

# INSPIRIERT UND NACHHALTIG FÜHREN

MEDITATION ALS  
SCHÖPFERISCHE  
QUELLE FÜR  
FÜHRUNGSKRÄFTE

EIN SEMINAR FÜR  
FÜHRUNGSKRÄFTE

3 TAGE: 9. 1. - 12. 1. 2013

Philiana Stiftung e.V.

in Zusammenarbeit mit



## INSPIRIERT UND NACHHALTIG FÜHREN

Welche Fähigkeiten brauchen Sie, um eine zeitgemäße Führungskraft zu sein?

Gelingt es Ihnen, aus eigener innerer Aktivität, innovativ und verantwortungsvoll zu führen?

Möchten Sie Ihre menschliche Kompetenz entwickeln und nachhaltige Impulse in Ihrer Arbeit setzen?

## MEDITATION ALS SCHÖPFERISCHE QUELLE FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

Wer andere und sich selbst führt, erlebt in zunehmendem Maße, dass ein Handeln aus Gewohnheit oder Erfahrung allein nicht mehr ausreicht.

Führungskräfte sind gefordert, angesichts komplexer Fragestellungen bei wachsender Informationsflut und rasender Geschwindigkeit den Durchblick zu bewahren, Zusammenhänge herzustellen und kreative, kompetente Urteile zu fällen. Dabei kann es gefährlich sein, wenn die innere Ruhe und relative Distanz in der jeweiligen Situation abhanden kommen. Unabsehbare Wirkungen in einer globalen Welt können folgen.

Es gilt, auch bei höchster Anforderung, besonnen und handlungsfähig zu bleiben, um der Aufgabe gemäß, effektiv zu entscheiden.

Als Führungskraft wissen Sie, dass viele dieser Fähigkeiten immer unerlässlicher werden, wenn Sie bewußt nachhaltig und verantwortungsvoll tätig sein wollen.

Kann ein meditativer Weg Ihnen ermöglichen, Ihre Situation besser zu gestalten?

## WELCHEN GEWINN KÖNNEN SIE UND IHRE ARBEIT DURCH MEDITATION ERFAHREN?

Sie können als Führungskraft lernen, das Wesentliche Ihrer täglichen Herausforderungen rascher zu erkennen und effektiv zu beantworten, durch:

- Selbstführung, Selbsterkennung und Kommunikationsfähigkeit
- exaktere Wahrnehmung und gesteigerte Aufmerksamkeit
- verbesserte Urteils- und Gegenwartsfähigkeit
- soziale Kompetenz
- intuitives, inspiriertes und damit auch folgerichtiges Handeln
- Achtsamkeit für die Werte, die Ihren Entscheidungen zugrunde liegen
- Mut zu notwendigen Veränderungen
- Verstehen der Sinnhaftigkeit Ihres Tuns für die Welt

## WAS VERSTEHEN WIR UNTER MEDITATION?

Meditation ist eine stille  
Bewußtseinstechnik.

Innehalten, besinnen, ruhig werden, in  
eine stille Gegenwart eintreten,  
abwägen, loslassen, aufmerksam sein,  
Neues empfangen, zuwenden,  
entstehen lassen, Ideen, Urteile,  
Perspektiven entwickeln, Strategien  
finden, erproben, umsetzen.

Meditation ist ein Weg, der uns  
ermöglicht, unser Bewusstsein auf  
gesunde Weise zu erweitern und den  
Raum zu öffnen für neue Gedanken und  
Lösungen, die unsere Aufgaben  
dringend brauchen.

Damit ist Meditation ein Weg, der die  
erhöhte innere Aufmerksamkeit für die  
äußeren Aufgaben fruchtbar machen  
kann.

Während des Seminars werden wir  
Erkenntnisgrundlagen und eine Vielfalt  
von Übungen anbieten, Erfahrungen  
austauschen und diese in Beziehung zu  
unseren Führungsaufgaben setzen.

## WER WIRD TEILNEHMEN?

Die Einladung richtet sich an  
Menschen, die in Führungs- und  
Leitungsfunktionen tätig sind sowie an  
alle Verantwortungstragenden - in  
Unternehmen oder Organisationen -,  
die an meditativer Praxis interessiert  
sind.

**Begrenzte Teilnehmerzahl.**

## WAS KÖNNEN SIE VON UNS ERWARTEN?



### **Mag. Alexandra Abensperg-Traun**

Philiana Stiftung e.V. u. plenum GmbH,  
zuvor Geschäftsführerin eines  
Markenunternehmens der chemischen  
Industrie.

Seit 15 Jahren Studium und Praxis von  
Meditation. Seit 10 Jahren Leitung  
meditativer und kontemplativer  
Arbeitskreise.

Sie erläutert Führungs- und  
Selbstführungsmethoden, die für das  
Management entwickelt wurden.

Anhand ihrer Erfahrung als  
Führungskraft legt sie besonderen Wert  
auf meditative Schulung.

### **Schwerpunkte:**

Förderung von Gegenwartsfähigkeit,  
presencing U-Prozesse, Systemdialog-  
Aufstellungen, kommunikative und  
authentische Führung.

## Dr. Ursula Flatters

seit ca 30 Jahren Studium und Praxis von Meditation und viele Jahre Leitung von Meditationsseminaren.



