

Pflanzenwissen & Gestaltung Resilienz – Kernkompetenz für Führungskräfte

Seminar-Nr. 161/25

28.10. - 29.10.2025

Im Berufsalltag nehmen bei vielen von uns die Anforderungen zu. Häufig kommen Einflüsse von außen dazu, die uns an die Grenzen unserer Belastbarkeit führen. Wer sich seiner eigenen Widerstandskraft nicht bewusst ist, kann gesundheitliche Probleme bekommen.

In diesem Seminar lernen Sie die eigenen Ressourcen für Ihr persönliches Stressmanagement erkennen und nutzen. So optimieren Sie den Umgang mit schwierigen oder stressigen Situationen im Arbeitsalltag.

Inhalt

- Resilienz – Modebegriff oder ein ernsthaftes Thema
- Was stört mich bei meiner täglichen Arbeit?
- Wo lauern meine persönlichen Energiefresser?
- Was ist mir wichtig? - Meine Rollen und meine Werte
- Über welche persönlichen Ressourcen verfüge ich?
- Auswirkungen mangelnder Resilienz
- Wo lauern meine Risikofaktoren?
- Nein-Sagen-Können
- Resilienzfaktoren
 - Optimismus, Akzeptanz und Lösungsorientierung
 - Opferrolle verlassen und Verantwortung übernehmen
 - Netzwerken und Zukunft planen
- Dimensionen der Führungs-Verantwortung

Zielsetzung

Die Teilnehmenden kennen und verstehen das Konzept der Resilienzfaktoren. Ferner erarbeiten sie Ihre Ressourcen und Stressoren und beschäftigen sich mit Motivatoren und Emotionen. Die Teilnehmer verstehen den Zusammenhang zwischen Persönlichkeit, Rollenverständnis und den persönlichen Werten. In der Summe erhalten die Teilnehmenden Werkzeuge für ihre eigene Widerstandsfähigkeit.

Zielgruppe

Betriebsleiter, Führungskräfte und interessierte Mitarbeiter aus GaLaBau-Betrieben, kommunalen Baubetriebshöfen sowie artverwandten Branchen.

Methoden

Interaktiver Seminarstil mit Workshop-Charakter, Dialog, Kleingruppenarbeit, Checklisten, Tests, keine Power-Point-Berieselung, aber **aktive** Mitarbeit.

Teilnehmerzahl

Begrenzt auf 24 Personen, um auf die individuellen Erwartungen der Teilnehmer einzugehen.

Moderatoren

Johann Detlev Niemann, Moderator und Coach

Bitte wenden.

Mehr zum Thema

Kommunikation für Bauhof-Führungskräfte:

21.05. – 22.05.2025 Sem. Nr. 101/25

Kommunikation für Bauhof-Führungskräfte:

17.09. – 18.09.2025 Sem. Nr. 139/25

Seminarbeginn

Montag, den 28.10.2025, um 12.00 Uhr, anschl. Mittagessen.

Die Hotelzimmer sind bis 15.00 Uhr bezugsfertig.

Seminarende

Dienstag, den 29.10.2025, um 16.00 Uhr

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

392,00 Euro

Unterkunft und Verpflegung

185,50 Euro im Einzelzimmer Komfort

175,50 Euro im Doppelzimmer Komfort pro Person

165,00 Euro im Einzelzimmer Standard

143,50 Euro im Doppelzimmer Standard pro Person

132,00 Euro im Mehrbettzimmer pro Person

82,00 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.

Rücktrittsversicherung: 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