

Eigenverantwortung, Intuition und rationale Entscheidungen im beruflichen Alltag

Bildungsurlaub/Bildungszeit mit Klettereinheiten

In diesem Seminar entdecken Sie, wie Eigenverantwortung Ihre berufliche Wirkung stärkt. Sie lernen, Ihre Intuition gezielt einzusetzen und mit rationaler Analyse zu verbinden.

Das Seminar verbindet Erkenntnisse aus dem Alpinismus, dem Risikomanagement und der moderner Entscheidungspsychologie. Durch praxisnahe Übungen aus der Kletterpädagogik entwickeln Sie Sicherheit in komplexen Entscheidungssituationen. Sie gewinnen Klarheit, Selbstvertrauen und eine neue Qualität in Ihrem Arbeitsalltag.

Die Teilnehmenden lernen, Eigenverantwortung, Intuition und rationale Informationsverarbeitung in komplexen Situationen wirkungsvoll zu kombinieren. Mit der 3x3-Risikomanagement-Methode, Achtsamkeitstechniken, Methoden aus NLP, der Gewaltfreie Kommunikation (GFK) und Neurowissenschaften sowie praktischen Erfahrungen am Fels analysieren Sie, wie Sie fundierte Entscheidungen treffen können.

Ziel ist es, die erlernten Strategien direkt auf berufliche Kontexte wie Projektarbeit, Krisenbewältigung und Teamführung zu übertragen.

Das Seminar fördert sowohl mentale Stärke und Selbstwahrnehmung als auch strategische Entscheidungs- und Handlungskompetenz im Berufsalltag.

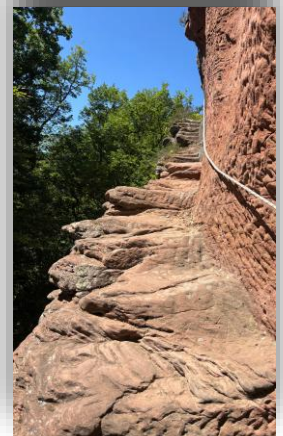
Themenschwerpunkte

- Eigenverantwortung im Handeln – Verantwortung für Entscheidungen übernehmen, klare Rollenklärung.
- Intuition & Rationalität – Zusammenspiel von Bauchgefühl und analytischem Denken bei Entscheidungen.
- Risikomanagement– Anwendung der 3x3-Methode.
- Umgang mit objektive & subjektive Gefahren – Erkennen äußerer Risiken und innerer Faktoren.
- Achtsamkeit & Wahrnehmung – Methoden zur bewussten Selbst- und Umgebungswahrnehmung (Thích Nhất Hạnh, Neurowissenschaften).
- Wichtige Entscheidungsparameter verstehen.
- Transfer in den Beruf – Übertragung der erlernten Risiko- und Entscheidungsstrategien auf komplexe Arbeitssituationen.

Seminar Nr.:	814525
Termin:	22.06.-27.06.2025 Sonntag, 18.00 Uhr – Freitag, 13.00 Uhr
Ort:	Lambrecht
Preis:	1.075,00 € (Ü/VP) für Einzelpersonen 1.275,00 € (Ü/VP) für Einrichtungen / Firmen EZ-Zuschlag: 90,00 € insg.
Dozent:	Peter Wendland
Co-Dozent:	Thorsten Führer
Peter Wendland (Jhrg. 1969) ist freiberuflicher Dipl. Soz. Päd., Musiktherapeut, Heilpraktiker für Psychotherapie und leidenschaftlicher Kletterer (Vorstieg, Toprope und Klettersteig), Klever Klettertrainer und DAV Mitglied.	
Thorsten Führer (Jhrg. 1980), Kletterer seit Anfang 2000, große Vorliebe fürs Klettern in der Natur und alpine Mehrseillängen. IKKA-Trainer & IKKA Ausbilder Sportkletterverband	
TeilnehmerInnenzahl:	10-16
Leistungen:	Übernachtung mit Frühstück, Mittagessen bzw. Lunchpaket, Abendessen, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung
Kontakt PfalzAkademie:	Franz-Hartmann-Str. 9, 67466 Lambrecht, Tel.: 06325 / 18 00-0, info@pfalzakademie.bv-pfalz.de

Methoden

- DAV-Methoden des Risikomanagements: 3x3-Formel, Stop-or-Go-Entscheidung
- Achtsamkeitsmethoden nach Thích Nhất Hạnh
- NLP-Techniken
- Neurobiologische Grundlagen der Entscheidungsfindung
- GFK (Gewaltfreie Kommunikation) nach Rosenberg für klare Kommunikation in Risikosituationen
- Kletterpraxis: Toprope, Vorstieg
- Reflexion & Transferübungen: Journaling, Partnerinterviews, Gruppenfeedback
- Austausch im Sharing



Seminarinhalte

- Fähigkeit entwickeln, Risiken systematisch zu erkennen, zu bewerten und angemessen zu handeln.
- Intuition und rationales Denken bewusst kombinieren, um bessere Entscheidungen zu treffen.
- Eigenverantwortung im beruflichen und persönlichen Handeln stärken.
- Achtsamkeit und Selbstwahrnehmung als Grundlage für Sicherheit und Klarheit trainieren.
- Strategien aus dem Alpinismus und Klettern wirksam in den beruflichen Kontext übertragen.

