



**Einladung zum Kompakt-Training:**  
 3.-4. März 2014 in Schloss Atzelsberg

## Resilienz für Führungskräfte

Statt sich zu verrennen  
 Hürden mit Leichtigkeit nehmen

### Ein Personalwechsel, eine Neuorientierung des Managements, eine Umstellung des Systems

Solche mittlerweile alltäglich gewordenen Maßnahmen müssen Führungskräfte in Zeiten des Wandels immer wieder stemmen. Dabei verändert sich nicht nur das gesamte Umfeld, auch bei MitarbeiterInnen kann es schnell zu Unsicherheit oder sogar Existenzsorgen führen. Je nach Anfälligkeit können es kleine Dinge oder große Veränderungen sein, die uns aus der Fassung bringen.

Umso mehr ist deswegen die innere Stärke der Führungskräfte gefragt, um ihre MitarbeiterInnen in Veränderungen klar zu führen, sie zu unterstützen und selbst in solch kritischen Phasen stabil, leistungsstark, gesund und souverän zu bleiben.

### Inhalte

- Die 7 Resilienz-Schlüssel: Innere Stärke, um mit Druck und Belastungen besser umzugehen
- Reflexion Ihres „Bewältigungskapitals“ und Resilienz-Check
- Herausforderungen und kritische Wendepunkt meistern: Zwischen Kämpfen und Loslassen
- Stehauf-Kompetenzen systematisch trainieren und stärken
- Resilienz als neue dynamische Führungs-Qualität
- Gestaltung einer resilienzfördernden Unternehmenskultur mit dem systemischen Mehrebenenansatz

### Zielgruppe

Führungskräfte, ProjektleiterInnen, ManagerInnen

### Genau für diese innere Stärke steht Resilienz

In schwierigen Situationen high performance zu zeigen und sich nach Krisen schnell zu erholen - resiliente Führungskräfte mit „Stehauf“-Qualitäten erreichen sowohl unternehmerische als auch individuelle Ziele leichter. Resilienz ist ihr „Bewältigungskapital“ bei Rückschlägen und Veränderungen, ihr Mittel für persönliche und unternehmerische Leadership. Resilienz können Sie trainieren, und Sie machen sich damit fit für Ihre aktuellen und zukünftigen Herausforderungen. Resilienz ist die berufliche Kernkompetenz der Zukunft.

*„Unser größter Ruhm ist nicht, niemals zu fallen, sondern jedes Mal wieder aufzustehen.“ (R.W. Emerson)*

Das intensive Kompakt-Training mit Prof. Dr. Jutta Heller, Expertin für Resilienz und Veränderungskompetenz, bietet Ihnen konkrete Ansätze zur Förderung Ihrer Resilienz und zeigt Ihnen Möglichkeiten für Ihr mentales Immunsystem. Setzen Sie bereits vorbeugend auf Ihre „Stehauf“-Qualitäten, so dass Sie in herausfordernden Situationen leichter agieren.

### Ihr Nutzen

- Persönliche Standortbestimmung bzgl. Ihrer Veränderungskompetenz und Resilienz
- Systematische Identifizierung Ihrer Stärken
- Sensibilisierung für einen gelassenen Umgang mit Stress und Prävention von Burnout
- Förderung Ihres mentales Immunsystem anhand der sieben Resilienz-Schlüssel
- Erweiterung Ihrer Stehauf-Kompetenz, um sich selbst und andere für zukünftige organisationale und persönliche Krisen zu wappnen
- Entwicklung individueller Ziele für Ihr kontinuierliches Resilienz-Training und für Ihren Führungsalltag

### Ihre Investition

€ 1190,- inkl. MwSt. pro Person.  
 Die Teilnahmegebühr umfasst Teilnehmerunterlagen, Mittagessen sowie Pausengetränke.

### Lernmethoden

Einsatz von Vorbereitungs- und Transferaufgaben, Impulsreferaten, Selbstreflexion, Gruppenarbeit und Kurzpräsentationen; Ressourcenstärkung durch Fokussierung auf positive Erfahrungen; Einsatz von Tests, erfahrungsorientierten Übungen, etc. Theorie wird nur so viel als nötig vermittelt. Sympathisch und motivierend werden Sie mit einem fundierten Training gefördert, Veränderungskompetenz und Resilienz zu entwickeln und zu stärken.

### Transferbegleitung

Um die Nachhaltigkeit Ihres Trainings zu unterstützen können Sie ein individuelles Transfer-Coaching vereinbaren.



