Dein Bildungsurlaub
Wir nehmen Bildung ernst!

dein-bildungsurlaub.de

Kommunikation & Leadership im KI-Wandel

Future Skills und praktische Methoden für effektive Kommunikation, moderne Führung und erfolgreiche Zusammenarbeit im Kontext der Arbeitswelt in Deutschland, der EU und internationalen Arbeitsumfeldern - unabhängig von Titel und Position.



CERTQUA
Qualitätsmanagement
zugelassener Träger nach AZAV

Zugelassen nach FB 4 - berufliche Weiterbildung.

Mit Kommunikation & Leadership in die Zukunft



Kommunikation verändert sich rasant – KI, Remote Work und neue Arbeitsmodelle stellen uns ständig vor neue Herausforderungen.

Umso wichtiger werden Skills, die bleiben: klar kommunizieren, Konflikte lösen, Menschen sicher durch Wandel begleiten – unabhängig von deiner aktuellen Rolle.

Lerne, dich und andere wirksam zu führen – mit modernen Tools, KI-gestützter Reflexion und praxisnahen Methoden für die Arbeitswelt von heute.

30 Stunden | 5 Tage | 100% Praxisnah

Was Du aus dem Kurs mitnimmst:

- **Instrumente & Methoden für klare und zielgerichtete Kommunikation**
- **Souveränität und Bewusstheit im Umgang mit dir und anderen**
- **Sicherheit in herausfordernden Gesprächen und Konflikten**
- **Strategien für vertrauensvolle Zusammenarbeit und effektive Führung**
- **Handlungssicherheit in einer sich schnell wandelnden, digitalen Arbeitswelt**

Skills für die Arbeitswelt von morgen

In diesem fünftägigen Bildungsurlaub entwickelst du zukunftssichere Kommunikations- und Führungskompetenz – mit Hilfe fundierter Methodik, praktischer Tools und KI-unterstützer Reflexion.



Der Schlüssel zu deinem Erfolg: Kommunikation

Kommunikation entsteht im Inneren und wirkt im Außen. Du lernst, wofür Kommunikation eingesetzt werden kann – und welche inneren Faktoren dieses Werkzeug steuern.

Gestalte deine Kommunikation bewusst und erreiche deine Ziele klar, empathisch und wirksam.



Leadership inside out: Die Stimme in deinem Kopf

Erkenne, was in dir wirkt – und schaffe die Basis für Reflexion, Regulation und kontrollierte Reaktion.

Lerne mit der Inneren Team-Methode und anderen praxisnahen Tools, deine innere Stimme bewusst zu führen – als Basis für Klarheit, Präsenz und Impact nach außen.



Anders als du? Genau deshalb wertvoll

Was dich und andere ausmacht: Mit psychologisch fundierten Tools wie dem MBTI oder Big Five/OCEAN lernst du, Denk- und Kommunikationsstile deiner Mitmenschen einzuordnen und zu nutzen.

Mache Vielfalt im Team zur wertvollen Ressource: für Verständnis, Verbindung und effektive Zusammenarbeit.



Führen ohne Titel – mit Kommunikation und Wirkung

Verstehe, welche Dynamiken Teams prägen und wie du sie gezielt beeinflussen kannst: Von Tuckmans Team-Uhr bis zur psychologischen Sicherheit.

Fördere die Zusammenarbeit in deinem Team mit souveräner Kommunikation – und finde deinen Führungsstil, auch ohne formale Leitungsposition.



Kühler Kopf statt Stress – Konflikte souverän meistern

Erkenne, wie Konflikte entstehen und sich entwickeln. Mit praktischen Tools wie der Transaktionsanalyse lernst du, destruktive Dynamiken zu durchbrechen und deine Konfliktmanagement-Skills auf ein neues Level zu heben.

Damit kritische Situationen nicht mehr überrollen – sondern lösbar werden.



