

Focusing-Kompetenztraining Teil I

8 Schlüssel zur Kraft

Bildungsurlaub

Sie erlernen 8 einfache, äußerst wirkungsvolle Focusing-Schlüsselwerkzeuge, um sich und andere achtsam und stimmig zu führen ohne im Beruf auszubrennen. Damit können Sie in Kürze gezielt Ihre Kraftquellen und ungenutzte Ressourcen des Körpers und der Intuition aktivieren. Sie stärken Ihre Steuerungs-, Leistungs-, und Regenerations-Kompetenz und arbeiten in einer guten Energie produktiver.

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

Seminarziele

- Lernen, mit wenig Aufwand für täglich gut gefüllte Energiespeicher zu sorgen, um systematisch Ihre Selbststeuerungs-Leistungs- und Regenerationskompetenz im Beruf zu trainieren
- Unnötigen Stress im Job vermeiden, negativen Stress umwandeln lernen, um schwierige Situationen gelassen und professionell zu meistern
- Im Kollegenkreis Wertschätzung üben und den Fokus auf das Positive und Voranbringende richten lernen
- Stärkung der eigenen Selbstwahrnehmung und Konzentrationsfähigkeit
- Entscheidungskompetenz fördern: Mit Mini-Focusing stimmige Entscheidungen in Kürze treffen lernen



Seminar Nr.:	816321
Termin:	03.10.2021 – 08.10.2021 Sonntag, ca. 18:00 Uhr (Beginn mit dem Abendessen) bis Freitag, 13:00 Uhr (mit dem Mittagessen)
Ort:	Butjadingen
Preise:	685,- € (inkl. ÜVP) EZ-Zuschlag: 75,- € insgesamt 765,- € für Einrichtungen/Firmen Inklusive Kurtaxe.
Dozentin:	Ulrike Pilz-Kusch
	Ulrike Pilz-Kusch , 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.
Teilnehmer*innenzahl:	10 – 16
Leistungen:	Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen. Nicht im Preis enthalten: Kaltgetränke (auch während der Mahlzeiten), Pausengetränke (Kaffee, Tee, u.ä.)

Ulrike Pilz-Kusch

Seminarinhalte

- Achtsame Selbstführung: Einführung in Focusing und die 8 Schlüssel-Werkzeuge für (berufliche) Veränderungsprozesse
- Zielorientiert und gelassen durch den Arbeitstag mit Blitztankstellen und Rhythmisieren
- Problemlösefähigkeit: mit Freiraum Stress umwandeln
- Entscheidungskompetenz fördern über die 3 Schritte zum inneren Kompass
- Energiespender und Energiefresser in der Arbeit identifizieren
- konkretes Handwerkszeug für Büro, beratende, leitende, therapeutische oder pädagogische Arbeit

Organisatorisches

Das Seminar findet auf der Halbinsel Butjadingen an der deutschen Nordseeküste statt.

Übernachtung/Verpflegung

Sie übernachten im Feriencenter am Deich an der Nordsee, das direkt hinterm Deich liegt, in modernen, neu gestalteten Zimmern mit eigenem Bad. Jede Unterkunft ist mit DU / WC, TV, Fön und einem Schranksafe ausgestattet. Der Einzelzimmerzuschlag beträgt 15,- € pro Nacht. Die Verpflegung erfolgt durch das Haus.



Das Feriencenter am Deich verfügt außerdem über ein kleines Schwimmbad. Link zum Haus: <https://www.awosano-nordsee.de/feriencenter-am-deich-burhave.html>.

Anreise

Anreisemöglichkeiten mit der Bahn (ohne Gewähr, da Änderungen durch die DB möglich sind): Sie fahren bis Bremen. Ab Bremen fahren Sie mit der NordWestBahn Richtung Nordenham. Von Nordenham nach Burhave/Butjadingen verkehren Linienbusse (Linie 403, Haltestelle Burhave/Burhaversiel). Von hier aus sind es ca. 11 Minuten zu Fuß bis zur Unterkunft.

Anreisemöglichkeiten mit dem Auto: A 1 Richtung Bremen/Hamburg bis zum Autobahndreieck

Ahlhorner Heide fahren, den Schildern folgen, um auf die A 29 Richtung Wilhelmshaven/ Oldenburg/ Ahlhorn zu wechseln. Richtung Varel ausfahren und den Schildern Richtung Butjadingen folgen. Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service.

Sonstiges

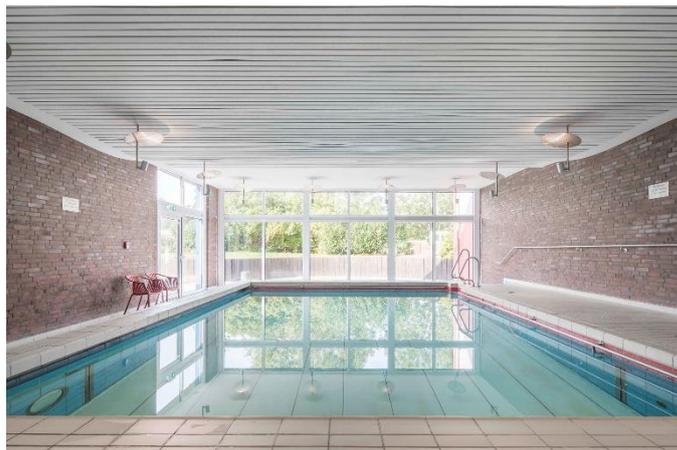
Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

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.

Förderung

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 Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern **als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere „**Mitteilung für den Arbeitgeber**“. Wenn Sie aus **Hessen** kommen, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20 % gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen diese 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 auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.