

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

Seminar Nr.:	807726
Termin:	22.02. – 27.02.2026 So, 18:00 Uhr bis Fr, ca. 13:30 Uhr

Ort:	Kronsgaard
Preis:	995,- € (inkl. Ü/VP) EZ-Zuschlag: 100,- € insgesamt 1195,- € 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)

Teilnehmer*innenzahl: 10 – 16

Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen

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

Übernachtung/Verpflegung

Nur wenige Meter vom feinen Sandstrand gelegen, bietet das Landhaus Ostseeblick in Kronsgaard viel Platz zum Entspannen in heimeliger Atmosphäre. Der grüne Sonnengarten lädt dazu ein, ausgiebig die Seele baumeln zu lassen ebenso können Sie im hauseigenen Swimmingpool, Sauna, Dampfbad und Whirlpool entspannen.

Im Seminarpreis enthalten ist Vollpension (Frühstück, Mittagessen und Abendessen). Alle Zimmer sind mit eigenem Bad ausgestattet.



www.landhaus-ostseeblick.sh



Anreise mit dem Auto

Von Hamburg fahren Sie auf der A7 nördlich Richtung Flensburg. Gleich nach der Rendsburger Hochbrücke verlassen Sie die Autobahn über die Ausfahrt Rendsburg/Büdelsdorf. Fahren Sie in Richtung Eckernförde (B203). Ab Eckernförde folgen Sie der Ausschilderung nach Kappeln.

In Kappeln wechseln Sie auf die B 199, Richtung Flensburg. Nach ca. 10 km biegen Sie nach rechts in Richtung Bobeck ab (50 Meter vor der Ausfahrt steht rechts eine Windmühle). Dann folgen Sie der Ausschilderung nach Pottloch zum Landhaus Ostseeblick.

Landhaus Ostseeblick
Pottloch 3
24395 Kronsgaard

Bildungsurlaub

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

Sonstiges

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.