PREMIUM SEMINAR

Zukunftskraft Resilienz – Führungskompetenz im Kloster Schwanberg

Deep Dive für mentale Stärke und emotionale Intelligenz

Beginn:
01.03.2027 - 12:00 Uhr
Ende:
03.03.2027 - 16:00 Uhr
Dauer:
3,0 Tage

Rödelsee

Veranstaltungsnr.: **36280.00.003**

Leitung

Systemischer Businesscoach Diana Dümmler
ckg inspimotion UB GmbH

Präsenz
EUR 2.150,00
(MwSt.-frei)
Mitgliederpreis
EUR 1.935,00
(MwSt.-frei)

BESCHREIBUNG





Resilienz ist ein entscheidender beruflicher Erfolgsfaktor und für eine hohe Lebensqualität essenziell. Sie ist nicht nur eine persönliche Fähigkeit, sondern auch eine strategische Notwendigkeit für Organisationen, die langfristig erfolgreich sein wollen. In der heutigen Arbeitswelt stehen immer mehr Menschen unter erheblichem psychischem Druck und digitalem Stress. Unternehmen, die langfristig und nachhaltig wachsen möchten, müssen ein unterstützendes Umfeld für ihre Mitarbeitenden schaffen. Dieses Umfeld sollte nicht nur die physische Gesundheit der Mitarbeitenden fördern, sondern auch sicherstellen, dass sie psychisch gesund bleiben und sich sozial wohlfühlen.

Resiliente Unternehmen sind in der Lage, auf Veränderungen flexibel zu reagieren und ihren Mitarbeitenden die notwendigen Ressourcen zur Verfügung zu stellen, um mit Stress und Druck umzugehen. Dies umfasst unter anderem Schulungen und Weiterbildungen, die den Mitarbeitenden helfen, ihre Resilienz zu stärken und effektiv mit Herausforderungen umzugehen. Die Förderung von Resilienz und Stressbewältigung kann dazu beitragen, die Produktivität zu steigern, die Arbeitszufriedenheit zu erhöhen und die Mitarbeiterbindung zu verbessern.

In diesem exklusiven Premium-Seminar entwickeln Sie die Führungskompetenz der Resilienz und erleben, wie Sie durch Achtsamkeit, Selbstreflexion und Meditation

innere Stärke und Klarheit gewinnen – ein Retreat für Führungskräfte, eingebettet in den Rhythmus des Klosterlebens.

Im Seminarpreis sind Übernachtungs- und Verpflegungskosten im Kloster Schwanberg bereits enthalten.

Ziel der Weiterbildung

- Sie stärken gezielt Ihre eigene Resilienz und gewinnen innere Stabilität. Gleichzeitig erhöhen Sie Ihre Selbstwahrnehmung, emotionale Intelligenz und Ihre Empathiefähigkeit – zentrale Kompetenzen für moderne Führungskräfte.
- Durch Selbstreflexion, Achtsamkeit und Empathie entwickeln Sie ein gutes Gespür für sich selbst. Dies ermöglicht Ihnen, aus innerer Ruhe heraus authentisch als Vorbild zu wirken und entspannt mit Herausforderungen und Anforderungen umzugehen, sodass Sie ein Umfeld schaffen, in dem Mitarbeitende gesund bleiben und arbeiten können.
- Sie nutzen Systemaufstellungen, um persönliche und berufliche Themen neu zu betrachten und konstruktive Lösungen zu finden.
- Sie profitieren von der Klarheit und den Antworten auf eigene Fragestellungen rund um das Thema Resilienz.
- Sie erlernen konkrete Techniken wie die sieben Säulen der Resilienz und das Identifizieren innerer Antreiber. Zudem schulen Sie Ihren Blick für das Wesentliche und Wirkliche und reflektieren Ihren eigenen Führungsstil und lernen, besser mit Ihren eigenen Emotionen umzugehen. Dadurch entwickeln Sie mehr Empathie, also Mitgefühl mit sich selbst und anderen, da dies alles eine zentrale Rolle für nachhaltige Resilienz spielt.

Das Seminar bietet nicht nur wertvolle Erkenntnisse, sondern auch eine unmittelbare Erfahrung von Ruhe, Klarheit und Regeneration – Entwicklung auf höchstem Niveau.

Besonderheit dieses Seminars:

Dieses Seminar ist in den benediktinischen Tagesrhythmus eingebettet – ein Wechsel von Stille, Meditation und Seminararbeit schafft eine Atmosphäre, in der nachhaltige persönliche Entwicklung möglich wird. Die klösterliche Umgebung bietet Ihnen Raum für tiefgehende Erkenntnisse und neue Perspektiven auf Ihren Alltag.

Methoden:

Vortrag, Kombination von klassischen und unkonventionellen Methoden, Reflexionsübungen, Austausch mit anderen Führungskräften, individuelle Impulse für eine nachhaltige Umsetzung im Alltag, Achtsamkeits- und Meditationsübungen im klösterlichen Umfeld, Systemaufstellungen

Ein besonderer Veranstaltungsort:

Das Kloster Schwanberg bietet einen exklusiven Rückzugsort für Führungskräfte. Stilvolle Unterbringung im renovierten Schloss, hochwertige vegetarische Verpflegung und eine ruhige, inspirierende Umgebung mit großzügigem Klostergelände und großem Schlossgarten schaffen ideale Bedingungen für Fokus, Reflexion und nachhaltige Entwicklung. Gemeinschaftliche Abendrunden im Kamingewölbe runden den Aufenthalt ab.

Bitte beachten Sie:

Mit Ihrer Seminaranmeldung wird für Sie automatisch die Unterbringung und Verpflegung im Kloster Schwanberg gebucht. Die Übernachtungs- und Verpflegungskosten (Frühstück, Mittag- und Abendessen) sind im Seminarpreis bereits enthalten.

