



## Dr. Thomas Gehlert

ist Wirtschaftswissenschaftler und Ingenieur, mit Weiterbildungen in systemischer Beratung, Gestalttherapie, Organisationsaufstellung, Coaching und Supervision, Gruppendynamik, Logosynthese, ‚lösungsfokussierte Therapie‘ sowie Quantenphysik. Seine Promotion zum Verständnis von Systemaufstellungen und Intuition wird durch die zertifizierte Ausbildung zum System-Aufsteller und

Mastertrainer ergänzt. Er ist in der wissenschaftlichen Forschung und Lehre über Systemaufstellungen in Zusammenarbeit mit den Universitäten LMU München und Witten-Herdecke aktiv.

Seine Berufserfahrung resultieren aus seiner Zeit bei Audi und 3M sowie aus Aktivitäten als Management-Berater, Trainer und Coach. Systemaufstellungen unterstützen seine Arbeit in

Veränderungsprozessen.

Achtsamkeit unterstützt eine wahrnehmende Haltung und dient als ein Mittel zur Begegnung. Sie führt zur Entwicklung der eigenen Persönlichkeit und der Beziehung zu anderen. Sie stellt die Grundfähigkeit dar, Prozesse qualitativ besser zu kreieren und liefert die Voraussetzung, sich selbst und dem Umfeld gegenüber anders zu begegnen. Sie ermöglicht Wahrnehmen und Erfassen von Befindlichkeiten, Unterschieden, kritischer oder auch entscheidungsrelevanter Gegebenheiten und ermöglicht, intuitiv seinen Wahrnehmungen folgen zu können.

## Achtsamkeit und Intuition –

Diese unausweichliche Verbindung verstehen und anwenden

22. – 24.11.2023 (ab 18:00 bis 12:30 Uhr)

In diesem Seminar werden Sie Achtsamkeit und die damit verbundene Intuition in verschiedenen Situationen erfahren. Dabei werden auch Grundlagen für ganz neue Zusammenhänge und Wirkweisen vermittelt. Sie werden das Seminar mit neuen Erfahrungen, Methoden und Erkenntnissen für den täglichen Einsatz verlassen - sowohl geschäftlich als auch privat.

Achtsamkeit ist eine Fähigkeit, die das Potenzial hat, Ihr Leben, Ihr Team und Ihr Unternehmen zu transformieren. Mit ihrer Hilfe können Sie nicht nur Ihre Wahrnehmung schärfen, sondern auch zu gänzlich neuen und überraschenden Impulsen gelangen. Achtsamkeit ist mehr als nur ein Werkzeug zur Stressbewältigung, wozu es in zahlreichen Organisationen genutzt wird. Es ist eine Grundkompetenz zur Entwicklung und zum Training Ihrer Intuition. Sie hilft Ihnen, die aktuellen Herausforderungen des privaten und geschäftlichen Alltags zu bewältigen. Besonders Führungskräfte profitieren von einem tieferen Verständnis der Achtsamkeit und ihrer Wirkungsweise. In diesem Seminar lernen Sie, wie und auf welchen Wirkprinzipien Achtsamkeit basiert und wie Sie sie als Grundlage für persönliche und berufliche Entwicklung nutzen können. Durch Selbsterfahrung und das Verständnis der Zusammenhänge, die Achtsamkeit beeinflussen, erhöhen Sie Ihre Bereitschaft, neue Wege zu gehen und neue Formen der Interaktion zu wählen. Nutzen Sie die Chance, Ihr Potenzial und das Ihrer Organisation zu entfalten und Ihre Lebensqualität zu verbessern – mit Achtsamkeit und vor allem dem Wissen um seine Wirkungsweise, als Schlüssel zum Erfolg.

**Für wen?** Ob privat Interessierte, sowohl Interessierte aus einem oder verschiedenen Unternehmen von zwölf bis vierundzwanzig Personen.

**Ziele** Verstehen, wie Achtsamkeit wirkt und in welcher Form sie mit Intuition zusammenhängt. Erklärungen, wie Achtsamkeit und Intuition natur- und neurowissenschaftlich erklärt werden können. Übungen und Methoden kennenlernen, mit deren Hilfe die eigene Achtsamkeit erfahren werden kann.

**Wege der Vermittlung** Impulse zu theoretischen Grundlagen, Übungen zu Wahrnehmung, Achtsamkeit und Intuition, Tools für die tägliche Praxis, Arbeit an eigenen ggf. auch exemplarischen Fallbeispielen.

Seminargebühr: EUR 596,-

Unterkunft/Verpflegung/Raumpauschale: EUR 396,- im Einzelzimmer (Doppelzimmer auf Anfrage)