

Focusing-Kompetenztraining für den Beruf

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 Speed-Focusing stimmige Entscheidungen in Kürze treffen lernen

Seminar-Nr.	816423
Termin	26.03. – 31.03.2023 Sonntag, 18:00 Uhr bis Freitag, ca. 13:00 Uhr
Ort	Boltenhagen
Preis	825,00 € (Ü/VP) 925,00 € für Einrichtungen/Firmen EZ-Zuschlag: 50,00 € insgesamt
Dozentin	Ulrike Pilz-Kusch
Ulrike Pilz-Kusch ist Dipl.-Pädagogin, Buch- und CD-Autorin, zert. Stresstrainerin GKM, zert. Focusing-Trainerin/Seminar-leiterin (DAF), systemisch-lösungsorientierte Coach, EFQM-Assessorin, Tanz- und Theaterpädagogin, Führungskräfte-, Team-, Personalentwicklung.	
Teilnehmer*innenzahl:	10 – 16
Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollverpflegung, Unterlagen, Versicherungen.	



Die Dozentin
Ulrike Pilz-Kusch

Seminarinhalte

- Achtsame Selbstführung: Einführung in Focusing und die 8 Schlüssel-Werkzeuge für (berufliche) Veränderungsprozesse
- Fokussiert und gelassen durch den Arbeitstag mit Blitztankstellen und Rhythmisieren
- Problemlösefähigkeit: mit Freiraum Stress umwandeln – Probleme leichter lösen
- Entscheidungskompetenz fördern über die 3 Schritte zum inneren Kompass
- Was Ihre Kraft und Motivation stärkt in der Arbeit
- konkretes Handwerkszeug für Büro, beratende, leitende, therapeutische oder pädagogische Arbeit

Organisatorisches

Das Seminar findet im Hotel *Seeschlösschen* (www.ostseeperlen.de) statt (Bild unten). Das Haus liegt wunderschön direkt an der Strandpromenade des Ostseeheilbades Boltenhagen. Boltenhagen liegt ca. 50 Kilometer östlich von Lübeck an einem der schönsten Abschnitte der Ostseeküste. Alle Zimmer im Seminarhaus sind mit Dusche/WC ausgestattet. Im Preis inbegriffen ist die Unterbringung im DZ. Möchten Sie ein Einzelzimmer, so beträgt der EZ-Zuschlag 10,00 € pro Nacht.

Sie werden im Haus voll versorgt.

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 **Deutschen Bahn** 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.

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.

