



# sailing meets leader

## -Führungstraining an Bord-



crew  
and  
leader

Das Führungstraining an Bord einer Yacht verbindet auf spielerische Weise Führungsinstrumente mit Gruppeninteraktion. Eine direkte Umsetzung als Kapitän für einen Tag ist garantiert. Die Naturgewalten in Form von Wind und Wetter fordern die Gruppe auf, wie im echten Leben Anpassungen ihrer Performance vorzunehmen. Das Zusammenleben auf dem Schiff fordert jeden einzelnen, Gruppendynamiken sind spürbar, Teamrollen und gelebte Präferenzen erlebbar.

Die Führungskraft lernt mit klaren Signalen zu steuern, Autorität zu verkörpern, ohne autoritär zu sein. Teamgeist wird erlebt, Ziele werden bestimmbar. Einfache Techniken und Führungsinstrumente unterstützen die gute Performance der Crewmitglieder. Je nach Situation sind unterschiedliche Führungsstile an Bord notwendig und erlebbar.

Der traditionsreiche Segelsport bietet bewährte Konzepte der Führung, die wir mit neuesten Erkenntnissen aus der Führungsforschung kombinieren und in den Führungsalltag überführen. Auch Konzepte aus der Mannschafts- und Sportpsychologie werden vermittelt.

Die Aufgaben und Funktionen an Bord dienen als hervorragende Metapher für den Transfer in den Alltag. Wir führen Sie durch den Dschungel von Führungskonzepten und unbelegten Annahmen hin zu Ihrem Führungsstil, der tatsächlich gesund für Sie und Ihr Team ist und zur Höchstleistung einlädt. Dabei legen wir Wert auf psychologische Relevanz und Praxistauglichkeit.

### Teilnehmerurteile

- „Und plötzlich macht das Verhalten meiner Mitarbeiter Sinn.“
- „Ich habe eine Menge an Informationen und Techniken gelernt. Die Abschlusspräsentation verdichtet den Transfer noch.“
- „Da haben sich Freundschaften gebildet und wir wissen, dass wir uns aufeinander verlassen können.“
- „Enorm dichtes Programm, mit einem Hauch Abenteuer.“
- „Die Psychologie des Erfolges hat meine Sichtweise extrem verändert. Ich habe mich persönlich weiter entwickelt.“
- „Der Coach und der Skipper sind beide extrem erfahren und tough. Als Teilnehmer fühlt man sich zu jeder Zeit sicher.“
- „Meine Mitarbeiter sind seit dem Training und meinen Umsetzungen wieder bei der Sache und wir sind ein super Team geworden.“
- „Ich kann nicht nur ein Boot steuern, ich kann auch Mitarbeiter steuern.“
- „Einer der besten Momente meines Lebens.“

# sailing meets leader

## -Führungstraining an Bord-

### Lernbausteine

#### Grundlagen der Psychologie

Erfolg beginnt im Kopf |  
Wahrnehmungsfilter | Werte |  
Rollen | Instinkte | Rudelregeln |  
Vom ich zum Wir |  
Kommunikationsverluste



#### Meine Rolle als Führungskraft



Meine Werte | Meine Glaubenssätze  
zum Thema Führung und  
Mitarbeiter | Least and best  
preferred Co-Worker | Rolle als  
Führungskraft | Systemische  
Teamrollen | Teamrollen der  
Mitarbeiter | Meine Heldenreise  
zur besten Führungskraft

#### Psychologie der Gruppe

Alpha- und Beta-Führer |  
Beliebtheitsführer und  
Funktionsführer | Gruppenphasen |  
Gruppenregeln | Die Sprache der  
Gruppe | Kommunikations-  
strukturen | Dysfunktionen im  
Team und ihre Lösung |  
Reviervverhalten und seine Auswirkungen  
| Macht, Überblick, Entscheidungsfreiheit | Ziele  
und Visionen | Sicherheit in der Gruppe



#### Führungsinstrumente



Anfangssituation | Körpersprache  
des Führenden |  
Einzelfeedback |  
Gruppenrahmen | Situatives  
Führen | Gruppensteuerung  
| Ziele und Visionen | Ziel-  
vereinbarungen | Respekt  
und Vertrauen | Lob und  
Anerkennung | Zusammenarbeit  
und Erwartungsgespräche |

Kommunikationsfallen | Gruppensprache | Delegation |  
Ergebnissicherung | Effiziente Arbeitssitzungen |  
Entscheidungsfindung und Kommunikation