Tools nutzen, Mensch bleiben: Verbindung trotz Bildschirm

Reflektiere, wie hybride Arbeit, Digitalisierung und KI unsere Kommunikation prägen. Mit praktischen Tools und Reflexionsmethoden gestaltest du wirkungsvolle, authentische Kommunikation – auch remote.

Entwickle deinen persönlichen Kommunikationskompass für den Alltag – auch wenn ein Bildschirm zwischen euch steht.

Programmplan

Der Kurs umfasst fünf Tage mit jeweils sechs fest eingeplanten Zeitstunden. Diese beinhalten Theorie, praktische Übungen und projektbezogenes Arbeiten. Die übrige Zeit steht zur individuellen Gestaltung zur Verfügung.

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Aktiv & Frei	**Aktiv & Frei**	**Aktiv & Frei**	**Aktiv & Frei**	**Aktiv & Frei**
	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück	Frühstück
3 Zeit-stunden	Ankommen & Orientierung schaffen	Persönlichkeits-modelle kennenlernen (MBTI & Big Five)	Kommunikations-modelle erforschen und reflektieren	Mit Kommunikation Führung übernehmen – mit und ohne Leitungsposition	Konfliktdynamiken verstehen und durchbrechen
	Kommunikation als Zukunfts-Werkzeug verstehen	Persönlichkeit auf Kommunikation und Führung übertragen	Kommunikations-techniken vergleichen und anwenden	Teamdynamiken verstehen und Zusammenarbeit aktiv gestalten	Methoden und Werkzeuge zur Konfliktlösung anwenden
	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch	Lunch
3 Zeit-stunden	Was Kommunikation steuert: Innere Zustände und Konzepte einordnen	Persönlichkeits-typen erkennen und nutzen	Kommunikation im digitalen Zeitalter meistern	Kommunikation für Veränderung & Change-Prozesse nutzen	Streitkultur & Polarisierung – Konflikte im gesellschaftlichen Kontext
	Selbstführung als Grundlage für Wirkung nach außen stärken	Diversity im gesellschaftlichen & globalisierten Kontext einordnen	KI & Kommuni-kationskultur – gesellschaftliche Auswirkungen reflektieren	Umgang mit Wandel: Veränderung & Kommunikation im Arbeitsalltag	Deinen individuellen Kommunikations-kompass erstellen
	Aktiv & Frei	**Aktiv & Frei**	**Community Event**	**Aktiv & Frei**	**Get together Dinner & Apero**

Tag 1: Die Rolle von Kommunikation verstehen – von der Innenwelt zur Wirkung im Außen

1,5h

Ankommen, Orientierung & Tool-Einführung

Die Teilnehmenden starten strukturiert in die Woche: Sie lernen sich kennen, verstehen Ablauf & Ziele des Kurses und erhalten eine Einführung in alle relevanten Tools, um sie sicher und ohne Vorwissen nutzen zu können.

- Begrüßung, Ankommen & Warm-up
- Überblick über Ziele, Struktur und Lernlogik der Woche
- Kennenlernen und Ausprobieren von Mentimeter, Miro und KI-Tools

Ziel: Sicher, verbunden und klar in die Woche starten.

Format: Icebreaker, Tool-Onboarding

Tools: KI-Tools, Mentimeter, Miro

1,5h

Kommunikation ganzheitlich betrachtet: Wirkfaktoren von Innen nach Außen

Die Teilnehmenden reflektieren die Bedeutung von Kommunikation für ihren Alltag. Sie lernen, wie Kommunikation Zusammenarbeit, Beziehungen und Erfolg beeinflusst – und wie innere Faktoren dieses Werkzeug steuern.

- Einführung: Was ist Kommunikation wirklich?
- Innen → Außen: Psychologische Grundlagen (Bedürfnisse & Co.) → Wirkungsfelder (Ziele, Beziehungen)
- Übungen zur Bewusstmachung eigener Kommunikationsziele

Ziel: Verstehen, wie Kommunikation wirkt – und warum sie so entscheidend ist.

