

# KI-Resilienz im Business

WEKA Business Media AG



Mittwoch, 26. November 2025 in  
Zürich

In einer Welt, die sich rasant digitalisiert und in der Künstliche Intelligenz zunehmend Aufgaben übernimmt, steht der Mensch vor einer zentralen Frage: Wie bleiben wir präsent, klar ausgerichtet und innerlich stabil – mitten im digitalen Wandel? Dieses Tagesseminar lädt dazu ein, bewusst innezuhalten und die eigene Rolle im Zusammenspiel von menschlicher Präsenz und künstlicher Intelligenz neu zu definieren: Wie kann ich mich mental schützen – statt mich steuern zu lassen? Wie bleibe ich innerlich stabil, wenn Algorithmen den Takt vorgeben? Wie nutze ich KI bewusst – und ziehe klare Grenzen?

## Wo der Algorithmus endet: Der Anfang menschlicher Präsenz

Sie erhalten nicht nur ein tieferes Verständnis für die Unterschiede zwischen menschlicher Präsenz und digitaler Reaktion, sondern reflektieren auch, wo KI sinnvoll entlastet – und wo Menschlichkeit unersetzlich bleibt. Im Fokus steht die **bewusste Nutzung digitaler Tools** als Unterstützung, nicht als Ersatz. Sie stärken Ihre Resilienz angesichts ständiger Reizüberflutung und Automatisierung, gewinnen Klarheit über persönliche Werte und Prinzipien und erfahren, wie echte Selbstführung auch im digitalen Zeitalter gelingen kann. Durch praxisnahe Impulse, Reflexionsräume und interaktive Übungen lernen Sie, mit KI als Sparringspartner Raum für echte Lebensqualität zu schaffen – und bewusste Pausen als Ressource für mentale Gesundheit und Wirksamkeit zu nutzen. Dieses Seminar ist eine **Einladung zu mehr digitaler Bewusstheit und gelebter Menschlichkeit in einer Zeit der ständigen Verfügbarkeit.**

CHF 890.00

Mehr Informationen und Anmeldung

## Zusätzliche Infos zur Veranstaltung

### Zertifikat/Bestätigung

Teilnahmebestätigung

### Referenten



Stephanie Konkol

### Veranstalter

[WEKA Business Media AG](#)

### Telefon bei Fragen

044 586 86 37

## Beschreibung

### Ihr Praxis-Nutzen

- Sie wissen um den Unterschied zwischen menschlicher Präsenz und digitaler Reaktion.
- Sie reflektieren bewusst, wo KI hilfreich entlastet – und was Menschlichkeit im Business unverzichtbar macht.
- Sie trainieren digitale Bewusstheit – KI als Unterstützung für mehr Raum für Menschlichkeit.
- Sie stärken ihre mentale Resilienz im Zeitalter von Reizüberflutung, Automatisierung und ständiger Verfügbarkeit.
- Sie gewinnen Klarheit über ihre Werte, Prinzipien und innere Ausrichtung im Umgang mit KI.
- Sie lernen, bewusste Pausen zu nutzen, statt in Dauerverfügbarkeit zu verfallen.
- Sie erleben, wie echte Selbstführung und Lebensqualität in der KI-Ära neu definiert werden können.
- Sie nutzen KI als Sparringspartner.

### Inhalte des Seminars

- **Reizüberflutung durch KI & Medien:** Wir reagieren eher, als zu agieren – KI-Steuerung entsteht durch fehlende Selbstführung.
- **Tools für mentale Abgrenzung:** „Digital Safe Zones“, geplante Offline-Momente, bewusste Nutzung statt Dauerverfügbarkeit.
- **Körperpräsenz als Anker:** Präsenz-Praktik durch 60 s Check-in mitten im Alltagstun – Körperwahrnehmung stärkt Klarheit.
- **Emotionale Stabilität & Resilienz durch Mini-Tools:** Dankbarkeitsimpulse, Stolz & Selbstreflexion als Schutzmechanismen gegen Stress.
- **Klarheit im Umgang mit KI:** Was darf KI übernehmen – und was bleibt menschliche Domäne? (z. B. ethische Urteile, Beziehungspflege)
- Die fünf zentralen menschlichen **Qualitäten, die KI nicht ersetzen kann.**
- **Selbstführung im digitalen Alltag** durch Mikro-Impulse.
- **Team-Impulse** für digitale Resilienz.
- **Alltagstransfer:** Ihr persönliches KI-Resilienz-Experiment.

### Zielgruppe

Fach- und Führungskräfte sowie alle Interessierten, die ihre digitale Resilienz stärken möchten.

## Wichtiger Hinweis

Bitte bringen Sie ein Notebook oder Smartphone zum Seminar mit, damit Sie die vorgestellten KI-Tools direkt praktisch ausprobieren und individuell nutzen können.

## Methoden

- Kurze Theorie-Inputs
- Austausch im Plenum
- Fallbeispiele
- Mini-Tools
- Gruppen-/Partner-/Einzelübungen

## Weiterbildungsplattform myEvents

Über [myEvents](#) gelangen Sie zu Ihren digitalen Seminarunterlagen, wertvollen Zusatzinformationen und Arbeitshilfen für den Praxistransfer. Über Ihr persönliches Login können Sie uneingeschränkt auf sämtliche Unterlagen und Tools aller von Ihnen besuchten WEKA-Weiterbildungen zugreifen. Eine detaillierte Schritt-für-Schritt-Anleitung für den Zugriff auf myEvents finden Sie [hier](#).

[Mehr Informationen und Anmeldung](#)

## Buchungsbedingungen

### AGB für Praxis-Seminare und Fachkongresse

#### Anmeldefristen/Teilnehmerzahl

Die Teilnehmerzahl pro Seminartag ist begrenzt um Ihre optimale Betreuung zu gewährleisten. Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge ihres Eingangs berücksichtigt.

#### Abmeldungen/Verschiebungen/Fernbleiben

Abmeldungen sind bis 30 Tage vor dem jeweiligen Seminartermin ohne Kostenfolgen möglich. Bei Abmeldungen bis 14 Tage vor dem Seminartermin wird eine Bearbeitungspauschale von 50% der Teilnahmegebühr fällig. Bei späterer Abmeldung oder Fernbleiben ist – unabhängig vom Verhinderungsgrund – die ganze Teilnahmegebühr geschuldet. In diesem Fall wird der angemeldeten Person die Seminardokumentation per Post zugestellt.

#### Umbuchungen

Sie können bis 30 Tage vor dem jeweiligen Seminartermin ohne Kostenfolgen umbuchen. Bei Umbuchungen bis 14 Tage vor Seminarbeginn wird eine Bearbeitungspauschale von 30%, bei späterer Umbuchung 50% der Teilnahmegebühr fällig.

#### Ersatzteilnehmer

Gerne akzeptieren wir ohne zusätzliche Kosten einen Ersatzteilnehmer.

#### Preis und Rechnungsstellung

Im Seminarpreis inbegriffen sind die Seminarunterlagen, Getränke, Mittagessen (nur bei ganztägigen Seminaren), Pausenverpflegung sowie ein Zertifikat. Die Rechnungsstellung erfolgt in der Regel nach Ihrer Anmeldung und ist sofort fällig. Unsere Veranstaltungen sind grundsätzlich mehrwertsteuerpflichtig.

#### Durchführung

Programmänderungen oder Umbuchungen aufgrund Unterbesetzung behält sich der Veranstalter vor.

#### Lehrgang

Für die einzelnen Module gelten die oben genannten Teilnahmebedingungen. Der Abbruch eines Lehrgangs wird individuell mit dem Veranstalter besprochen.