickeln für förderliche strukturelle Rahmenbedingungen**

(z.B. flexiblere Arbeits- und Zeit-Modelle, Integration von Pflege- und Großeltern-Zeiten, neuer „Generationen-Pakt“, ...)



Bayer AG
Betriebliches Gesundheitsmanagement

**„50plus - Fit für die Zukunft
Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“**

Ziel-Gruppe

Das Programm wendet sich an „erfahrene“ Führungskräfte und Experten ...
(Denn: „Vorbild dringt tiefer als Worte“)

..., die sich mit dem Unternehmen identifizieren.

..., die Qualitätsbewusstsein und Gelassenheit mitbringen und weiter entwickeln wollen.

..., die ihre positive Einstellung zur Arbeit weiter leben wollen.

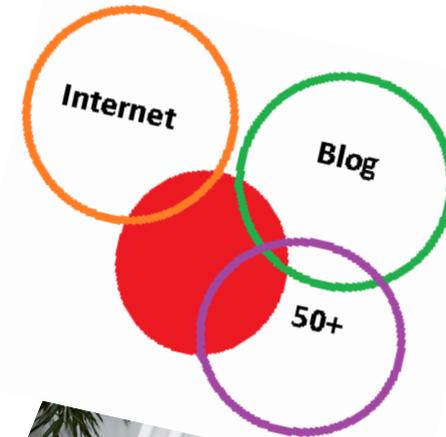
..., die in die Zukunft denken und sich vorbereiten wollen
auf zunehmende Veränderungen im beruflichen Umfeld.

..., die berufliche Veränderungen durch machen oder initiieren wollen.

..., die Lust haben, beruflich „noch einmal anzutreten“ und Interesse haben auch
erweiterte Rollenmuster „zu testen“.

..., die ihre Lebens-Ziele reflektieren und sich auf die zweite Lebenshälfte gezielter
vorbereiten und entsprechende
Umsetzungsschritte planen und konkretisieren wollen.

...,



Der Workshop-Prozess

„50plus - Fit für die Zukunft Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“

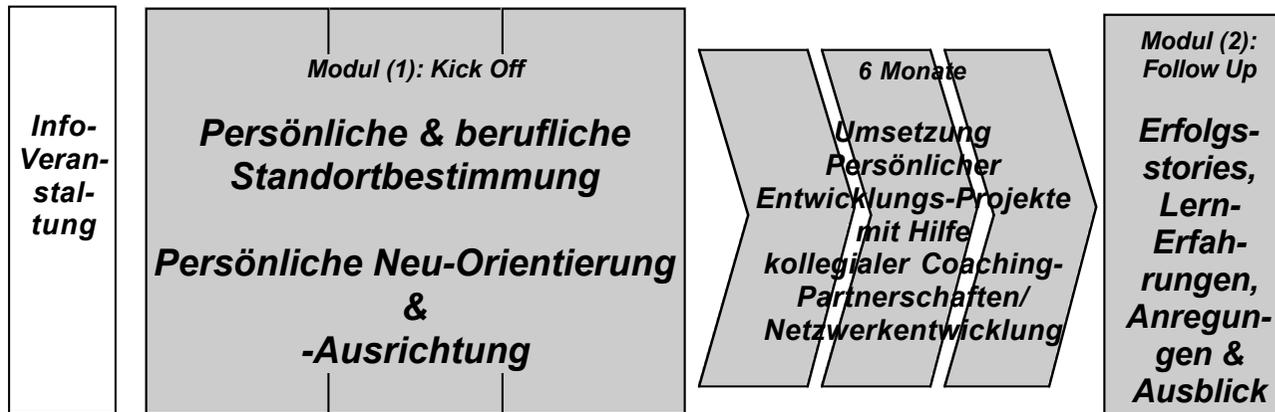
Zielperspektive:

„Praktische Möglichkeiten zur Zukunftsentwicklungen von wichtigen alternativen Berufs- und Lebensaktivitäten eröffnen“

- Neue berufliche Rollen-Muster erproben
- Zukunftsfähige Sinn-Findung und -Stärkung
- Persönlichkeits-Entwicklung
- Soziale Beziehungen
- Gesundheit - Fitness

Zielgruppe:

„Erfahrene“ Führungskräfte und Experten



© Prof.Dr.Bernd Fittkau / Thomas Geus (mtt - 13.04.2012): „ 50 plus Programm-Überblick “

Kick Off-Workshop (3 Tage)

more than training
mtt consulting network GmbH



„50plus - Fit für die Zukunft Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“ Grob-Design

