

Seminar Resilienz für Führungskräfte

Die eigene Management-Kraft steigern

Durchführungen

2026

Nr. 61126 **1. Durchführung 2026**
1. Teil 2.–3. Februar 2026, St.Gallen
2. Teil 23.–25. März 2026, Bregenz

Nr. 61226 **2. Durchführung 2026**
1. Teil 15.–16. Juni 2026, St.Gallen
2. Teil 29. Juni–1. Juli 2026, Bregenz

Nr. 61326 **3. Durchführung 2026**
1. Teil 15.–16. Juni 2026, St.Gallen
2. Teil 5.–7. Oktober 2026, St. Gallen

Nr. 61426 **4. Durchführung 2026**
1. Teil 30. Nov.–1. Dez. 2026, St.Gallen
2. Teil 14.–16. Dezember 2026, Berlin

Nr. 61526 **5. Durchführung 2026**
1. Teil 30. Nov.–1. Dez. 2026, St.Gallen
2. Teil 1.–3. März 2027, Berlin

Dauer: 2 + 3 Tage

Seminargebühr*: CHF 5900.–

* zzgl. gesetzl. MwSt.; Rechnungsstellung auf Wunsch in Euro zum aktuellen Tageskurs möglich.

Anmeldung

Details, spätere Durchführungstermine und Anmeldung via Internet: www.sgbs.ch/61

Zielgruppe (w/m)

Führungs- und Fachkräfte, die Resilienz als persönlichen Erfolgsfaktor kennenlernen und aktivieren wollen. Leistungsträger aus allen Bereichen, die genau wissen, welche Kraft in Niederlagen steckt, aber noch nach Wegen suchen, diese Kraft in ihrem Verantwortungsbereich besser zum Tragen zu bringen. Praktiker, die Fehler nicht unter den Tisch kehren, sondern bewusst vergrössern und intensiv diskutieren, nicht um zu kritisieren, sondern um aus ihnen eine ständig verbesserte Leistung abzuleiten.

Aufbau

Teil 1: Führung und Führungsverhalten. Umgang mit schwierigen Führungssituationen und belastenden Konflikten.

Teil 2: Führung für Fortgeschrittene: Den eigenen Wirkungsgrad als Führungskraft optimieren. Erfahrungen richtig nutzen.

Konzept

Resilienz ist die Fähigkeit, Niederlagen einzustecken und mit erhobenem Haupt als Verlierer eine Situation zu verlassen

– und daraus zu lernen, fitter, härter, schlauer und gescheiter zu werden und beim nächsten Anlauf der Sieger zu sein. Eigentlich ist dies- ausser der Popularität des Begriffs – nichts Neues. Jeder Unternehmer muss «resilient» sein. Jeder Start-up Gründer. Jeder Forscher. Jede Marketing Fachfrau und jeder Verkaufsführer. Ohne den hartnäckigen Glauben an das, was man tut und ohne die Bereitschaft, aus Fehlern zu lernen, geht gar nichts.

Was hingegen neu ist, das sind die Forschungserkenntnisse zu diesem Thema und die Auswirkungen, die daraus für die Leadership-Qualität in einem Unternehmen entstehen.

Themen

Persönlichkeit und Verhalten

- Die Persönlichkeitsstruktur: Typologie
- Das ganzheitliche Menschenbild
- Ausstrahlung und Wirkung dank Führungsverhalten

Mentale Techniken der Selbststeuerung

- Souveränität und Gelassenheit
- Selbstsicherheit
- Innere Blockaden überwinden

Führungsverhalten

Das eigene Führungsverhalten in schwierigen Führungssituation

Rhetorik, Körpersprache, Kommunikation

- Sprache, Gestik und Mimik gekonnt einsetzen
- Gesetzmässigkeiten guter Kommunikation
- Die eigene Aussenwirkung erkennen und optimieren

Work-Life-Balance

- In weniger Zeit mehr erreichen
- Das Gleichgewicht zwischen beruflichem und privatem Umfeld schaffen
- Mit Stress und Belastungen umgehen

Resilienz entwickeln

- Die Niederlage als Saatgut für zukünftigen Erfolg
- Die Kraft des Individuums: Wie der Einzelne seine eigene Resilienz-Kompetenz steigert und nutzt
- Resilienz als Führungsprinzip im Unternehmen verankern

Advanced Leadership

Die Effektivität des Managements und der gekonnte Umgang mit Belastungen und grossen Herausforderungen

Anmeldekarte

Wir freuen uns über Ihre Anmeldung.

Ihre Anmeldung nehmen wir gerne per E-Mail, Post oder Internet entgegen.

St. Gallen Business School
Rosenbergstrasse 36
CH- 9000 St. Gallen

Telefon +41 71 225 40 80

Internet www.sgbs.ch

E-Mail seminare@sgbs.ch

 Seminar-Name

 Telefon

 Seminar-Nummer, Seminar-Datum

 Telefax

 Vorname, Name

 E-Mail

 Firma

 Stellung/Funktion

 Strasse, Nummer

 Geburtsdatum

 Land, PLZ, Ort

 Datum

 Branche, Anzahl Beschäftigte

 Unterschrift

JP 2026

Allgemeine Geschäftsbedingungen für Management Seminare & Programme

Anmeldung

Ihre Anmeldung oder Bewerbung zu einem Management Seminar oder Programm nehmen wir gerne per E-Mail, Post oder Internet entgegen.

