Ausbildung zum/zur zertifizierten Resilienztrainer:in

Resilienz ist die Fähigkeit, Stress und herausfordernde Situationen im Leben besser zu bewältigen und sie als Chance zur Weiterentwicklung

zu nutzen. Doch wie kann man diese Fähigkeit der inneren Stärke erlangen? Wir werden in diesem Lehrgang der Frage nachgehen, welche Fähigkeiten und Grundhaltungen zu innerer Balance und Gelassenheit und somit zu mehr Lebensfreude führen und welch wichtige Rolle hierbei das Entdecken der eigenen Potenziale und Talente spielt.

Sie lernen die verschiedenen Resilienzfaktoren kennen und Methoden, um diese zur Stärkung der eigenen Widerstandsfähigkeit einzusetzen. Weiters erwerben Sie die Fähigkeit, dieses Wissen im Unterricht an andere Personen weiterzugeben.

Alle Module finden jeweils freitags von 13:00 bis 21:00 Uhr und samstags von 09:00 bis 17:00 Uhr statt.

Übernachten Sie bei uns - als Teilnehmer:in erhalten Sie 15% Rabatt!

Anmeldeschluss: Fr., 18. Dezember 2026

Kostenloser Infoabend:

Mo., 19. Oktober 2026 von 18:00 bis 19:00 Uhr

© 2026 - lfi.at

Information

Kursdauer:	152 Einheiten
Kursbeitrag:	2.195,00 € TN-Beitrag
Fachbereich:	Persönlichkeit & Kreativität
Zielgruppe:	Alle, die ihre eigene Resilienz stärken wollen und dieses Wissen auch als Resilienztrainer:in im Unterricht in Seminaren und Workshops weitergeben möchten.
Anrechnung:	8,5 ECTS (wba)

Verfügbare Termine

22.01.2027 13:00, Graz

Ort	Graz
Beginn	22.01.2027 13:00
Ende	12.06.2027 13:00
Örtlichkeit	Steiermarkhof Betriebs GmbH & Co KG, Ekkehard-Hauer-Straße 33, 8052 Graz
Information	Nicole Pötz, Tel +43 316 8050 7102, nicole.poetz@steiermarkhof.at
Kursnummer	6-0021859
Trainer:in	Mag. Alexandra Kleindienst
Veranstalter	Landwirtschaftskammer Steiermark BgA Steiermarkhof - Bildung und Kultur
Termin 1	22.01.2027, 13:00 - 21:00 Uhr
Termin 2	23.01.2027, 09:00 - 17:00 Uhr
Termin 3	12.02.2027, 13:00 - 21:00 Uhr
	und 11 mehr

© 2026 - lfi.at