#### Segelkunde



Sicherheitseinweisung | Rollen an  
Bord | Verhaltensregeln an Bord |  
Kommandosprache |  
Navigationsgrundlagen |  
Knotenkunde | Aufgaben des  
Rudergängers | Logbuch  
führen | Manöver | Briefing  
und Debriefing der Crew |  
Wachablösungen

### Ablauf

#### Training

1. Tag  
Theorie, Grundlagen der Psychologie,  
Führungsinstrumente.

2. Tag Ankunft im Hafen  
Sicherheitsunterweisung, Erste Segelschritte, Rollen  
an Bord. Theorie -Psychologie der Gruppe-

3.-7. Tag  
Kapitän des Tages, Planung des  
Törns, Navigation, Wegemarken,  
Briefing der Crew, Festlegung  
Teamrollen, Führung der Crew  
im Manöver, Anwendung  
eines Führungsinstrumentes,  
Debriefing der Crew,  
Feedback von der Crew.  
Theorieeinheiten, Einzel-  
intervention vom Coach,  
gemeinsames Essen, Übergabe an den Nachfolger.  
Bei Schlechtwetter erfolgen Theorieeinheiten in der  
Marina.



#### Transferphase

2 h Einzelcoaching in Düsseldorf oder via Skype.

#### Abschlusspräsentation

Einzel-Abschlusspräsentation vor der Gruppe zu  
Maßnahmen in seinem Führungsalltag. Der Termin  
wird während des Trainings gemeinsam festgelegt.

#### Bootsausstattung

Wir chartern moderne Yachten in der  
Größenordnung um 50 Fuß (15 m) Länge, i.d.R. mit 3  
Bädern, Doppelkabinen, großer Pantry und aktueller  
sicherheitstechnischer Ausstattung.

#### Segelrevier



Bevorzugtes Segelrevier ist  
Kroatien, Kornaten, Zadar.  
1.246 Inseln bieten Buchten  
und Anlaufstellen. Wegen  
der milden See und  
moderaten Windstärken ist  
auch bei Debütanten ein  
guter Einstieg möglich. Das  
Wasser ist klar und lädt zum  
Tauchen ein. Low-Cost-Airlines

halten hierbei die Reisekosten moderat. Auf Wunsch  
segeln wir weltweit.

#### Honorar

4950,- € netto inklusive komplettem Training, Charter,  
Verpflegung

### Trainer

Dipl.-Psychologin

Anja Krenz-Maes ist  
Trainerin, Coach und  
Geschäftsführerin der  
Krenz-Maes GmbH und von  
crewandleader. Sie ist  
Jahrgang 1968, als Psychologin ist sie seit 1994 tätig.



Neben ihrer Arbeit in der Eignungsdiagnostik und des  
Coachings von beruflichen Veränderungsprozessen  
hat sie diverse Sport-Trainerscheine, nautische  
Qualifikationen und begleitet sportpsychologisch die  
Leistungssportler des Rheinlandes im Reiten und  
Segeln. Sie ist systemischer Supervisor, hat  
Ausbildungen in NLP, Provokativer Therapie, CQM,  
Matrix, Hypnose, Abenteuer- und Erlebnispädagogik.

Anja ist ein engagierter Vertreter der positiven  
Psychologie, ist ständig auf der



Suche nach neuen Ansätzen  
und Lösungen für sich und  
ihre Klienten. Ihr hoher  
Qualitätsanspruch treibt  
dabei so manche Blüte. Sie  
selbst bezeichnet sich dabei  
als "Weiterbildungsjunky",  
sie lernt und lehrt  
ausgesprochen gern. Kurzweilige

Seminare über alle Lernkanäle mit unterschiedlichsten  
Methoden sind das Resultat. Transfersicherung ist ein  
Muss.

Ihre Teilnehmer mögen ihre humorvolle Art die Dinge  
kompetent und einfach zu erklären. Dabei führt sie  
tough, aber bescheiden viele Menschen in eine neue  
Zukunft und zu ihrem persönlichen Erfolg.

#### Skipper

Horst Ritter,  
Geschäftsführer von Seaflow,  
Skipper, Schauspieler,  
Coach und Projektleiter von  
IT-Hochsicherheitsprojekten  
Jahrgang 1970



## crewandleader

Eine Marke der  
Krenz-Maes GmbH  
Dorotheenstr. 8  
40235 Düsseldorf  
HRB 40028

+49 (0)211 6911826

+49 (0)163 6911826

krenz-maes@crewandleader.org

crewandleader.org

crewandleader

blog-krenz-maes.de