

Professioneller Umgang mit Arbeitsstörungen

Wie Führungskräfte Blockaden erkennen und wandeln

Referent: Dipl.-Psych. Arvid Rapp, Frankfurt

Datum: Dienstag, 19.05.2026, 09:30 - 17:00 Uhr

Ort: IBR-Seminarzentrum Mannheim

Preis: 439,- Euro zzgl. 19% MwSt.



Dipl.-Psych. Arvid Rapp

trainiert und berät seit ca. 25 Jahren Fach- und Führungskräfte der Bauindustrie und Immobilienwirtschaft. Dabei stehen psychologische Fragen der Führung, der Kommunikation und Verhandlung im Mittelpunkt seiner Arbeit. Ziel ist es stets, bestehende Situationen unter motivationalen und emotionalen Gesichtspunkten zu analysieren, um dadurch Perspektiven zu erweitern, neue Spielräume zu eröffnen und die aus dieser Arbeit resultierenden notwendigen Kompetenzen zu entwickeln. Das Fundament der Arbeit bildet sein profundes psychologisches Wissen, gepaart mit langjähriger Praxiserfahrung in einer Vielzahl von Seminaren und Projekten. Neben der Seminar- und Beratungstätigkeit coacht Arvid Rapp verantwortliche Keyplayer bei der Erreichung ihrer Führungs- und Verhandlungsziele. Er ist gemeinsam mit seinem Partner geschäftsführender Gesellschafter der incon HR.

Teilnehmerkreis

Während beim gestörten Bauablauf klare Regeln, Dokumentationspflichten und Ursachenanalysen etabliert sind, zeigt sich beim Thema Arbeitsstörungen ein anderes Bild: Menschliche Arbeitsstörungen lassen sich schwerer fassen, zeigen sich oft verdeckt, wiederholen sich regelmäßig und rauben Teams wie Führungskräften viel Energie. Gerade in der Bau- und Projektpraxis, in der Selbstorganisation, Terminverbindlichkeit und hoher Workload zum Alltag gehören, sind Arbeitsstörungen besonders folgenreich - obwohl die Betroffenen oft über herausragende Kompetenzen im Planen, Steuern und Managen verfügen.

Dieses Seminar richtet sich an erfahrene Führungskräfte und Geschäftsführende, die ihr Repertoire im Umgang mit Störungen im Arbeitsfluss erweitern möchten. Es geht weniger um klassisches Zeitmanagement, sondern um ein tieferes Verständnis dafür, warum trotz Fachkompetenz und Motivation manchmal Blockaden, Aufschieberitis oder ineffektive Routinen entstehen. Anhand typischer Fallkonstellationen, konkreter Praxisbeispiele und wirksamer Interventionen werden Strategien zur Führung und Selbstführung vermittelt, die helfen, wieder mehr Wirksamkeit und Leichtigkeit im Arbeitsalltag zu gewinnen.

Ziel

- Verständnis für Arbeitsstörungen als Ausdruck innerer Konflikte entwickeln
- Psychodynamische Hintergründe von Arbeitsblockaden erkennen
- Ansätze zur Überwindung von Arbeitsstörungen erlernen
- Konkrete Praxisbeispiele analysieren und Interventionen üben

Themen

Einführung: Arbeitsstörungen als Symptom innerer Konflikte

- Welche inneren Konflikte manifestieren sich in Arbeitsstörungen
- Typische Erscheinungsformen: Aufschieben, Perfektionismus, Unlust, Ablenkung, Erschöpfung oder Probleme der realistischen

Selbsteinschätzung

- Welche Arbeitsstörungen kenne ich in meinem Umfeld /bei meinen Mitarbeitern?

Arbeitsstörungen als innerer Widerstand

- Das Paradoxon der Disziplin: Wenn wir "müssen", wollen wir oft nicht, wenn wir wollen, können wir nicht...
- Innere Zerrissenheit: "Ich will es, aber eigentlich will ich es nicht"
- Übung: Fallanalyse - Erkennen und Benennen innerer Konflikte

Ablenkung und Unkonzentration als unbewusster Auftrag

- Ablenkung als Schutzmechanismus: Warum bleiben wir nicht bei der Sache?
- Welche unbewussten Loyalitäten verhindern Fokussierung?
- Übung zur Analyse eigener Ablenkungsmuster

Arbeitsstörung durch Perfektionismus und Zwanghaftigkeit

- Perfektionismus als Ersatzkonflikt: Jeder Satz muss perfekt sein - warum?
- Das Imposter-Syndrom: Erfolg wird nicht als eigener Verdienst anerkannt
- Führungsansätze zum Umgang mit Perfektionismus: Realistische Ziele und Fehlerakzeptanz
- Übung: Gespräche und Techniken im Umgang mit Perfektionisten

Innere unbewusste Konflikte und Arbeitsstörungen

- Wettstreit, Anerkennung, Bedeutung: Warum hängt unser Selbstwert an der Arbeit?
- Arbeit und Arbeitsstörungen als Beziehungsdynamik
- Übung: Beziehungsmuster erkennen / Fallanalyse

Narzisstische Grundlagen von Arbeitsblockaden

- Arbeit als Selbstwertregulation: "Arbeitsergebnisse als Bestandteil eigenen Selbstwertgefühls"
- Warum manche Menschen Arbeit nicht "loslassen" können
- Arbeit als Prozess verstehen - nicht als Identität

Versteckte Depression als Ursache von Arbeitsstörungen

- Arbeitsvermeidung als Ausdruck von Erschöpfung und Sinnkrise
- Abgrenzung: Burned out, Stress, Herausforderung oder Depression?
- Übung: Anzeichen erkennen - wann ist professionelle Unterstützung nötig?

Fazit und Transfer in die Praxis

- Wichtigste Erkenntnisse aus dem Seminar
- Welche Ansätze will ich in meinem Alltag nutzen?
- Offene Fragen und Abschlussdiskussion

Professioneller Umgang mit Arbeitsstörungen

Wie Führungskräfte Blockaden erkennen und wandeln

Referent: Dipl.-Psych. Arvid Rapp, Frankfurt

Datum: Dienstag, 19.05.2026, 09:30 - 17:00 Uhr

Ort: IBR-Seminarzentrum Mannheim

Preis: 439,- Euro zzgl. 19% MwSt.

Seminarablauf

09:30 - 11:00	Referat (1,5 h)
11:00 - 11:15	Kaffeepause
11:15 - 12:45	Referat (1,5 h)
12:45 - 13:45	Mittagessen
13:45 - 15:15	Referat (1,5 h)
15:15 - 15:30	Kaffeepause
15:30 - 17:00	Referat (1,5 h)

Fragen sind dem Referenten jederzeit willkommen.