Format: Workshop, Partnerreflexion

Tools: Mentimeter, Miro

1,5h

Was Kommunikation steuert: Innere Zustände & Muster

Die Teilnehmenden entdecken, wie Bedürfnisse, Erfahrungen und Muster ihr Kommunikationsverhalten prägen. Sie erkennen, warum manche Situationen sie stressen – und wie sie bewusster reagieren können.

- Einführung in psychologische Konzepte: Bedürfnisse, Motive, Wahrnehmung, Erfahrungen, Trigger, Persönlichkeit
- Methoden: Inneres Team nach Schultz von Thun, Bedürfnispyramide
- Übungen zur Selbstreflektion und Gruppenarbeiten

Ziel: Den Einfluss innerer Konzepte auf Kommunikation verstehen.

Format: Workshop, KI-Sparring

Tools: KI-Tools, Mentimeter

1,5h

Selbstführung als Grundlage für Wirkung nach außen

Die Teilnehmenden lernen, in schwierigen Momenten klar und ansprechbar zu bleiben. Sie entwickeln einfache Techniken, um innere Anspannung zu regulieren und bewusster zu reagieren – statt im Autopilot zu kommunizieren.

- Strategien zum inneren Umgang mit Triggern von Außen
- Tools & Methoden zur inneren Kommunikation mit verschieden Persönlichkeitsanteilen/inneres Team
- KI-Sparring: Reaktionsoptionen generieren & reflektieren

Ziel: Die eigene innere Stimme bewusst führen – für souveräne Außenwirkung.

Format: Workshop, Partnerarbeit

Tools: ChatGPT, Miro

Tag 2: Persönlichkeit verstehen – Unterschiede erkennen & nutzen

Grundlagen der Persönlichkeitspsychologie

1,5h

Die Teilnehmenden lernen bekannteste Persönlichkeitsmodelle kennen und verstehen, wie unterschiedliche Typen wahrnehmen und kommunizieren — und warum das viele Missverständnisse im Alltag erklären kann.

- Big Five/OCEAN: wissenschaftliches Modell & Bedeutung
- MBTI als Reflexionsmodell – Unterschiede & Grenzen
- Die Logik hinter Typen: Wahrnehmung, Entscheidungsmodus, Energie

Ziel: Persönlichkeitsmodelle kennenlernen und ihren Nutzen für den Alltag verstehen.

Format: Workshop, Gruppenarbeit **Tools:** Mentimeter, Miro

Eigener Persönlichkeitstyp & Kommunikation

1,5h

Die Teilnehmenden entdecken ihren eigenen Persönlichkeitstyp und erkennen, wie er ihr Kommunikations-, Stress- und Führungsverhalten beeinflusst. Sie übertragen ihre Erkenntnisse sofort auf typische Alltagssituationen.

- Selbsttest (MBTI + Big Five Light)
- Persönliches Profil verstehen: Stärken, Stressverhalten, Bedürfnisse
- Transfer: Was bedeutet der eigene Typ für die Kommunikation?

Ziel: Den eigenen Persönlichkeitstyp bewusst für Kommunikation und Führung nutzen.

Format: Workshop, Selbsttest, KI-Sparring **Tools:** KI-Tools, Miro

Persönlichkeitstypen bei anderen erkennen & gezielt nutzen

1,5h

Die Teilnehmenden lernen, wie sie bei anderen Menschen schnell typische Muster erkennen – und ihre Kommunikation so anpassen, dass Missverständnisse reduziert, Vertrauen aufgebaut und Konflikte entschärft werden.

- Methoden und Strategien zur Analyse von Persönlichkeitstendenzen
- Denk-, Kommunikations- und Arbeitsstile verschiedener Typen
- Fallbeispiele: Persönlichkeiten “live” erleben

Ziel: Andere Menschen typgerecht verstehen und unterschiedliche Stärken einsetzen.

