

## Focusing-Kompetenztraining

### 8 Schlüssel zur Kraft

#### Bildungsurlaub

Sie erlernen 8 einfache, äußerst wirkungsvolle Focusing-Schlüsselwerkzeuge, um sich und andere gut zu führen ohne auszubrennen. Damit können Sie in Kürze gezielt Ihre Kraftquellen und ungenutzte Ressourcen des Körpers und der Intuition aktivieren. Sie stärken Ihre Leistungs-, Regenerations- und Steuerungskompetenz und arbeiten freudvoller und produktiver.

Focusing ist eine empirisch überprüfte, achtsamkeitsbasierte Methode des Erkenntnisgewinns, der Selbsthilfe und professionellen Begleitens von Veränderungsprozessen. Statt langwieriger Kopfgrübeleien gewinnen Sie in erstaunlich kurzer Zeit Klarheit über die für Sie richtigen Handlungsschritte.

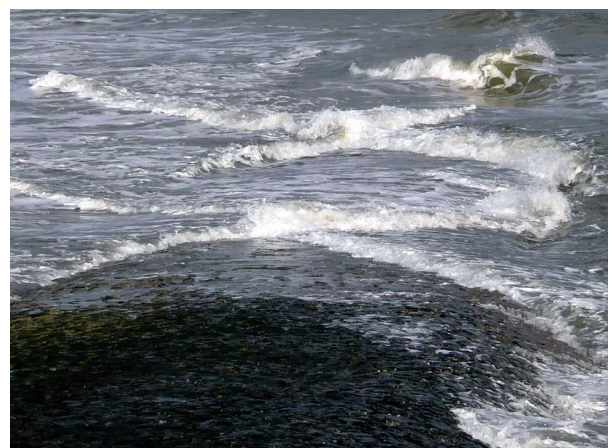
Wir üben und reflektieren, welche Werkzeuge Sie in beratenden, lehrenden, therapeutischen, psychosozialen, in Gesundheitsberufen und Leitungsfunktionen umsetzen können.

#### Seminarziele

- Lernen, mit wenig Aufwand für einen täglich gut gefüllten Akku sorgen lernen, um systematisch Ihre Leistungs-, Selbststeuerungs- und Regenerationskompetenz zu trainieren
- negativen Stress konsequent umwandeln lernen, um schwierige Situationen souverän und professionell zu meistern
- den Fokus auf das Stärkende und Positive in der Arbeit richten lernen
- Stärkung der eigenen Selbstwahrnehmung und Konzentrationsfähigkeit
- Mit Mini-Focusing stimmige Entscheidungen in Kürze treffen lernen



<b>Seminar Nr.:</b>	816317
<b>Termin:</b>	15.10.2017 – 20.10.2017 Sonntag, ca. 18:00 Uhr – Freitag, 13:00 Uhr
Das Seminar beginnt mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und endet um 13.00 Uhr mit dem Mittagessen	
<b>Ort:</b>	Boltenhagen
<b>Preise:</b>	665,- € (incl. ÜVP, EZ-Zuschlag: s. S. 2) 735,- € für Einrichtungen/Firmen
Die Kurtaxe entrichten Sie bitte vor Ort	
<b>Dozentin:</b>	<b>Ulrike Pilz-Kusch</b>
<b>Ulrike Pilz-Kusch</b> , Dipl.-Pädagogin, Buch- und CD-Autorin, zert. Stresstrainerin GKM, zert. Focusing-Trainerin/ Seminarleiterin (DAF), systemisch-lösungsorientierte Coach, EFQM-Assessorin, Tanz- und Theaterpädagogin, Führungskräfte-, Team-, Personalentwicklung,	
Minimale TeilnehmerInnenzahl:	10
Maximale TeilnehmerInnenzahl:	16
<b>Leistungen:</b>	Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen Nicht im Preis enthalten: Kaltgetränke (auch während der Mahlzeiten), Pausengetränke (Kaffee, Tee u.ä.)
Kleingruppenzuschlag: bei 7 Teiln. 5 %, 8 Teiln. 4 % und 9 Teiln. 3 % des Seminarpreises (fakultativ)	



## Seminarinhalte

- Einführung in Focusing und die 8 Schlüssel-Werkzeuge
- mit Blitztankstellen und Rhythmisieren stark durch den Arbeitstag
- mit Freiraum Stress umwandeln – Probleme leichter lösen
- 3 Schritte zum inneren Kompass - in Kürze stimmige Entscheidungen treffen
- was stärkt und „nährt“ in der Arbeit
- konkretes Handwerkszeug für Büro, beratende, leitende, therapeutische oder pädagogische Arbeit

## Organisatorisches

Das Seminar findet im Haus „Seeschlösschen“ des AURA Hotels „OSTSEEPERLEN Boltenhagen“ (<http://www.ostseeperlen.bsvmv.org/cms/index.php/haus-seeschloesschen>) statt. Das Haus liegt wunderschön direkt an der Strandpromenade des Osteseehilbades Boltenhagen. Zum Meer laufen Sie zwei Minuten. Boltenhagen liegt ca. 50 Kilometer östlich von Lübeck an einem der schönsten Abschnitte der Ostseeküste. Alle Zimmer haben Dusche/WC. Sie werden im Haus voll versorgt.

### EZ-Zuschläge:

EZ-Zuschlag beträgt 10,00 € pro Tag.

## Anreise

**Mit dem Pkw:** Auf der A20 bis zur Abfahrt Grevesmühlen, von hier fahren Sie ca. 20 km über Klütz nach Boltenhagen. Kalkulieren Sie von Hamburg eine Fahrzeit von ca. 90 Minuten. Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service. Mit der **Bundesbahn** fahren Sie bis Wismar, von dort verkehren Busse.

## Sonstiges

**Weitere Informationen** über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer **Reise-Rücktrittsversicherung**.

**Sicherheit:** Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten. Das Seminar ist über eine Reisepreis-Versicherung abgesichert.

## Förderungsmöglichkeiten

Verschiedene Bundesländer sowie der Bund übernehmen unter bestimmten Bedingungen einen Teil der Weiterbildungskosten. Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie unter <http://liw-ev.de> (Berufliche Kompetenz) Wir beraten Sie gerne

## Bildungsurlaub

Das LIW ist eine gemäß § 10 AWbG (NRW) anerkannte Weiterbildungseinrichtung. Das Seminar dient im Sinne der §§ 1 Abs. 3 und 9 Abs. 1 AWbG (NRW) der beruflichen Weiterbildung.

Das Seminar gilt in NRW, Saarland und Hessen als Bildungsurlaub anerkannt. Anerkennungen in anderen Bundesländern liegen vor bzw. können beantragt werden. Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung.

Wenn Sie in Hessen arbeiten, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20% gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen dieses Programm zukommen.

Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein.

Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns.

Sie können natürlich auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie nicht erwerbstätig sind oder statt Bildungsurlaub Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