1. Tag <i>Vertrauensbildung</i>	2. Tag <i>Praktische Anregungen</i>	3. Tag <i>Persönl. Entwicklungs-Planung</i>
<p>An- Reise</p> <p>↓</p>		
<ul style="list-style-type: none"> • Begrüßung, Trainer-Vorstellung • Programm-Ziele, -Ablauf 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung nach „Lust & Laune“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung nach „Lust & Laune“
<ul style="list-style-type: none"> • Sich begegnen & Kennenlernen mit stärkenorientierten Feedbacks 	<ul style="list-style-type: none"> • Vorstellung der Haupt-Entwicklungs-Herausforderungen aus den Lern-Gruppen 	<ul style="list-style-type: none"> (4) Sinnfindung durch Soziale Verantwortung (Patenschaften, Mentoring, Beratung) & Kollegiale Rückmeldungen
<ul style="list-style-type: none"> • „Vertrauens-Spaziergang“ - Führungs-Grundsätze - Festhalten - Loslassen - Einlassen 	<ul style="list-style-type: none"> (1) Pers. Gesundheits-Fitness-Programm entwerfen & Kollegiale Rückmeldungen 	<ul style="list-style-type: none"> (5) Persönlichkeits-Entwicklungs-Programm erstellen mit kollegialer Coach-Begleitung
<ul style="list-style-type: none"> • TIP: „Menschen sind verschieden – unterschiedliche Einstellungen zum Älterwerden“ - Persönliches Heimatgebiet (Selbst-Einsch) - SPOT-Analyse, Talente, persönliche Entwicklungs-Felder 	<ul style="list-style-type: none"> (2) Pers. Beziehungs-Entwicklungs-Programm entwerfen & Kollegiale Rückmeldungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Pers. Entwicklungs-Projekte (PEP) - Auswahl - Konkretisierung - Umsetzungs-Planung & Feedbacks in den Lern-Gruppen
<ul style="list-style-type: none"> • Bildung heterogener Lern-Gruppen mit Projekt-Auftrag • Austausch in den Lern-Gruppen 	<ul style="list-style-type: none"> (3) Neues berufliches Rollenmuster erproben: Kollegiales Coaching (Führungs-Haltung: - Hilfe zur Selbst-Hilfe - Anregung zu (Verbess.-) Ideen - Anregung zu Training (Reverse Mentoring und Prozessreflexion) 	<ul style="list-style-type: none"> • Abschluss-Runde & Tschuß
<ul style="list-style-type: none"> • Kamin-Gespräch mit Überraschungs-Gast 	<ul style="list-style-type: none"> • Angebot: Coaching-Gespräche 	<p>Ab- Reise</p> <p>↓</p>

© Prof. Dr. Bernd Fittkau / Thomas Geus • (mtt) • 13.04.2012 • „50 plus“

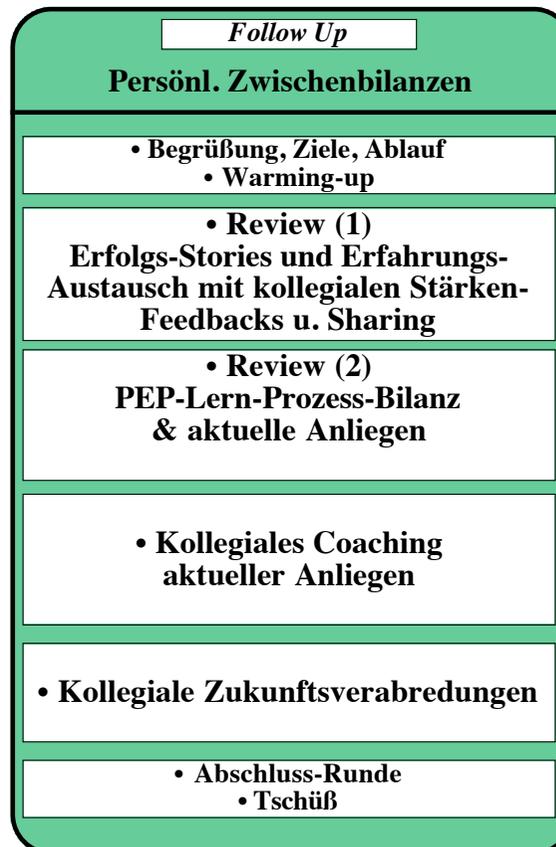
Follow Up- Workshop (1 Tag)

more than training
mtt consulting network GmbH



„50plus - Fit für die Zukunft Qualität im 3. Lebenszyklus (Q3L)“

Grob-Design „Follow Up“
(ca. 6 Monate nach dem Kick Off)



© Prof. Dr. Bernd Fittkau / Thomas Geus • (mtt) • 13.04.2012 • „50 plus“

Einige Leitsätze für eine zukunftsfähige mentale Ausrichtung:

- „Man kann nichts dagegen tun, dass man altert. Aber man kann sich dagegen wehren, dass man veraltet“
 - „Wir wollen keinen Seniorenenteller!“
- „Man sollte die Dinge nehmen, wie sie kommen. Aber man sollte auch dafür sorgen, dass sie so kommen, wie man sie nehmen möchte“ (Goetz)
- „Lass Dich nicht gehn, geh' lieber selbst“ (Peseschkian)
- „Im Grunde haben die Menschen nur zwei Wünsche: alt zu werden und dabei jung zu bleiben“ (Bamm)
- „Wenn man sich zu alt für eine Sache vorkommt, Sollte man sie erst recht probieren“ (Picasso)

... und zu guter letzt:

*„Alter spielt keine Rolle ...
außer man ist Rotwein“*



Danke für Ihre Aufmerksamkeit!