

Wir entwickeln Menschen

Entdecken Sie Ihre Potentiale auf ungewohnten Wegen

Weiterkommen, blockierende Verhaltensweisen ändern, Neues lernen – dazu ist Aktion notwendig. Sich auf den „Weg machen um neue Erfahrungen zu sammeln“.

Dabei begleiten wir Sie kreativ, mutig und gerne!

Wir sind Spezialisten für Entwicklungs- und Veränderungsprozesse in Unternehmen. Unsere Seminare sind eine Kombination aus In- und Outdoor und werden individuell auf die jeweiligen Kundenbedürfnisse angepasst.

Was bietet In & Out?

Auf der Basis Ihrer Vorgaben und Ziele erstellen wir ein individuelles, auf Ihre Bedürfnisse zugeschnittenes Trainingskonzept. Je nach Zielsetzung werden die In- und Outdoor-Elemente kombiniert und im Anschluss mit den Teilnehmern reflektiert. Diese Kombination ermöglicht ein ganzheitliches, nachhaltiges und erlebnisorientiertes Lernen. Der Transfer der Themen in den Arbeitsalltag wird transparenter und leichter umsetzbar.

Welche Themen?

Die Trainingsthemen und Kernpunkte sind Teamentwicklungsmaßnahmen, Kommunikations- und Konfliktlösungsstrainings sowie Coachings.

Wie arbeiten wir?

Jedes Seminar startet im Seminarraum, zuerst werden alle organisatorischen Fragen und der Ablauf geklärt. Die Seminare beinhalten vorwiegend Aktionen der Teilnehmer. Die Themen werden in Einzel- und Kleingruppen erarbeitet und im Plenum gemeinsam reflektiert. Im Mittelpunkt steht das „Erleben“, denn erlebnisorientiertes Lernen wirkt nachhaltig.

Darüber hinaus ist es uns wichtig zu wissen, welche Erwartungen, Einstellungen oder Ängste die Teilnehmer haben. Darauf aufbauend gestalten wir den Ablauf in einer angenehmen und respektvollen Atmosphäre. Unsere Seminare sprechen den Verstand UND das Herz an.

Uns ist wichtig, dass wir die Teilnehmer dort „abholen“ wo sie gerade stehen. Welche Erwartungen oder auch Ängste haben die Teilnehmer. Das Setting muss passen... Eine angenehme, respektvolle Atmosphäre zu schaffen liegt uns am Herzen.

Die Seminarthemen werden durch Einzel- und Gruppenarbeiten bearbeitet, im Vordergrund stehen sowohl die Gruppenziele als auch die ganz persönlichen Ziele. Outdoor bedeutet für uns in erster Linie „erleben“. Die Erlebnisse aus den Outdoorprojekten (von „Draussen“) werden mit dem beruflichen oder privaten Kontext in Zusammenhang gebracht (gestellt) und können so auf der alltäglichen Situation übertragen werden.

Unsere Seminare sind:

Praxisorientiert:

Der Mensch steht im Mittelpunkt.

Maßgeschneidert:

Bei uns finden Sie keine Standardseminare. Alle Konzepte werden für Sie individuell konzipiert und auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt.

Erlebnisorientiert:

Wir wissen, dass erlebnisorientierte Seminare länger und nachhaltiger wirken.

Ganzheitlich:

Unsere Seminare sprechen Herz und Verstand an. Das zählt.

NATUR ERLEBEN . . .

Was uns am Herzen liegt...

Es geht uns niemals um blanken Aktionismus oder spektakuläre Leistungen.

Wir bieten und bereiten den uns anvertrauten Menschen einen sicheren Boden auf dem gesundes Selbstbewusstsein wächst.

Das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten, in die der Kollegen und Führungskräfte wird gestärkt.

Bislang versteckte Kompetenzen und Potentiale von Führungskräften und Mitarbeitern werden deutlich erkennbar und können gefördert werden.

Wir sind Fachmänner und -frauen für Führungskräfte-Training, Teamentwicklung und Konfliktlösungen im Team.

Unsere Seminare und Trainings werden mit Outdooraktivitäten kombiniert.

Dies ermöglicht in besonderem Maße handlungsorientiertes Lernen in einer neuen Umgebung.

Wir bieten maßgeschneiderte Lösungen für Ihr Unternehmen.

Unsere vielfältigen Erfahrungen garantieren Ihnen Weiterbildung auf höchstem Niveau.

Viel Spaß beim Entdecken unserer Seminar-Welt

Petra Anett Linke und Günter Durner

Mehr Infos unter: www.linke-coaching.de
www.am-berg.de

Wir kombinieren unsere Seminare mit Outdoortrainings.

Das ermöglicht erlebnisorientiertes Lernen in einer unbekanntem Umgebung.

Die Teilnehmer nehmen neue Erfahrungen und tiefe Erkenntnisse mit.

Bislang versteckte Potentiale und Kompetenzen von Führungskräften und Mitarbeitern werden sichtbar, erkannt, können gefördert und in den Alltag integriert werden.

Wir begleiten SIE kompetent, effizient, mutig und gerne . . .

Outdoor Teamübungen

Die beschriebenen Teamübungen werden von den Trainern je nach Zielsetzung für die Gruppe entsprechend modifiziert. Ziel ist, dass möglichst alle Teilnehmer aktiv an den Teamübungen teilnehmen. Nach der Übung wird kurz reflektiert und ein Transfer zum Berufsalltag hergestellt. Hier eine kleine Auswahl von Outdoorübungen.

