



### **Segel Dich stark - Resilienztraining für Menschen mit Führungsverantwortung**

Mit verantwortungsvoller (Selbst-) Steuerung und innerer Stärke (Resilienz) erhalten und fördern Sie als Führungskräfte sowohl die eigene Gesundheit als auch die dauerhafte Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter.

Durch die Verbindung von Coaching und Segeln wird verantwortungsvolle Führung für Sie in diesem Seminar anders erlebbar. Wir nutzen aus, dass beim Segeln an vielen Stellen resilientes Verhalten erforderlich ist.

So geht es beispielsweise um den sorgsamen Umgang mit Ressourcen, um nicht (beim Segeln im wahrsten Sinne des Wortes) unterzugehen. Das Akzeptieren von unabänderlichen Dingen (beim Segeln z.B. das Wetter) ist ebenfalls ein wichtiger Faktor, der Menschen robuster im Umgang mit Unsicherheiten und schwierigen Situationen macht.

Auf diese Art und Weise werden viele Zusammenhänge zum Thema Resilienz für Sie auf verständliche Art und Weise greifbar gemacht, die in einem 'normalen' Seminar-Setting nicht möglich sind. Auch trägt das Segeln dazu bei, dass Sie Erfahrungen und Erlebnisse in dem Seminar sehr viel nachhaltiger verinnerlichen und für sich nutzbar machen.

Unter Anleitung von erfahrenen Trainern haben Sie so die Möglichkeit, Ihre Kompetenzen in achtsamer Selbststeuerung und resilienter Führung gezielt zu trainieren und zu erweitern.

#### **In dem dreitägigen Training erarbeiten Sie sich:**

- Kompetenzen in der achtsamen Selbststeuerung;
- Klarheit bzgl. Ihrer Rollen, Antreiber, Belastungsgrenzen und Kraftquellen;
- Bewusstsein über den Zusammenhang resilienter Führung und dauerhafter Leistungsfähigkeit;
- Klarheit über Ihr eigenes Führungsverhalten im Hinblick auf den sorgsamen Umgang mit Ressourcen;
- konkrete Schritte zur Umsetzung resilienter Selbst- bzw. Teamführung.

## **Event-Information**

Das Seminar findet vom **11. bis 13. Oktober 2017** in der

**Ultramarin Marina Bodensee**  
Im Wassersportzentrum 10  
88079 Kressbronn am Bodensee

statt.

Seminarzeiten sind  
am 11.10. von 10:00 - 18:30 Uhr,  
am 12.10. von 08:30 - 18:30 Uhr,  
am 13.10. von 08:30 - 16:00 Uhr.

**Ihre Investition** (inkl. Seminarpauschale & Mittagessen, exkl. MwSt. und Unterkunft):  
**1.650 EUR** für FirmenzahlerInnen bzw. **1.390 EUR** für SelbstzahlerInnen.

mib-Mitglieder erhalten eine Ermäßigung von 20% auf die genannten Preise.

Anmeldeschluss ist der 04.10.2017.

Gearbeitet wird überwiegend in der Match Center Lounge im Ultramarin Hafen. Teile des Trainings werden auf Segelbooten vom Typ Bavaria B/ONE durchgeführt. Segelkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Für weitere Informationen und zur Anmeldung schreiben Sie bitte eine Email an [mail@die-konfliktwerkstatt.de](mailto:mail@die-konfliktwerkstatt.de).**