Nach Erhalt Ihrer Anmeldung senden wir Ihnen:

- die Bestätigung Ihrer Anmeldung mit Rechnung
- Informationen zu Ablauf, Hotel/Tagungszentrum und Anreise
- das Zimmerreservationsblatt für Ihre Hotelbuchung www.sgbs.ch/hotel

Sollte das Seminar bereits ausgebucht sein, werden Sie unverzüglich davon unterrichtet.

Seminargebühr, Hotelkosten, Themen

In der Seminargebühr (zzgl. gesetzl. MwSt.) sind der Kursbesuch sowie umfassende Seminarunterlagen enthalten. Die Seminarunterlagen werden von den Teilnehmenden kurz vor dem Seminar aus unserem Downloadzentrum elektronisch heruntergeladen. Dazu senden wir ein Mail mit einem Link zum Download. Nicht darin enthalten sind sämtliche Hotelleistungen wie Übernachtung, Frühstück, Verpflegung und Tagespauschale des Hotels bzw. Tagungszentrums. Diese müssen von den Teilnehmern:innen direkt dem Hotel bezahlt werden.

Es steht den Teilnehmer:innen selbstverständlich frei, ausserhalb des Seminarhotels zu übernachten. In diesem Falle bezahlen Sie die vom Hotel/Tagungszentrum verlangte Tagespauschale direkt an das Hotel/Tagungszentrum.

Das Kurshonorar wird nach erfolgter Anmeldung erhoben und ist spätestens 6 Wochen vor Seminarbeginn zu überweisen.

Kleinere Änderungen bei Themen, Themenabfolge und Referenten bleiben vorbehalten.

Zertifikat

Über den Besuch des Kurses erhalten Sie ein Kurszertifikat, bei einem mehrteiligen Programm im Verlauf des letzten Programtteils.

Umbuchung, Verschiebung

Bei einer Umbuchung eines gebuchten Seminars oder Seminarteils bis 3 Monate vor Beginn verrechnen wir eine Umbuchungsgebühr von CHF 400.– zzgl. MwSt. Bei einer Umbuchung im Zeitraum 6 Wochen bis 3 Monate vor Seminarbeginn sind 20% der Gebühren der umgebuchten Veranstaltung zu bezahlen. Bei einer Umbuchung weniger als 6 Wochen vor Beginn werden 40% der Gebühr fällig. Bei einer Umbuchung von weniger als 2 Wochen vor Seminarbeginn wer-

den 80% der Gebühr fällig. Bei Nichterscheinen verfällt die Gebühr entschädigungslos. Nicht besuchte Seminare und Seminarteile verfallen.

Bei einer Umbuchung kann es passieren, dass es ggf. zu allfälligen Programmänderungen/-anpassungen und -überschneidungen kommen kann. Daraus kann keine anteilige Rückerstattung der Seminargebühr abgeleitet werden.

Annulation, Rücktritt, Stornierung

Eine Annulation einer Anmeldung (Rücktritt oder Stornierung) ist bis 3 Monate vor Seminarbeginn kostenlos möglich. Bei einer Stornierung zwischen 3 Monaten und 6 Wochen vor Seminarbeginn werden 40% der Seminargebühr zzgl. MwSt. verrechnet.

Alternativ kann bis 10 Tage vor Seminarbeginn gegen Bezahlung der Umbuchungsgebühr von CHF 700.– zzgl. MwSt. ein:e Ersatzteilnehmer:in gestellt werden, der Zielgruppenbeschreibung entsprechend.

Die volle Seminargebühr wird verrechnet, wenn die Stornierung weniger als 30 Werkstage vor Seminarbeginn erfolgt.

Einzelne Seminare können aufgrund höherer Gewalt vom Veranstalter kurzfristig oder

wegen Mangel an Teilnehmenden bis spätestens 10 Werkstage vor Seminarstart annulliert werden, ohne dass dabei ein Schaden geltend gemacht werden kann.

Verschiebung bei Gefahrenlage, Pandemie

Bitte lesen Sie dazu unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen für Management Seminare und Programme: www.sgbs.ch/agb

Versicherung, Haftung, Preisänderungen

Bitte lesen Sie dazu unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen für Management Seminare und Programme: www.sgbs.ch/agb

Es gilt **Schweizer Recht, Gerichtsstand ist St. Gallen.**

Mit dem Erscheinen eines neuen Prospektes verlieren jeweils alle früheren Angaben zu Inhalten, Bedingungen, Referenten und Preisen ihre Gültigkeit.

Unsere aktuellen AGB's Allgemeine Geschäftsbedingungen entnehmen Sie unter: www.sgbs.ch/agb