

**hybride Fortbildung**

**Teilnahme vor Ort oder per Video möglich**

## Regel Transformation

Selbstbestimmt leben können.

Eine Fortbildung über die Auflösung einengender und unbewußter Lebensregeln und Glaubenssätze.

Manche Menschen rutschen ungewollt oder einem inneren Drang folgend immer wieder in bestimmte Verhaltensweisen: Da müssen trotz völliger Erschöpfung noch schnell die Gardinen gewaschen und das Haus geputzt werden, weil Mutter vorbeikommt. Da wird auch zur Ferienzeit morgens um sieben der Frühstückstisch gedeckt, obwohl die Kinder nicht vor elf Uhr daran sitzen werden. Da findet jeden Sonntag ein langes Telefongespräch statt, obwohl sich beide Seiten eigentlich nix zu sagen haben. Da wird die Familie zum Geburtstag eingeladen, obwohl es sowieso nur Streit gibt. Da wird zur Arbeit gegangen, obwohl das Fieber steigt. Da wird der Rasen gemäht, denn was soll sonst der Nachbar denken.

Die Beispiele lassen sich fortsetzen. Allen gemein ist: Getrieben von inneren – vielleicht längst überholten – Regeln machen Menschen sich das Leben unnötig schwer – oder lassen es sich von ihren verinnerlichten Regeln unnötig schwer machen. Und obwohl sie darunter manchmal sogar sehr leiden, erkennen viele die sie steuernde Regel nicht und können ihr Verhalten deshalb nicht unterbrechen.

Im Seminar geht es um die Frage, wie Menschen mit solchen einengenden Lebensregeln geholfen werden kann, damit sie wieder selbstbestimmter leben.

Die Arbeit erfolgt an Beispielen aus dem beruflichen Kontext der Teilnehmenden.

**Inhalte:**

- ...: Regeln und Muster erkennen
- ...: Regeltransformation als Methode
- ...: Abgrenzung zur Traumatisierung
- ...: intensives Training

### Datum und Seminarort:

am 04.06.26 in Rostock

### Preis:

Für Selbstzahlende (bezahlt „aus dem eigenen Geldbeutel“, Rechnung an Privatperson) wird ein Preisnachlaß von ca. 50 % gewährt:

Selbstzahlende (erm.): 199,90 EUR  
Normalpreis: 399,80 EUR

### Rücktritt:

Sie erhalten Ihre Anmeldebestätigung mit Wegbeschreibung oder Zugangslink und Rechnung ca. eine Woche vor Beginn. Abmeldungen akzeptieren wir kostenfrei bis vor Veranstaltungsbeginn, bitten aber um frühzeitige Nachricht, wenn Sie (voraussichtlich) verhindert sind.

### Anerkennungen:

Die Veranstaltung ist vom IQMV als Fortbildung anerkannt.

Die Veranstaltung erfüllt die Voraussetzungen nach ZMediatAusbV und nach den Ausbildungsstandards des Bundesverbandes Mediation BM. 

Wir sind eine Staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung (WB-FöG M-V).

### inhouse-Durchführung:

Diese Veranstaltung kann in konkreter Anpassung an Ihre Bedürfnisse auch direkt für Ihr Team durchgeführt werden. Die Kosten pro Tag und Trainer liegen zwischen 1310,00 und 1910,00 EUR in Mecklenburg-Vorpommern und zwischen 2380,00 und 2980,00 EUR in allen anderen Bundesländern, für non-profit-Einrichtungen jeweils inklusive Fahrtzeit/Fahrtkosten (ggf. zzgl. Nebenkosten)

(Änderungen vorbehalten)

### Anmeldung zum

- 04. Juni 2026 10-17 Uhr
- selbstzahlend (s. oben rechts)

### Hybride Durchführung:

Entscheiden Sie, ob Sie hier vor Ort oder per Video teilnehmen möchten.

- Teilnahme vor Ort  Teilnahme per Video  Teilnahme gemischt

Vorname Name

Straße, PLZ, Ort

Telefon, Fax, Mail

Unternehmen

Datenschutzerklärung:  
www.buero-straube.de/datenschutz

### Kontakt:

Ruf: 0381 - 20 38 99 04  
Fax: 0381 - 20 38 99 05  
Mail: info@buero-straube.de

### Besucher:

Hinter der Mauer 2  
(Kuhtor)  
18055 Rostock  
www.buero-straube.de

### Inh.: Roland Straube

Mediator BM, Ausbilder Mediation BM  
syst. Therapeut SG, Supervisor SG  
Traumatherapeut EMDR (VDH/DGEMT)  
Strukturberater 