

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.:	816322
Termin:	04.09.2022 – 09.09.2022 Sonntag, ca. 18:00 Uhr (Beginn mit dem Abendessen) bis Freitag, 13:00 Uhr (mit dem Mittagessen)
Ort:	Möhnesee Haus Delecke
Preise:	835,- € (inkl. Ü/HP Plus) EZ-Zuschlag: 125,- € insgesamt 935,- € für Einrichtungen/Firmen
Dozentin:	Ulrike Pils-Kusch
Ulrike Pils-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, Halbpension Plus, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen. Nicht im Preis enthalten: Kaltgetränke (auch während der Mahlzeiten), Pausengetränke (Kaffee, Tee, u.ä.)



Ulrike Pils-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 4-Sterne-Hotel „Haus Delecke“ am Möhnesee liegt direkt am Ufer des Möhnesees.



Es bietet lichtdurchflutete, geschmackvoll und modern eingerichtete Zimmer mit kostenfreiem WLAN. Das Naturschutzgebiet Arnberger Wald erreichen Sie bequem, z.B. mit einem der Mietfahräder des Delecke.

Jeden Morgen steht ein ausgewogenes Frühstücksbuffet für Sie bereit. In der Halbpension Plus enthalten sind zudem ein Mittagsimbiss und ein Tellergericht zum Abendessen, jeweils inklusive eines alkoholfreien Getränks.

Link zum Hotel: <https://www.haus-delecke.de/>

Anreise

Bitte geben Sie folgende Adressdaten in Ihr Navi ein:

Haus Delecke

Hotel- und Gaststättenbetriebs GmbH

Linkstraße 10-14

59519 Möhnesee-Delecke

Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaftsservice.

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.

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.