Balken und Kisten

Die Gruppe hat die Aufgabe eine bestimmte Strecke zu überwinden ohne dabei den Boden zu berühren. Es stehen nur eine vorgegebene Anzahl von Balken und Kisten zur Verfügung, auf denen sich die Teilnehmer fortbewegen können. Die Gruppe soll selbständig herausfinden, wie sie diese Strecke am besten überwindet. Sie hat Zeit sich zu beraten und eine eigene Strategie zu finden.

Im Vordergrund steht hier das Erreichen des gemeinsamen Ziels mit den vorgegeben Ressourcen.



Blindes Seil

Ein 20 Meter langes Seil wird als Ring zusammengeknotet. Die Teilnehmer stellen sich in einer Linie auf und bekommen das Seil in ihre Hände übergeben. Mit verbundenen Augen versuchen sie nun - je nach Aufgabe des Trainers - ein Dreieck, Quadrat oder einen Kreis zu bilden. Besonders interessant ist es, wenn z.B. ein Wahrnehmungskanal (wie auch beim Telefonieren) fehlt um eine gestellte Aufgabe gemeinsam zu lösen. Klare Kommunikation und Orientierung werden hier gefordert und gefördert.



Spinnennetz

Die gesamte Gruppe muss durch ein aus Seilen geflochtenes Spinnennetz hindurch ohne dieses Netz zu berühren. Jedes Feld darf nur von einem Teilnehmer benutzt werden. Die Teilnehmer müssen zuerst eine Strategie festlegen nach der sie vorgehen möchten. Je nach Qualitätsanspruch der Teilnehmer darf das Spinnennetz nur einmal oder öfter berührt werden.



Nebel von Avalon

Die Gruppe hat hier die Aufgabe, einen bestimmten Gegenstand (z.B. stellvertretend für ihre „Werte“) aus einem Gebiet zu bergen, das nicht betreten werden darf. Als Hilfsmittel stehen ein Seil und ein Klettergurt zur Verfügung. Die gemeinsame Zielerreichung mit den vorgegeben Ressourcen stehen dabei im Mittelpunkt. Der Fokus ist auf die gemeinsamen Werte gerichtet, die im Firmenalltag manchmal im Hintergrund rücken.



Brücke des Vertrauens

Bei der Brücke des Vertrauens ist ein Seil „V-förmig“ etwa 50 Zentimeter über den Boden gespannt. Jeweils zwei Teilnehmer haben die Aufgabe auf dem gespannten Seil gemeinsam, sich gegenseitig unterstützend vom engsten Punkt soweit wie möglich bis zum breitesten Punkt zu gelangen. Die anderen Teilnehmer unterstützen dabei die beiden Akteure durch passive Hilfestellung.



Vertrauenslauf

Beim Vertrauenslauf bildet die Gruppe eine Gasse. Die Teilnehmer stellen sich gegenüber auf und strecken ihre Hände nach vorne. Durch diese Gasse läuft nacheinander jeder Teilnehmer durch. Die Hände werden erst kurz bevor der Läufer kommt zurückgezogen.



Vertrauensfall

Beim Vertrauensfall fängt die Gruppe einen Teilnehmer auf, der sich rückwärts von einem höheren Punkt herunterfallen lässt. Dazu stellen sich die Teilnehmer so auf, dass sie sich gegenüber stehen. Die Hände werden in Hüfthöhe nach vorne gesteckt. So können sie den Fallenden leicht auffangen. Hierbei stehen die Fähigkeit Kontrolle loszulassen und Vertrauen können in Andere im Mittelpunkt.



Skulptur

Die Skulptur kann aus dem vorhandenen Material gebaut werden. Es kann auch Material aus der Natur zum Einsatz kommen (Äste, Steine, Bäume, Schnee...). Hier soll das Team kreativ den „Geist des Teams“ darstellen.



Zweiseilsteg

Der Zweiseilsteg besteht aus zwei übereinander, in angemessener Höhe gespannten Seilen. Die Teilnehmer haben die Aufgabe, diesen Zweiseilsteg als Projektaufgabe und nach vorheriger Einweisung durch den Outdoortrainer selbst aufzubauen. Auch hier stehen klare Kommunikation, klare Absprachen, Planung und Bündeln der vorhandenen Potentiale innerhalb der Gruppe auf dem Prüfstand. Nach erfolgreichem Aufbau können die Teilnehmer diesen Zweiseilsteg begehen. Auf dem unteren Seil wird mit den Füßen gelaufen. Das obere Seil dient dazu, sich mit den Händen daran festzuhalten. Nun kann das Ziel auf der anderen Seite erreicht werden.



Flying Fox

Der Flying Fox dient dazu ein Hindernis mit einer Art Seilrutsche zu überwinden. Der Flying Fox wird grundsätzlich mit zwei Seilen aufgebaut. (Redundanz). Je nach Trainingsziel wird auch dieser Parcours von den Teilnehmern selbst aufgebaut. Über diese Seilbahn kann dann die andere Bachseite (Ziel) erreicht werden.



Alpine-Parcours

Der „Alpine-Parcours“ - eine Kombination aus verschiedenen Aufgaben. Je nach Zielsetzung des Trainings werden einzelne Übungen an verschiedenen Plätzen innerhalb eines „Rundganges“ zusammengestellt. Die Gruppe wird vor immer wieder neue Aufgaben gestellt und ist zu Kreativität und Flexibilität aufgefordert. Der Spaß an der Umsetzung und gemeinsame Erfolge stehen dabei im Mittelpunkt. Im Anschluss werden die Erfahrungen gemeinsam reflektiert und mit alltäglichen Situationen in Zusammenhang gebracht.

Die Handlungskompetenz der Gruppe und des Einzelnen wird gefördert und gestärkt.