

Change-Balloon



Wofür wird das Modell eingesetzt?

Der **Change-Balloon** ist ein Modell, das Teams dabei unterstützt, sich mit den Herausforderungen des Loslassens in Veränderungsprozessen auseinanderzusetzen. Die Visualisierung dient als Hilfsmittel, um gemeinsam zu reflektieren, welche gewohnten Strukturen, Prozesse und emotionalen Belastungen das Team noch festhalten und welche Antriebsfaktoren notwendig sind, um Veränderungen erfolgreich umzusetzen.



Einfach erklärt

Die Visualisierung des Change-Balloons verdeutlicht die wesentlichen Aspekte des Loslassens in Veränderungsprozessen.

- **Die Leinen:** Sie stehen für das, was das Team noch festhält und am Boden hält - gewohnte Abläufe, vertraute Sicherheit oder Alltagsroutinen. Solange die Leinen gehalten werden, kann der Ballon nicht abheben.
- **Die Sandsäcke:** Sie symbolisieren emotionale Belastungen wie Angst, Trauer oder Wut, die den Ballon beschweren und das Vorankommen erschweren.
- **Die Flamme (Treibstoff):** Sie steht für die Energie, die Motivation und die positiven Impulse, die notwendig sind, um den Ballon in die Luft zu bringen und Veränderungen erfolgreich zu meistern.

Reflektionsfragen zu den Leinen (was hält uns zurück?):

- Welche Gewohnheiten oder Denkweisen hindern uns daran, neue Wege zu gehen?
- Welche alten Glaubenssätze oder Überzeugungen müssen wir loslassen, um uns weiterzuentwickeln?
- Welche "Komfortzonen" sind für uns zu bequem geworden, um Veränderung zuzulassen?

Reflektionsfragen zu den Sandsäcken (emotionale Belastungen):

- Welche Ängste hindern uns daran, Risiken einzugehen oder Veränderungen zu akzeptieren?
- Wie können wir konstruktiv mit den negativen Emotionen umgehen, die der Veränderungsprozess mit sich bringt?

Reflektionsfragen zu der Flamme (Treibstoff):

- Welche Ressourcen, Fähigkeiten oder Unterstützung brauchen wir, um erfolgreich zu sein?
- Was sind die konkreten Schritte, die uns helfen, den Ballon zum Steigen zu bringen?

Reflektionsfragen zur Teamarbeit im Change-Prozess:

- Was können wir tun, um einander in schwierigen Momenten zu unterstützen?
- Wie können wir sicherstellen, dass alle Teammitglieder bereit sind, sich auf den Veränderungsprozess einzulassen?
- Welche konkreten Verhaltensweisen oder Handlungen können wir im Team fördern, um die Veränderung voranzutreiben?



Vorteile für dein Team

- **Bewusstes Loslassen:** Das Modell hilft dem Team zu erkennen, welche alten Strukturen oder Gewohnheiten sie noch festhalten und wie sie diese aktiv loslassen können, um echten Wandel zu ermöglichen.
- **Blockaden sichtbar machen:** Das Bild verdeutlicht, welche mentalen oder strukturellen Hindernisse den Fortschritt verhindern und welche Veränderungen notwendig sind.
- **Lösungsorientiertes Denken fördern:** Das Team entwickelt konkrete Strategien, um Altes loszulassen und den Veränderungsprozess aktiv zu gestalten.
- **Motivation und Energie freisetzen:** Durch das Erkennen der positiven Antriebsfaktoren entsteht ein klares Bild für die nächsten Schritte im Change-Prozess.



Quellenangabe

„Change-Balloon“-Modell – entwickelt von Julia Haack, 2022