BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V I Donrather Str. 44 I 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10 I Fax.: 02246/302999-19 I evinfo@liw.de I www.liw-ev.de

Intuition oder Intellekt? Wie treffe ich meine Entscheidungen?

Eine berufliche Kompetenzschulung für Kopf und Bauch

Bildungsurlaub / Bildungszeit

Wer andauernd begreift, was er tut, bleibt unter seinem Niveau. Martin Walser

Für unser Berufsleben ist es unerlässlich, Situationen und Zusammenhänge schnell zu erfassen und kluge Entscheidungen zu treffen. Für die Situationen, in denen es nicht reicht, zu analysieren, zu interpretieren und rationale Zusammenhänge zu erfassen, lernen Sie in diesem Seminar den Zugang zur eigenen unbewussten Intelligenz, zum Instinkt, dem Erfahrungswissen, Bauchgefühl, gefühlten Wissen… Es gibt viele Erklärungs- und Definitionsversuche für das unmittelbare Wahrnehmen von Gedanken, Ideen und Lösungen. In diesem Seminar geht es um die praktische Schulung der eigenen Wahrnehmung, das Schaffen von Zuständen, in denen Intuition erfolgen kann und das Kombinieren mit der Ratio, um im eigenen beruflichen Umfeld darauf zurückgreifen zu können.

Auch für den Umgang mit Stress und Konflikten am Arbeitsplatz ist es sinnvoll, auf beide „Instrumente“ zurückgreifen zu können. Die Kombination von rationalem und intuitivem Wissen ist hilfreich für die Situationen mit Kollegen, Chefs und Mitarbeiter/innen, in denen wir mit dem Verstand alleine an Grenzen stoßen. Wir laden das Unbewusste ein und verknüpfen es geschickt mit dem Bewussten für mehr Klarheit und Kongruenz im Berufsalltag.

Durch „Entschleunigung“, Schulung der Wahrnehmung und Achtsamkeitspraxis erlangen wir Zugang zur eigenen Intuition. Wir brauchen das „Nichtstun“ und die Muße, mit anderen Worten, Gelassenheit, innere Ruhe und die Hingabe an den Moment als Instrumente der Kreativität. Multitasking, Reizüberflutung, Schnelligkeit, Überholspur und Hamsterrad sind Ideenkiller, so die Erkenntnisse aus der Hirnforschung. Achtsamkeitspraxis bedeutet, innere und äußere Vorgänge mit ungeteilter, entspannter Aufmerksamkeit zu beobachten, und mit wertfreiem Blick und Spüren nach Innen Zugang zum inneren Wissen zu erlangen.

„Der intuitive Geist ist ein heiliges Geschenk und der rationale Verstand ein treuer Diener. Wir haben eine Gesellschaft erschaffen, die den Diener ehrt und das Geschenk vergessen hat.“ Albert Einstein

Seminarnummer:	807227
Termin:	19.04.2027 - 23.04.2027
Seminardauer:	Mo 12.00 Uhr – Fr 13.30 Uhr Das Seminar beginnt am Montag mit dem Mittagessen und endet am Freitag ebenfalls mit dem Mittagessen.
Ort:	Schnapp’s Hof, Möhnesee
Preis:	935,00 € inkl. Ü/VP EZ-Zuschlag 32,00 € insg. 1.135,00 € für Einrichtungen / Firmen
Dozentin:	Susanne Lehmann

Susanne Lehmann (Jhrg. 1973) ist Kommunikations-/ Werbefachwirtin und Master of Science im Change Management. Als Trainerin und Coach liegen ihre Schwerpunkte bei Emotionaler Kompetenz, Coaching, Konflikt- und Stressmanagement, Team- und Ressourcentraining. Sie legt Wert darauf, den Teilnehmenden Raum für Entwicklung zu geben und Achtsamkeit zu fördern. Ihre Arbeit ist für sie eine gemeinsame Forschungsreise in den Themengebieten, die ihr am Herzen liegen.

Ihr Motto: Um deinen Weg zu finden, musst du deiner Freude folgen. (Joseph Campbell)

Teilnehmendenzahl: 10 - 16

Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung. Nicht im Preis enthalten ist die Anreise.

Seminarinhalte

- Was ist Intuition und wie können wir sie nutzen?
- Intelligenz auf verschiedenen Ebenen: Kopf, Bauch, intuitives Wissen
- (Wieder-) Entdecken von Muße zur Steigerung der Kreativität und Effektivität
- Stress und Konflikten anders begegnen
- Achtsamkeits- und Entspannungsübungen (in der Natur)

Ihr Nutzen

- Entdecken der eigenen Intuition als verlässliches Instrument in Berufs- und Privatleben
- Entwicklung und Einsatz von Lösungsstrategien für berufliche Fragestellungen
- Kennenlernen von Kreativitätstechniken für innovative Ideen im Job
- Treffen von intuitiven und intelligenten Entscheidungen im beruflichen Kontext
- Kennenlernen und Steuerung des Zusammenspiels von Impuls und Reflexion

Wichtige Elemente im Seminar sind **Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen, Phantasiereisen und Bewegung**, Übungen zu zweit, zu dritt und in der Gruppe. Die Mischung aus Theorie, Selbsterfahrung, Ruhe und Musik gibt Ihnen die Möglichkeit, neues zu erfahren sowie viel Lebensfreude, Leichtigkeit und intensive Erfahrungen zu erleben. Wir nutzen die Energie der Gruppe, lernen voneinander und stärken unsere eigenen Fähigkeiten und Ressourcen.

Zu diesem Seminar bringen Sie bitte folgendes mit:

- bequeme Kleidung (Hose, Oberteil)
- Hausschuhe oder warme Socken
- Schreibutensilien

Sonstiges

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung. Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten bzw. sichert Sie gegenüber Unfallfolgen ab.

Übernachtung/Verpflegung

Das Tagungs- und Gästehaus Schnapp‘ s Hof liegt in ruhiger und erholsamer Lage direkt am Möhnesee – es findet sich am Möhnesee kein anderes Haus, das so nah am Wasser liegt. Sie übernachten im Einzel- oder Doppelzimmer mit Dusche/WC. Die Verpflegung im Haus beinhaltet Frühstück, Mittag- und Abendessen. Nicht im Preis enthalten sind Pausengetränke (Kaffee, Tee u.ä.).

Anreise

Den Schnapp‘ s Hof erreichen Sie gut mit dem Auto über die A44 bis Soest. Von dort folgen Sie der Beschilderung Richtung Möhnesee, fahren über Delecke bis nach Stockum und biegen kurz vor dem See rechts zum Schnapp‘ s Hof ab.
Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist bis zum Bahnhof Soest bzw. bis zur Bushaltestelle Körbecke gut möglich. Die Weiterfahrt zum Seminarhaus gestaltet sich danach jedoch eingeschränkt, z. B. durch längere Warte-zeiten, seltenere Verbindungen oder einen Fußweg. Daher empfehlen wir die Anreise mit dem Pkw. Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service.

Bildungsurlaub / Bildungszeit

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern für Teilnehmer/innen aus bestimmten Berufsgruppen **als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig.** Bitte beachten Sie dazu unsere **„Mitteilung für den Arbeitgeber“.** Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die “Mitteilung für den Arbeitgeber” ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub/ Bildungszeit wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.