**Ihr Platz im Kompakt-Training am:**  
 3.-4. März 2014 in Schloss Atzelsberg

Mühlstraße 8  
 90547 Stein  
 www.juttaheller.de  
 kontakt@juttaheller.de  
 Tel. +49 (0)911 / 2786 177 0



### Ihre Trainerin

Prof. Dr. Jutta Heller ist Expertin für Veränderungs-kompetenz und Resilienz. Die Autorin des Buches „Resilienz: 7 Schlüssel für mehr innere Stärke“ (2013) begleitet Unternehmen und Führungskräfte bei der Umsetzung von Veränderungsmaßnahmen, führt Resilienztrainings durch und coacht Führungskräfte im Umgang mit Stress, Konflikten und Krisen. 1998 bis 1999 gönnte sie sich selbst eine Auszeit in Venezuela, um selbst wieder gut „auf die Füße“ zu kommen. Zusätzlich zu ihrer selbständigen Beratungstätigkeit ist sie Professorin für Training & Coaching sowie Prodekanin der wirtschaftspsychologischen Fakultät an der Hochschule für angewandtes Management Erding. Weitere Kompetenzen hat sich Prof. Heller als ausgebildete NLP-Lehrtrainerin, systemische Beraterin, Business Coach und zertifizierte Rednerin erarbeitet.

**Anmeldung - Fax**  
**+49 (0)911 / 2786 177 1**

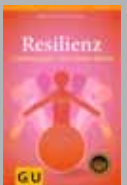
### Seminarort

20.-21. März 2014,  
 Beginn 10.00 Uhr am 1. Tag,  
 Ende 16.30 Uhr am 2. Tag  
 Schloss Atzelsberg (Nähe Erlangen)  
 www.schloss-atzelsberg.de  
 Für Ihre Übernachtung sind im Hotel Bachwiesen  
 Zimmer vorreserviert (Entfernung ca. 3 km)  
 www.bachwiesen.de

### Empfehlung zur Vorbereitung

„Resilienz. 7 Schlüssel für mehr innere Stärke“, Gräfe und Unzer Verlag, München oder als Hörbuch bei Argon Balance.

Radiointerview Prof. Dr. Jutta Heller:  
 „Was Menschen innerlich stark macht“  
<http://www.juttaheller.de/resilienz>



Name _____	Vorname _____
Straße _____	PLZ / Ort _____
Telefon _____	Telefax _____
E-Mail _____	Website _____
Firma _____	Funktion _____
Abteilung _____	Anzahl Beschäftigte _____
Datum _____	Unterschrift _____

Ich bin an einem Transfercoaching interessiert:  Ja  Nein  Noch nicht entschieden

#### Allgemeine Geschäftsbedingungen:

1. Anmeldung und Stornobedingungen: Die Anmeldung zur Teilnahme ist verbindlich. Sollten Sie Ihre Anmeldung bis 20 Tage vor Beginn der Veranstaltung annullieren, so werden 80 Prozent der Gebühren rückerstattet. In allen anderen Fällen bleiben Ihre finanziellen Verpflichtungen vollumfänglich bestehen. Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung. Diese ist innerhalb von 14 Tagen nach der Anmeldung zu bezahlen. Ein Anspruch auf Teilnahme besteht erst nach Eingang des gesamten Teilnahmebetrages.
2. Programmänderung, Absagen durch den Veranstalter: Änderungen im Programm behalten wir uns im Einzelfall vor. Im Ausnahmefall können die Veranstaltungen aufgrund zu geringer Teilnehmerzahlen, kurzfristigem krankheitsbedingtem Ausfall des Referenten oder höherer Gewalt auch nach erfolgter Teilnahmebestätigung verschoben oder abgesagt werden. Im Falle zu geringer Teilnehmerzahlen wird die Veranstaltung spätestens eine Woche vor Veranstaltungsbeginn abgesagt. Im Falle der Absage einer Veranstaltung erstatten wir bereits gezahlte Teilnahmegebühren zurück. Es bestehen keine weitergehenden Ansprüche.
3. Vertrauliche Informationen/Datenschutz, Urheberrechte: Die Vertragsparteien behandeln wesentliche und nicht allgemein bekannte Angelegenheiten mit der im Geschäftsleben üblichen Vertraulichkeit. Personenbezogene Daten werden nur für vertraglich vereinbarte Zwecke genutzt. Die Teilnehmer verpflichten sich, trainingsbegleitende Druck- und Online-Unterlagen etc., weder zu vervielfältigen noch an Dritte weiter zu geben.
4. Haftung: Das jeweilige Seminar wird sorgfältig nach dem derzeitigen aktuellen Wissensstand vorbereitet und durchgeführt. Für erteilten Rat sowie die Verwertung im Training erworbener Kenntnisse übernehmen wir jedoch keine Haftung. Weiterhin übernehmen wir keine Verantwortung für eventuelle Nachteile, die sich aufgrund fehlender Trainingsvoraussetzungen bei den Teilnehmern ergeben. Die Teilnahme am Training setzt eine normale körperliche und seelische Belastbarkeit voraus.