Format: Workshop, Gruppenreflektion **Tools:** KI-Tools, Miro

Diversity im gesellschaftlichen & globalisierten Kontext

1,5h

Die Teilnehmenden reflektieren die gesellschaftliche Bedeutung von Vielfalt in der Arbeitswelt. Dabei werden Ansätze und Herausforderungen von Diversity in DE und der EU mit internationalen Arbeitskulturen vergleichend betrachtet.

- Impuls: Vielfalt als Erfolgsfaktor für Gesellschaft & Teams
- Austausch: Warum Vielfalt herausfordert – und warum sie uns weiterbringt
- Guided Discussion: Wie viel Andersartigkeit halten wir aus?

Ziel: Vielfalt als gesellschaftliche Stärke diskutieren und einordnen.

Format: Gesellschaftspolitischer Impuls **Tools:** Mentimeter, Miro

Tag 3: Interpersonelle Kommunikation – Perspektivwechsel & Gesprächsführung

Kommunikationsmodelle

1,5h

Die Teilnehmenden lernen die wichtigsten Modelle zwischenmenschlicher Kommunikation kennen. Sie verstehen, warum Missverständnisse entstehen und welche Mechanismen in Gesprächen wirken.

- Die Psychologie von Kommunikation: warum wir einander manchmal falsch verstehen
- Modellverständnis: Vier-Ohren-Modell, Sender-Empfänger, Watzlawicks Axiome
- Alltagsnahe Fallbeispiele, KI-Analyse und Selbstreflektion

Ziel: **Zentrale Kommunikationsmodelle verstehen und Ursachen von Missverständnissen reflektieren.**

Format: Gruppenarbeit, KI-Sparring **Tools:** KI-Tools, Miro

Gesprächstechniken & Kommunikationsgestaltung für den Alltag

1,5h

Die Teilnehmenden lernen, Kommunikation bewusst und wirksam zu gestalten – von der klaren Formulierung eigener Botschaften bis zum echten Verstehen des Gegenübers.

- Strategien & Werkzeuge für klare Botschaften
- Methoden zum Verstehen des Gegenübers: z.B. aktives Zuhören, systemische Fragetechniken, Resonanzfragen
- Non-verbale Kommunikation (Mimik, Gestik, Haltung) & Meta-Kommunikation

Ziel: **Wirksame Tools für Klarheit, Empathie und Verbindung kennenlernen und umsetzen.**

Format: Workshop, Gruppenarbeit **Tools:** KI-Tools, Miro

Kommunikation im digitalen Zeitalter

1,5h

Die Teilnehmenden lernen, wie Kommunikation auch auf Distanz wirksam und menschlich bleibt. Sie entwickeln Strategien für Remote-Meetings, Regelgestaltung in hybriden Teams und den gezielten Einsatz von KI-Tools.

- Digitale vs. analoge Kommunikation: Unterschiede & Fallstricke
- Tools und Strategien für digitale Kommunikation
- Sprechen mit KI: Effektives Prompting & KI-Perspektivwechsel

Ziel: **Digitale und hybride Kommunikationssituationen effektiv und menschlich gestalten.**

Format: Workshop, Fallanalyse **Tools:** KI-Tools, Miro

KI & Kommunikationskultur – gesellschaftliche Auswirkungen reflektieren

1,5h

Die Teilnehmenden reflektieren, wie KI unsere Kommunikationskultur verändert und welche Chancen und Risiken sich daraus ergeben. Der Fokus liegt auf Kommunikation in einer multikulturellen und mehrsprachigen Arbeitswelt wie Deutschland und der Europäischen Union.

