

# Gruppendynamik und Selbsterfahrung

## Wirksam zusammenarbeiten - Outdoor

### Ziele und Nutzen

Die abgegrenzte Seminarsituation auf der Hütte oder dem Segelschiff, fernab vom Alltag, ermöglicht ein sehr intensives Erleben von Gruppenprozessen und eigenem Tun. Das hilft innezuhalten, um mich bewusst selbst zu reflektieren und aufgetankt mit neuer Lebendigkeit in meinen Alltag zurück zu gehen.

### Inhalte

- Wer bin ich?
  - Was ist typisch für mich?
  - Entdecken auch bisher unbewusster Seiten von mir.
  - Einstellungen und Verhaltensweisen, die ich an mir schätze, die mich an mir stören und die meine Arbeitssituation beeinflussen.
- Wie erleben mich andere, wie erlebe ich mich selbst im Umgang mit und in der Gruppe?
- Welche Ziele habe ich zur persönlichen, beruflichen Entwicklung?
- Wie nutze ich meine Energien und finde mein Gleichgewicht zwischen persönlicher und beruflicher Entfaltung?
- Wie beeinflusse ich den Prozess „Kontakt - Vertrauen - Zusammenarbeit“?
- Welchen Weg gehe ich zu mehr innerer Ruhe und Gelassenheit, um auch mit schwierigen Alltagssituationen erfolgreich umzugehen?
- Wie beobachte, analysiere und beeinflusse ich Gruppenprozesse?
- Wie wird durch Feedback der Raum für freies Handeln als Einzelner und als Gruppe erweitert?
- Wie entwickelt sich die Gruppe, welchen Einfluss nehme ich dabei wahr, welche Erklärung gibt es dafür?
- Wie gehe ich mit Unterordnung, Verantwortung und Risiko um?

### Termin und Ort

22.01. bis 30.01.2021 auf einer Ski-Hütte/Schweiz  
02. bis 10.07.2021 auf einem Segelschiff/Elba

### Seminarpreis zzgl. MwSt. und Nebenkosten

2.490,00 €  
2.490,00 €