



Transformation des Denkens für Unternehmer und Verantwortungsträger

Kennenlernworkshop: Mit Achtsamkeit zu mehr Gelassenheit in der Führung

Zen-Meditation ist ein jahrtausendealter Weg zu Klarheit, Kraft und innerer Ruhe. Lernen Sie die ersten Schritte in einem 1-tägigen, erkenntnisreichen und außergewöhnlichen Seminar kennen.



Mit intensiver Meditation legen Sie das Fundament zur vertiefenden und stärkenden Persönlichkeitsentwicklung. Meditation ist die Quelle für Regeneration, innerer Ruhe und Kraft, für Klarheit und Freiheit. Die Lösung von Konflikt- oder Stresssituationen im Unternehmen wird erleichtert. Ihre Konzentration auf das Wesentliche, Ihr individuelles Leistungsvermögen und Ihre Authentizität werden gestärkt. Zen ist ein Weg zur Selbsterkenntnis, zur wachen Aufmerksamkeit und zur Ethik als Verantwortungsträger in Familienunternehmen. Es kann das Tor zur kraftvollen Veränderung Ihrer Organisation sein.

| | |
|--------------|--|
| Teilnehmer: | Unternehmer/innen, Geschäftsführer und Führungskräfte in Familienunternehmen |
| Ablauf: | 17:00 Uhr (erster Tag) bis 17:00 Uhr (zweiter Tag) <ul style="list-style-type: none">• Theoretische Einführung in die japanische Zen-Meditation: Die Vier edlen Wahrheiten – Buddhas Vermächtnis• Einführung in die Grundlagen von persönlicher Veränderung auf Basis der Erkenntnisse und der Ethik der alten Zen-Meister• Praktische Einführung in die Zen-Meditation - Meditationsübungen zur Balance zwischen Körper, Geist und Energie• Übungen zur vertiefenden Selbsterkenntnis sowie zum Zusammenhang zwischen Individualität (ICH) und Familie bzw. Unternehmen (WIR)• Inspiration zur Transformation: Gestalten aus der Fülle heraus• Austausch zur Übertragung der Erkenntnisse auf den unternehmerischen Alltag und das Leben |
| Ergebnis: | <ul style="list-style-type: none">• Am Ende des Tages haben Sie intensive Einblicke in Theorie und Praxis der asiatischen Zen-Meditation erhalten,• ein konkretes Gefühl dafür, ob und inwiefern Zen-Meditation Sie persönlich und Ihr Familienunternehmen in Druck- oder Stresssituationen unterstützen kann oder auch bei der Gestaltung von Übergängen und Veränderungsprozessen (z. B. Nachfolge oder strategische Neu-Ausrichtung),• Klarheit und Entscheidungsfähigkeit darüber gewonnen, ob und wie Sie Zen und Achtsamkeit in Ihre Persönlichkeitsentwicklung, zur Regeneration oder zur Transformation Ihres Unternehmens nutzen möchten. |
| Anz. Teiln.: | 8 bis 15 |
| Investition: | 1.100 Euro zzgl. MwSt., Begleitperson: 950 Euro zzgl. MwSt., incl. Verpflegungspauschale und Seminarunterlagen |
| Ort: | Seminarhaus auf dem Land, Nähe Hamburg, gut erreichbar vom Flughafen |



Referenten und Trainer:

Sie arbeiten mit profilierten und erfahrenen Trainer-Profis mit langjähriger, tiefer Zen-Praxis, die kraftvoll und zugleich menschlich einfühlend mit Unternehmern und Führungskräften arbeiten.

| Joachim Nickelsen | Verena Förderer |
|---|---|
|  |  |
| <p>Unternehmer, Organisations- und Teamentwickler, Systemischer Team Coach</p> <p><i>Berufserfahrung:</i> Fast 30 Jahre Erfahrung als Unternehmens-/ Start-Up-Gründer, Führungskraft in div. Management-Positionen bei mittleren und großen Mittelständlern, Management- und Team-Coach, Trainer, Moderator, Projektmanager, Interimsmanager.</p> <p><i>Qualifikationen:</i> BWL-Studium und Zertifizierungen als Change Manager und Systemischer Management Coach. Diverse Weiterbildungen in Moderation und Konfliktmanagement. Langjährige Zen-Praxis in der Tradition des japanischen Rinzaï Zen, Dharma-Schüler.</p> <p><i>Aktueller Tätigkeitsschwerpunkt:</i> Selbständiger Organisationsentwickler, Management- und Team-Coach.</p> | <p>Systemische Supervisorin, Systemischer Coach, Familien-Therapeutin, Zen-Trainerin</p> <p><i>Berufserfahrung:</i> Langjährige Beratungserfahrung mit Krisenintervention in Organisationen und familiärem Konfliktmanagement. Außerdem seit 20 Jahren Dozentin in Aus- und Fortbildung sowie Supervisorin für Fach- und Führungskräfte.</p> <p><i>Qualifikationen:</i> Dipl. Sozialpädagogik-Studium, Zertifizierungen in systemischer Familien- und Traumatherapie, Entwicklungspsychologischer Beratung, Supervision und Coaching. Langjährig praktizierend in Zen-Meditation, Dharma-Schülerin.</p> <p><i>Aktueller Tätigkeitsschwerpunkt:</i> Zen-Trainerin, Dozentin, Supervisorin, und Heilpraktikerin für Psychotherapie.</p> |