Ursula Flatters ist Ärztin und Klinikleiterin und arbeitet mit dem einzelnen Menschen und dessen Persönlichkeit ebenso wie mit dem gesamten sozialen Zusammenhang.

Sie bildet kontinuierlich, weltweit Führungskräfte, Wissenschaftler und Ärzte aus und führt durch das Seminar anhand von Erkenntnissen und Übungen anthroposophischer Meditationspraxis.

**Schwerpunkte:** inhaltliche Meditation zu Selbsterkenntnis, erhöhter Aufmerksamkeit und Intuitionsfähigkeit im Alltag sowie zum Thema Relation. Technik: angeleitete Meditation zu objektiven und persönlichen Inhalten; Austausch im Gespräch

## Mag. Ronald Matthijssen

ist Pädagoge und Psychologe.

Seit 12 Jahren arbeitet er mit den Techniken des Theaters der Unterdrückten (TdU).

Er war Mitbegründer von Formaat, der international renommierten Werkstatt für partizipatives Theater.

Die Ansätze und Inhalte des TdU ermöglichen u.a., Lösungen für konkrete Alltagssituationen zu erarbeiten und zwar zunächst mit Bildern anstelle von Worten.

**Schwerpunkte:** Bildertheater, transkulturelle Konfliktlösung und TdU-Forschungsarbeit.



# INSPIRIERT UND NACHHALTIG FÜHREN

## MEDITATION ALS SCHÖPFERISCHE QUELLE FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

### TERMIN

09.01.- 12.01. 2013

Mi. 09.01. 2013 von 18:00 Uhr  
bis 21:00 Uhr

Do. 10.01. 2013 von 09:00 Uhr  
bis 19:00 Uhr

Fr. 11.01. 2013 von 09:00 Uhr  
bis 19:00 Uhr

Sa. 12.01. 2013 von 09:00 Uhr  
bis 13:00 Uhr

### ORT

#### Hotel und Therme Rogner Bad Blumau

Bad Blumau 100  
8283 Bad Blumau, Österreich  
03383 /5100 [www.blumau.com](http://www.blumau.com)

Ermäßigter Zimmerpreis **inkl. Frühstück,  
Thermenbenutzung, Halbpension oder  
Vollpension.**

Die Reservierung gibt plenum an das  
Rognerbad weiter.

Die TeilnehmerInnen rechnen direkt mit  
dem Rognerbad ab.

### KOSTEN UND STORNOBEDINGUNGEN

Das Seminar kostet 970 Euro zzgl.  
MwSt.  
Bei Abmeldung nach verbindlicher  
Anmeldung bis zum 30.11.2012  
werden 150 Euro Bearbeitungsgebühr  
abgerechnet. Bei Abmeldung nach dem  
30.11.2012 sind 100% des  
Gesamtbetrages zu zahlen. Diese  
Regelung gilt für den Fall, dass keine  
andere, für die Teilnahme am Seminar  
geeignete Person genannt wird.

### INFORMATION UND ANMELDUNG

**plenum - sustainability.change.impact**  
gesellschaft für ganzheitlich nachhaltige  
entwicklung gmbh

Lindengasse 2/14A 1070 Wien

T: +43 1 524 68 46 0

F: +43 1 524 68 46 20

T: +43 676 924 34 84

Email: [office@plenum.at](mailto:office@plenum.at)

Für Ihre Anmeldung verwenden Sie bitte  
die folgende Seite:

### ANMELDEBLATT:

#### INSPIRIERT UND NACHHALTIG FÜHREN

MEDITATION ALS SCHÖPFERISCHE  
QUELLE FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

# ANMELDUNG

## INSPIRIERT UND NACHHALTIG FÜHREN

MEDITATION ALS SCHÖPFERISCHE QUELLE FÜR FÜHRUNGSKRÄFTE

Bitte diese Seite kopieren und senden / faxen an:

### plenum - sustainability.change.impact

gesellschaft für ganzheitlich nachhaltige entwicklung gmbh

Lindengasse 2/14A 1070 Wien

T: +43 1 524 68 46 0 F: +43 1 524 68 46 20 Email: [office@plenum.at](mailto:office@plenum.at)

T: +43 676 924 34 84

Termin: 09.01. - 12. 01. 2013 Ort: 8283 Bad Blumau 100, Österreich

## ABSENDER

---

TeilnehmerIn (Vor- und Zuname)

---

Funktion, Berufliche Tätigkeit

---

Privatadresse

---

Telefon, Fax, E-Mail (privat)

---

Firmenname, Adresse

---

Telefon, Fax, E-Mail (Firma)

**Rechnung ergeht an** (bitte angeben!):

Privatadresse

Firmenadresse

andere Adresse, und zwar:

---

Ich melde mich verbindlich an und anerkenne die umseitig angeführten Zahlungs- und Stornobedingungen.

Datum der Anmeldung: \_\_\_\_\_ Unterschrift: \_\_\_\_\_

**IHRE HOTELRESERVIERUNG LEITEN WIR AN DAS HOTEL WEITER**

**ANREISE AM:** \_\_\_\_\_ **ABREISE AM:** \_\_\_\_\_