PROGRAMM



Montag, 1. bis Mittwoch, 3. März 2027

1. Tag: 12:30 bis 21:00 Uhr
2. Tag: 7:00 bis 18:30 Uhr
3. Tag: 7:00 bis 16:00 Uhr

Das Seminar beginnt am ersten Tag um 12:30 Uhr mit einem gemeinsamen Mittagessen.

1. Führungskompetenz Resilienz

- sieben Säulen der Resilienz
- Bewusstsein für eigene Ressourcen und Stärken
- Quellen der Kraft
- Stress – um was es wirklich geht
- Strategien zum Stressabbau
- Umgang mit Stressoren
- Säulen von psychischer und physischer Stabilität

2. Erfolgsfaktor Mindset

- Kraft & Wirkung der Gedanken
- Gedanken machen den Unterschied
- die Kunst zu akzeptieren
- Selbstwirksamkeit – vom Opfer zum Gestalter

3. Emotionale Intelligenz am Arbeitsplatz

- Emotionen steuern, Impulse kontrollieren
- Achtsamkeit üben
- aktives Zuhören
- Empathie
- Selbstfürsorge
- Stärkung der Intuition
- Probleme reflektieren und Handlungsmöglichkeiten entdecken

4. Bewusst-sein erweitern

- Einführung in die Meditation
- die Rolle des Unterbewusstseins
- Verzicht auf Bewertungen
- Alles ist Energie
- Resonanzen wahrnehmen und lenken
- Energiequellen und Energiefresser
- zur Ruhe kommen und neue Energie tanken

5. Authentisch sein als Basis für Vertrauen

- innere Antreiber und Widerstände erkennen und auflösen
- Entscheidungen treffen
- Grenzen erkennen und setzen, Nein-Sagen
- die Kraft klarer Sprache
- Wünsche und Bedürfnisse wahrnehmen und umsetzen
- Lebens- und Arbeitsziele im Einklang mit den Werten

TEILNEHMER:INNENKREIS

Führungskräfte, Menschen mit hoher beruflicher Verantwortung aller Branchen und Hierarchieebenen, die ihre persönliche Widerstandskraft stärken und ein gesundes und starkes Arbeitsumfeld schaffen möchten.

REFERENT:INNEN

Systemischer Businesscoach Diana Dümmler
ckg inspimotion UB GmbH

Für Diana Dümmler steht die Beziehungsqualität von Menschen und Organisationen in ihrem beruflichen Fokus.
Ein Unternehmen als System zu verstehen, bedeutet das Ganze zu sehen. Das schließt den Blick auf die Menschen mit ein. Welchen Stellenwert hat hier Führung? Nur wer sich selbst gut führt kann auch andere gut führen - so ihre Überzeugung. Wer bewusst ist, kann für seine Energie selbst sorgen.

Sie ist ausgebildet in den unterschiedlichsten Techniken und Verfahren, wie Organisationsaufstellung, Meditation und Mentalcoaching.
Erkenntnis und Bewusstseinsentwicklung gepaart mit pragmatischen Lösungsansätzen stellen für sie elementare Pfeiler ihrer Arbeit dar.

Durch jahrelange Referententätigkeiten, Gruppenangebote, Einzelberatungen zur Persönlichkeitsentwicklung und Konfliktlösung verfügt sie über ein reichhaltiges Erfahrungsspektrum im Umgang mit verschiedensten und aktuellen Persönlichkeits- und Unternehmensthemen. Als Repräsentantin des größten deutschen Wirtschaftsverbandes für den Mittelstand (BVMW) ist sie branchenübergreifend mit den aktuellen Themen der Unternehmenswelt beschäftigt.

VERANSTALTUNGSORT UND HOTEL

Geistliches Zentrum Schwanberg
Schwanberg 1
97348 Rödelsee

Anfahrt



Hotelübernachtung benötigt?

Über den nachfolgenden Link finden Sie nahegelegene Hotels in direkter Umgebung zu TAE-Konditionen:

Hotelbuchung

GEBÜHREN UND FÖRDERMÖGLICHKEITEN

Die Teilnahme beinhaltet Verpflegung sowie ausführliche Unterlagen.

Preis:
Die Teilnahmegebühr beträgt:
2.150,00 € (MwSt.-frei)

Fördermöglichkeiten:
Für den aktuellen Veranstaltungstermin steht Ihnen die ESF-Fachkursförderung leider nicht zur Verfügung.

Für alle weiteren Termine erkundigen Sie sich bitte vorab bei unserer Anmeldung.

Andere Bundesland-spezifische Fördermöglichkeiten finden Sie hier.

Inhouse Durchführung:
Sie möchten diese Veranstaltung firmenintern bei Ihnen vor Ort durchführen? Dann fragen Sie jetzt ein individuelles Inhouse-Training an.

IMMER TOP!

Unser Qualitätsversprechen



Seit über 65 Jahren gehört die Technische Akademie Esslingen (TAE) mit Sitz in Ostfildern – nahe der Landeshauptstadt Stuttgart – zu Deutschlands größten Weiterbildungs-Anbietern für berufliche und berufsvorbereitende Qualifizierung im technischen Umfeld. Unser Ziel ist Ihr Erfolg. Egal ob Seminar, Zertifikatslehrgang oder Fachtagung, unsere Veranstaltungen sind stets abgestimmt auf die Bedürfnisse von Ingenieuren sowie Fach- und Führungskräften aus technisch geprägten Unternehmen. Dabei können Sie sich stets zu 100 Prozent auf die Qualität unserer Angebote verlassen. Warum das so ist?