Ihr Nutzen - Transfer in den Berufsalltag

- Risikoeinschätzung und -management für Projekte, Verhandlungen, Teamentscheidungen
- Förderung einer offenen, klaren Kommunikation auch unter Zeitdruck
- Erkennen von kognitiven Verzerrungen bei Entscheidungen
- Entwicklung einer Kultur von Eigenverantwortung statt Schuldzuweisung
- Nutzung von Achtsamkeitstechniken zur Stressreduktion und Konzentrationssteigerung
- Stärkung der Teamfähigkeit und Kommunikation (auch in Stresssituationen)
- Entwicklung einer klaren Entscheidungsprozesse unter Druck

Spezielle Kenntnisse und Fähigkeiten

... sind keine Teilnahmevoraussetzung. Das Seminar ist aber nicht geeignet für Personen mit Erkrankungen von Herz, Kreislauf, Atmungs- und Bewegungsorganen. Eine gute körperliche Konstitution ist von Vorteil, Schwindelfreiheit erforderlich.

Der Schwierigkeitsgrad der Kletterrouten liegt bei ca. vier bis 6+/7- (leicht bis mittelschwer). Seminar ist für Klettererfahrene ab dem 5. Grad (Halle) geeignet. Je nach Erfahrungsgrad der Gruppe, wird auch im Vorstieg geklettert. Wir klettern an Sandstein. Dieser hat eine höhere Reibung und ist etwas anspruchsvoller als glatter Fels.

Die Zeit am Kletterfelsen beträgt jeden Tag (Mo-Do) ca. drei bis vier Stunden. Am Kletterfelsen finden neben dem eigentlichen Klettern Reflexionen, Auswertungen, inhaltliche Inputs und Transfers des Erfahrenen in den beruflichen Alltag statt. Bei schlechtem Wetter (Regen) kann nicht am Felsen geklettert werden. Wir können dann Kletterhallen (voraussichtlich in Mannheim) nutzen.

Klettertechnische Hinweise

Alle praktischen Anteile erfolgen unter der Leitung erfahrener Trainer. Ausrüstung wird geprüft gestellt (Helme und Gurte, Sicherungsgeräte, etc.) oder muss zertifiziert mitgebracht werden.

Eigene Bergschuhe, Kletterschuhe und Rucksack sind bitte mitzubringen! Und bitte ein kleines Tagebuch! Kletterschuhe sind im Handel für Einsteiger auch im unteren Preissegment zu erwerben. Kletterschuhe an Sandstein sind zwingend erforderlich.

Sonstige Hinweise

- Seminar ist für Klettererfahrene ab dem 5. Grad (Halle) geeignet.
- Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung
- Normale psychische und körperliche Belastbarkeit erforderlich

Fahrten vor Ort

Um die Kletterfelsen zu erreichen, benötigen wir Privatfahrzeug der Teilnehmer. Wir bezahlen für jeden im Rahmen des Seminars gefahrenen Kilometer 0,30 €. Die PKWs werden in der Regel mit vier Personen besetzt. Die Ziele liegen in der Regel ca. 30-50 km entfernt.

Organisatorisches

Übernachtung/Verpflegung: Sie sind in der PfalzAkademie in Lambrecht im Pfälzerwald untergebracht. Das Haus liegt 6 km von Neustadt an der Weinstraße entfernt. Sie sind Einzelzimmern untergebracht. Um eine zeitlich hohe Flexibilität gewährleisten zu können, erhalten Sie vom Seminarhaus zum Mittagessen ein Lunchpaket (am Freitag warmes Mittagessen), am Abend erhalten Sie dann ein warmes Abendessen (am Sonntag kaltes Abendessen). Zudem erhalten Sie ein Frühstück am Frühstücksbuffet. Im Haus steht Ihnen eine Sauna zur Verfügung.

Anreise: Mit der Bahn bis zum Bahnhof Lambrecht und dann ca. 20 Minuten Fußweg zur Akademie oder mit dem Taxi. Näheres erfahren Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Bitte nutzen Sie unseren **Fahrgemeinschafts-Service**. Fahrgemeinschaften schonen die Umwelt und sparen Geld.

Weitere Informationen über Reise-Utensilien, Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer **Reise-Rücktrittsversicherung**.

Sicherheit: Das Dozententeam ist mit Klettern in den Bergen vertraut. Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns gegen Schäden an Dritten.

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. Für die Inanspruchnahme von Bildungsurlaub bzw. Bildungszeit gelten ggf. bundeslandspezifisch zusätzliche Einschränkungen. Diese finden Sie in der Arbeitgeber-Bescheinigung auf Seite 1 beim Anerkennungsbescheid des jeweiligen Bundeslandes.

Zu diesem Seminar sind alle Interessierte herzlich willkommen, die Beantragung eines Bildungsurlaubs / einer Bildungszeit ist keine Voraussetzung für Ihre Teilnahme!