

Managementwissen

Was triggert mich in meinem Leben?

Komme mehr in die Balance und gewinne innere Ruhe und Gelassenheit

Seminar-Nr. 026/25

03.02. - 05.02.2025

Oftmals erleben wir im Alltag immer wieder Situationen, in denen wir sehr emotional auf bestimmte Ereignisse oder Personen reagieren, ohne genau zu verstehen, warum. Wenn wir allerdings in der Lage sind, unsere eigenen Triggerpunkte zu identifizieren, haben wir die Möglichkeit, die Kontrolle zurückzugewinnen und Handlungsalternativen zu schaffen. Dadurch erlangen wir in stressigen Situationen automatisch mehr innere Ruhe und Stabilität, reagieren gelassener, denken klarer und treffen bessere Entscheidungen.

Dieses Seminar bietet Ihnen die Möglichkeit, die Hintergründe dieser Trigger zu erkennen und ein besseres Verständnis für Ihre eigenen Verhaltensmuster zu entwickeln. Steigern Sie auf diese Weise nachhaltig Ihr eigenes Wohlbefinden und Ihre eigene Zufriedenheit.

Inhalt

- Triggerpunkte und eigene Muster identifizieren
- Persönliche Werte und deren Einfluss auf meine Emotionen und mein Verhalten
- Innere Antreiber erkennen
- Strategien für Handlungsalternativen entwickeln
- Interaktive Übungen

Methodik

Einzel- und Gruppenarbeit, interaktive Übungen, Fallbeispiele, Diskussionen und Kurzvorträge

Zielgruppe

Dieses Seminar richtet sich an alle, die ihr persönliches Wachstum vorantreiben möchten.

Teilnehmerzahl

Begrenzt auf 12 Personen, um auf die individuellen Erwartungen der Teilnehmer einzugehen.

Moderatorin

Stephanie Munzert, Staufenberg

Freiberufliche Trainerin und Werteorientierter systemischer Coach

Seminarbeginn

Montag, den 03.02.2025, um 12.00 Uhr, anschl. Mittagessen.
Die Hotelzimmer sind bis 15.00 Uhr bezugsfertig.

Seminarende

Mittwoch, den 05.02.2025, um 12.30 Uhr
Abreise nach dem Mittagessen.

Veranstalter und Anmeldung

Bildungsstätte Gartenbau, Gießener Straße 47, 35305 Grünberg
Tel.: 06401/9101-0 E-Mail: info@bildungsstaette-gartenbau.de
Fax: 06401/9101-91 Internet: www.bildungsstaette-gartenbau.de

Lehrgangsgebühren

595,00 Euro

Unterkunft und Verpflegung

328,00 Euro im Einzelzimmer Komfort
308,20 Euro im Doppelzimmer Komfort pro Person
287,00 Euro im Einzelzimmer Standard
244,00 Euro im Doppelzimmer Standard pro Person
221,00 Euro im Mehrbettzimmer pro Person
121,00 Euro für Gäste ohne Übernachtung/ohne Frühstück
(Inkl. der gesetzl. MwSt.)

Bei diesen Preisen handelt es sich um eine **feste Pauschale**, in der neben der Übernachtung und der Vollverpflegung auch die Pausengetränke sowie Kaffee & Kuchen enthalten sind.

Ihre Rechnung können Sie im Laufe des Lehrgangs an der Rezeption begleichen oder im Anschluss überweisen.

Rücktrittversicherung: Eine Seminarkosten-Rücktrittsversicherung finden Sie auf der Internetseite: www.reiseversicherung.com/reiseversicherungen/reiseruecktrittsversicherung/seminar_ruecktrittsversicherung.html

Allgemeine Bedingungen:

An- und Abmeldungen sind grundsätzlich **schriftlich** vorzunehmen. Wird innerhalb von **20 Tagen vor Lehrgangsbeginn** eine Anmeldung storniert, stellen wir **30% der Lehrgangsgebühr** in Rechnung. Bei einer Abmeldung **innerhalb von 10 Tagen** berechnen wir die **volle Lehrgangsgebühr**. Erfolgt eine Abmeldung **am Tage des Lehrgangsbeginns** oder erscheint die angemeldete Person aus Gründen, die die Bildungsstätte Gartenbau nicht zu vertreten hat, nicht zum Lehrgang, so werden **außerdem 50% der Kosten der gebuchten Leistungen für Unterkunft und Verpflegung** in Rechnung gestellt. Die Bildungsstätte Gartenbau behält sich vor, bei zu geringer Teilnehmerzahl bis ca. 10 Tage vorher oder aus anderen dringenden Gründen die von ihr ausgeschriebenen Lehrgänge kurzfristig abzusagen. Bereits gezahlte Teilnehmergebühren werden erstattet, weitere Ansprüche sind ausgeschlossen. Inhaltliche und terminliche Abweichungen sowie Referententausch bleiben in dringenden Fällen vorbehalten. Der/die Teilnehmer/in ist einverstanden, dass seine/ihre personenbezogenen Daten für Zwecke der Lehrgangsabwicklung und für spätere Informationen per EDV be- und verarbeitet werden. Die genannten Bedingungen gelten für Veranstaltungen, deren Veranstalter die Bildungsstätte Gartenbau ist. Beachten Sie ggf. abweichende Bedingungen anderer Veranstalter im Haus. (Stand: 11/2022)

Fördermöglichkeiten und Hinweise für Teilnehmer an Seminaren der Bildungsstätte Gartenbau

Mitglieder der Architekten- und Stadtplanerkammer Hessen/Saarland/Baden-Württemberg
Gemäß Fortbildungsordnung §3 der Architekten- und Stadtplanerkammer Hessen können Fortbildungspunkte für den Kurs erworben werden. Auch bei der Saarländischen Architektenkammer ist die Bildungsstätte mit ihren Seminaren akkreditiert. Für die Architektenkammer Baden-Württemberg wird die Stundenzahl auf der Teilnahmebescheinigung ausgewiesen.

Weitere Fördermöglichkeiten finden Sie auf der Homepage www.bildungsstaette-gartenbau.de/foerderungen