- Austausch: Wie verändert KI unsere Kommunikationskultur?
- Gruppenarbeit: KI-generierte Texte, Filterblasen & neue Wahrnehmungsmuster
- Guided Discussion: Wie uns menschliche Kommunikation im KI-Zeitalter gelingt

Ziel: **Gesellschaftliche Auswirkungen von KI auf Kommunikation in BRD/EU kritisch einordnen.**

Format: Diskussion, Gesellschaftspol. Impuls **Tools:** Mentimeter, Miro

Tag 4: Teamdynamiken, moderne Führung & Veränderungsprozesse

1,5h

Kommunikation & Führung – auch ohne Führungsrolle

Die Teilnehmenden verstehen, was moderne Führung ausmacht – und warum sie nicht an Titel gebunden ist.
Sie lernen, Vertrauen, Orientierung und Klarheit zu schaffen, um Menschen zu stärken und Ergebnisse zu erzielen.

- Führungsstile verstehen & einordnen: von laissez-faire bis situativ
- Mit Kommunikation Psychologische Sicherheit & Vertrauen aufbauen
- Verantwortung & Zusammenarbeit: Delegation, Rollen und Erwartungen

Ziel: **Mit Kommunikation führen – Menschen stärken, Potenziale fördern.**

Format: Workshop, Gruppenarbeit **Tools:** Mentimeter, Miro

1,5h

Teams und ihre Dynamik

Die Teilnehmenden erkennen, wie Teamdynamiken funktionieren und warum Teams feste Phasen durchlaufen. Sie lernen, verschiedene Werkzeuge bewusst zu nutzen, um Teams zu unterstützen.

- Tuckmans Teamuhr: Verstehen & anwenden
- Strategien für Führung in Teams: Psychologische Sicherheit, Führungsstile
- Übungen & Fallbeispiele

Ziel: **Zusammenarbeit gestalten, Performance und Zufriedenheit im Team steigern.**

Format: Workshop, KI-Sparring **Tools:** KI-Tools, Miro

1,5h

Veränderung gestalten: Kommunikation in Change-Prozessen

Die Teilnehmenden lernen, wie sie Menschen durch Veränderungen begleiten – mit Klarheit, Struktur und Empathie.
Sie erkennen typische Reaktionen auf Wandel und nutzen konkrete Modelle, um Orientierung und Sicherheit zu geben.

- Veränderungsprozesse verstehen: Veränderungskurve nach Kübler-Ross, SCARF-Modell, Bridges Transition
- Change gestalten: Bewahren vs. Neues, Widerstände erkennen und brechen
- Kommunikation als Change-Hebel: Klarheit, Sinn, Sicherheit

Ziel: **Menschen durch Veränderung führen – mit Sprache, Haltung und Struktur.**

Format: Workshop, Fallanalyse **Tools:** KI-Tools, Miro

1,5h

Umgang mit Wandel: Veränderung & Kommunikation im Arbeitsalltag

Die Teilnehmenden reflektieren, wie sich Arbeitswelt, Zusammenarbeit und Führung durch Digitalisierung, neue Arbeitsmodelle und gesellschaftlichen Wandel verändern. Dabei werden Erfahrungen und Herausforderungen aus Deutschland, der EU und internationalen Arbeitskontexten gemeinsam betrachtet.

- Impuls: Wie gesellschaftlicher Wandel Kommunikation verändert
- Austausch: Generationen im Vergleich – Boomer bis Gen Z
- Guided Discussion: Veränderungskompetenz als Kompetenz der Zukunft

Ziel: **Veränderung als gesellschaftlichen Prozess reflektieren.**

Format: Diskussion, Gesellschaftspol. Impuls **Tools:** Mentimeter, Miro

Tag 5: Konflikte, destruktive Kommunikationsmuster & Streitkultur

1,5h

Konflikte: Ursachen, Ebenen & Dynamiken

Die Teilnehmenden lernen, wie sich Konflikte entwickeln, auf welchen Ebenen sie wirken und warum sie manchmal eskalieren. Sie erkennen typische Muster und lernen, Konflikte einzuordnen.

