



# Der Resilienz-Booster



Wann:

Wo:

## Spielerisch den Horizont erweitern

Schnell und entspannt Probleme lösen und dabei die eigene Resilienz stärken? Neue Wege gehen und innovative Ideen kreieren – all das ist mit dem einzigartigen und mehrfach ausgezeichneten Brettspiel MENSCH DENK AN DICH® möglich.

## Nachhaltige Wirkung mit Spaß

- Das Spiel regt dazu an Stärken zu reflektieren und die eigenen Fähigkeiten besser wahrzunehmen. Problemlösung wird so zum Kinderspiel.
- Stress und Krisen machen uns oft hilflos und verhindern eher eine Besserung der Situation. In Entspannung können wir unser kreatives Potential jedoch leichter entfalten.
- Humor ist ein bewährter Weg, Menschen zu begeistern. Das hilft gerade in schwierigen Situationen, Veränderungen schneller anzustoßen.

## Wie geht das Spiel



### Ins Spiel kommen und Spaß haben

Es wird in einer Gruppe von 6 bis 10 Personen in drei bis vier Teams gespielt. Das Spiel ist schnell erklärt: Es werden spannende Aufgaben gelöst, für die es Belohnungen gibt.



### Stärken entfalten und Lösungen finden

Mit jedem Zug wächst das Vertrauen in die eigene Stärke und die gemeinsame Problemlösung fällt leichter. Resilienzfaktoren wie Optimismus und Gelassenheit werden gestärkt und wertvolle Impulse für Selbstreflexion und den Ausbau von Stressbewältigungs- und Kommunikationskompetenzen gesetzt.



### Alltagserfolge mitnehmen

Die im Spiel gesammelten Erfahrungen und Ideen werden nun für den Arbeitsalltag verwertbar gemacht. So entstehen Lösungen, die nicht nur praktisch und effektiv sind, sondern auch leicht umzusetzen.



## Ein unvergessliches Erlebnis

Ob im eigenen Team, in einer Gruppe unbekannter Kolleg:innen oder im Führungskreis - MENSCH DENK AN DICH® bringt die Stärken nach vorn, fördert das Wir-Gefühl und ist durch die Methode play2change sofort anwendbar und nachhaltig in den Arbeitsalltag integrierbar.

MENSCH DENK AN DICH® setzt dort an, wo übliche Workshops aufhören. Skepsis und Vorbehalte werden schnell durch Neugierde und Spielfreude abgelöst. Es holt das Beste in uns heraus und sorgt so für die positiven Wirkungen, die auch wissenschaftlich nachgewiesen sind.

**Das Spiel ist eine Inspiration für alle, die Lust haben über den eigenen Tellerrand zu schauen.**

## Kontakt



Christoph Heiser  
Empoweris

Tel.: 07732-1306431

E-Mail: [chris@empoweris.de](mailto:chris@empoweris.de)

Web: [www.empoweris.de](http://www.empoweris.de)