- Formen und Ebenen von Konflikten
- Auslöser von Konflikten: Bedürfnisse, Trigger, Wahrnehmung (Bogen zu Tag 1)
- Alltagsnahe Fallbeispiele, KI-Analyse und Selbstreflektion

Ziel: **Konflikte und ihre Dynamiken verstehen und reflektieren.**

Format: Workshop, Fallbeispiele **Tools:** KI-Tools, Miro

1,5h

Konfliktmanagement: Deeskalation & Gesprächsführung

Die Teilnehmenden lernen Methoden, um Konflikte gezielt zu entschärfen. Sie üben, Gespräche zu strukturieren, destruktive Muster zu unterbrechen und in Stressmomenten handlungsfähig zu bleiben.

- Emotionsregulation & Selbstführung in Konflikten und herausfordernden Gesprächen
- Tools für Konfliktmanagement & Deeskalation: Karpman-Dreieck, Transaktionsanalyse
- KI-Simulation: Konfliktgespräche formulieren & testen

Ziel: **Konflikte souverän ansprechen, deeskalieren und destruktive Muster unterbrechen.**

Format: Workshop, KI-Sparring **Tools:** KI-Tools, Miro

1,5h

Streitkultur & Polarisierung – Konflikte im gesellschaftlichen Kontext

Die Teilnehmenden reflektieren, warum gesellschaftliche Konflikte eskalieren und welche Rolle Medienlogiken, Generationen und Kommunikation dabei spielen. Sie diskutieren, wie eine konstruktive Streitkultur in einer vielfältigen europäischen Gesellschaft gelingen kann.

- Diskussion: Warum Konflikte heute schneller eskalieren
- Austausch: Generationen & Kommunikationsstile
- Workshop: Was eine konstruktive Streitkultur braucht

Ziel: **Gesellschaftliche Konfliktmuster diskutieren und konstruktive Streitkultur in Europa fördern.**

Format: Diskussion, Gesellschaftspol. Impuls **Tools:** Miro

1,5h

Integration & Abschluss – Dein Kommunikationskompass

Die Teilnehmenden bündeln ihre Erkenntnisse der Woche und entwickeln ihren persönlichen Kommunikationskompass. Sie formulieren konkrete nächste Schritte und schließen die Woche gemeinsam ab.

- Entwicklung eines persönlichen Kommunikationskompass
- Festlegung konkreter nächster Schritte
- Abschlussrelexion & Ausblick

Ziel: **Erkenntnisse verankern und einen persönlichen Leitfaden mitnehmen.**

Format: Workshop, Abschluss-Reflexion **Tools:** Miro

Kursübersicht

Ein kurzer Überblick über Inhalte und Rahmenbedingungen des Kurses.

Titel:	Kommunikation & Leadership im KI-Wandel
Untertitel:	Future Skills und praktische Methoden für effektive Kommunikation, moderne Führung und erfolgreiche Zusammenarbeit im Kontext der Arbeitswelt in Deutschland, der EU und internationalen Arbeitsumfeldern.
Version:	1.3
Datum:	09.10.2026
Referent(en):	Denise Joeres
Anzahl Teilnehmende:	Maximal 18
Zugänglichkeit:	Die Teilnahme setzt eine aktive berufliche Tätigkeit voraus. Zugänglich für Berufstätige aller Branchen; fachliche Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.
Dauer:	5 aufeinanderfolgende Tage, 6 Zeitstunden täglich, exklusive Pausenzeiten
Veranstaltungsform:	Präsenz-Training
Zielgruppe:	Die Veranstaltung richtet sich an berufstätige Fach- und Führungskräfte sowie Mitarbeitende aller Bereiche, die ihre Kommunikations-, Führungs- und Konfliktkompetenzen zur Sicherung und Weiterentwicklung ihrer beruflichen Handlungsfähigkeit im Kontext der sich wandelnden Arbeitswelt stärken.
Lernziele:	• Kommunikationsmodelle und Gesprächstechniken anwenden, um Botschaften klar zu vermitteln, Perspektiven zu wechseln und Missverständnisse zu reduzieren. • Eigene Bedürfnisse, Verhaltensmuster und Reaktionen reflektieren und Methoden zur Selbstführung und Emotionsregulation anwenden. • Konflikte frühzeitig erkennen, schwierige Gespräche strukturieren und destruktive Kommunikationsmuster durch Deeskalation unterbrechen. • Teamdynamiken einordnen und Methoden für Vertrauen, psychologische Sicherheit und die Begleitung von Veränderungsprozessen anwenden. • Digitale und hybride Kommunikation gestalten und gesellschaftspolitische Auswirkungen von Digitalisierung und KI auf die Arbeitswelt einordnen.
Bezug zu EU/BR	Gemäß den Vorgaben (nach § 6 Abs. 9 HBUGDV) wird der Kurs so strukturiert, dass er einen klaren Bezug zur Europäischen Union und zur Bundesrepublik Deutschland herstellt. Im Rahmen des Kurses werden moderne Kommunikations- und Leadership-Methoden sowie digitale und KI-gestützte Tools vermittelt, die besonders im europäischen und deutschen Arbeitsumfeld eine zentrale Rolle spielen. Besondere Aufmerksamkeit wird auf die gesellschaftspolitischen Auswirkungen von Digitalisierung und künstlicher Intelligenz auf Kommunikation, Zusammenarbeit und Führung in der EU/BRD gelegt.

Hi, wir sind Dein Bildungsurlaub.

Der Laden, der es sich zur Mission gemacht hat, Bildungsurlaub aus der verstaubten **Abstellkammer rauszuholen**, ihm einen **neuen Look** zu verpassen und über den **Catwalk zu schicken**.

Wir bei „Dein Bildungsurlaub“ lieben es aufregend, inspirierend und ja – auch ein bisschen provokant. Aber das tun wir nicht nur, weil wir fest daran glauben, dass Bildung Spaß machen darf, sondern weil Wissenschaft uns recht gibt.

Forschungen zeigen ganz klar: Wer sich bewegt, lernt besser. Egal ob Surfen, Yoga, Poledance oder Snowboarden – körperliche Aktivität macht den Kopf frei, stärkt die Konzentration und verbessert nachhaltig unsere mentale Fitness. Studien belegen, dass Menschen, die sich körperlich aktiv weiterbilden, Informationen besser verarbeiten und nachhaltig lernen. Bewegung unterstützt nämlich nicht nur die Gesundheit, sondern direkt unsere kognitiven Fähigkeiten und unser emotionales Wohlbefinden.

Mehr noch: Neurowissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass Bewegung nachweislich neue neuronale Verbindungen schafft. Sie verbessert Gedächtnisleistungen, erhöht die Problemlösefähigkeit und steigert sogar die Kreativität. Genau deshalb verbinden wir moderne Lernmethoden mit inspirierenden Orten und sportlichen Aktivitäten. Bildung, die körperlich aktiviert und emotional begeistert, wirkt tiefer, hält länger und ist nachweislich nachhaltiger als herkömmliche Seminarraum-Langeweile.

Wir sind ein anerkannter Bildungsträger.

Durch unsere AZAV zertifizierung stellen wir sicher, dass unsere Weiterbildungen strengen Qualitätsstandards entsprechen. Für dich bedeutet das:

✅ Qualifizierte Dozent*innen
✅ Anerkennung bei Arbeitgebern & Behörden
✅ Förderung möglich durch staatliche Träger möglich

Dein Bildungsurlaub

Join the ride!

Bildungsurlaub im Unternehmen strategisch einsetzen?

Wir entwickeln Bildungsformate für Unternehmen, die neue Wege in der Personalentwicklung gehen wollen.

