



BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.

Donrather Str. 44, 53797 Lohmar

Tel.: 02246/302999-10, Fax.: 02246/302999-19

E-Mail: evinfo@liw.de

Internet: <http://www.liw-ev.de>

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 16.11.2020 – 20.11.2020 unter der Seminarnummer 801620 das Seminar „Gewaltfreie Kommunikation - Achtsamkeit und Selbstmanagement - Vertiefungswoche“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

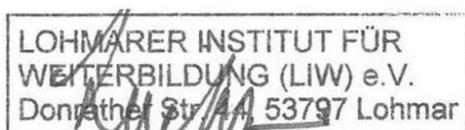
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als beruflicher Bildungsurlaub anerkannt in

- **Hessen** (gemäß § 11, Abs. 4 HBUG, bitte fordern Sie bei uns ein Programm an, das den Vorgaben des Landes Hessen entspricht).
- **NRW** (gemäß § 9, Abs. 1 AWbG und gemäß § 1, Abs. 3 AWbG, es liegt gemäß § 10 ff AWbG eine Einrichtungsanerkennung vor: Az.: 48.06-7348).
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG). Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 4 Satz 1 des SBFG, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- **Baden-Württemberg**: Das Seminar wird nach den allgemeinen Anforderungen an Bildungsmaßnahmen nach § 6 Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) angeboten. Um zur Teilnahme daran Bildungszeit in Anspruch nehmen zu können, müssen noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit finden Sie unter www.bildungszeit-bw.de. Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61).
- **Sachsen -Anhalt** (gemäß Anerkennung 207-53502-2019-472 vom 30.07.2019, Anerkennung ist gültig bis 07.10.2021)
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung B20-101390-27 vom 27.11.2019; Anerkennung gültig bis 31.12.2022)
- **Rheinland-Pfalz** (gemäß Anerkennung 5276-2155-20 vom 27.04.2020, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 15.11.2022).
- **Thüringen** (gemäß Anerkennung 23-0342-2532 vom 06.09.2019)
- Für **Hamburg** gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HmbBUG gilt eine Veranstaltung in Hamburg als anerkannt, wenn diese von der zuständigen Behörde oder in einem anderen Land der Bundesrepublik Deutschland nach mit den Bestimmungen dieses Gesetzes inhaltlich übereinstimmenden Kriterien anerkannt ist (§ 15 Abs. 1 HmbBUG).

Eine Anerkennung des Seminars in weiteren Bundesländern ist möglich, meistens gelten dafür Fristen von 6-10 Wochen vor Seminarbeginn.

Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).



(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des Teilnehmers)

SEMINARPROGRAMM

Thema Gewaltfreie Kommunikation – Achtsamkeit und Selbstmanagement – Vertiefung	Dozent Herbert H. Warmbier
Ort Kloster Steinfeld	Termin 16.11. – 20.11.2020

Montag

13.00 – 14.30 Uhr	Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmer, TeilnehmerInnenvorstellung Einführung in die Seminarthematik
14.30 – 18.15 Uhr	Wiederholung und Vertiefung von Grundgedanken und –elementen der Gewaltfreien Kommunikation – Anwendungsmöglichkeiten im beruflichen Alltag
20.00 - 21.30 Uhr	Fortführung des Programms vom Nachmittag

Dienstag

09.00 – 12.30 Uhr	Wertschätzenden Umgang mit den inneren Kritikern, die Sie in Ihrem Arbeitsleben behindern
14.30 – 18:00 Uhr	Selbststeuerungskompetenz in der Kommunikation: Die inneren Stimmen konstruktiv nutzen

Mittwoch

09.00 – 12.30 Uhr	Bewertungen, Urteile und Feindbilder: Schubladen und Etiketten im Berufskontext
14.30 – 18:00 Uhr	Veränderung stressverschärfende und förderliche Denkweisen und deren Anwendungsmöglichkeiten im Berufsalltag

Donnerstag

09.00 – 12.30 Uhr	Selbstbehauptungskompetenz: Nein Sagen und Hören mit der Gewaltfreien Kommunikation
14.30 – 18:00 Uhr	Wertschätzende Kommunikation: der gewaltfreie Ausdruck von Dankbarkeit

Freitag

08.00 – 11.30 Uhr	Erhöhung der Wahrnehmungsfähigkeit für eine achtsame Kommunikation
11.30 – 13.15 Uhr	Zusammenfassung und Abschlussrunde

Die Seminarinhalte und Methoden stehen sämtlich im beruflichen Kontext. Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten.

Seminarziel: Sie üben und verankern die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation für Selbstmanagement und Konfliktbewältigung für den beruflichen (und auch privaten) Kontext. Sie erlernen einen konstruktiven Ansatz für Ihren Kontakt mit KollegInnen, Vorgesetzten, Kunden, Klienten usw. und vertiefen einen achtsamen Umgang mit Ihren eigenen Anliegen und denen Ihrer Mitmenschen. Ziel ist es, für alle Inhalte und Methoden den Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu gewährleisten, damit jede/r Teilnehmer/in neue Handlungsspektren für ein motiviertes Arbeitsleben entwickelt, die Motivation und Leistungsfähigkeit erhält und die Selbststeuerungskompetenz erhöht.

Im Einzelnen:

- üben Sie die supervisorische Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation auf berufliche Themen
- erhöhen Sie Ihre Wahrnehmungsfähigkeit und erfahren Sie Wege zu einem achtsameren Umgang
- Stärken Sie Ihre Kommunikationsfähigkeit im Beruf und üben die vier Schritte der Gewaltfreien Kommunikation
- erleben Sie Möglichkeiten, stressverschärfende und förderliche Denkweisen (Glaubenssätze) kraftvoll zu verändern und anzuwenden, um Ihre Leistungsfähigkeit zu erhalten
- erproben Sie den wertschätzenden Umgang mit den inneren Kritikern, die Sie in Ihrem Arbeitsleben behindern
- trainieren Sie eine wertschätzende Grundhaltung und den gewaltfreien Ausdruck von Dankbarkeit
- üben Sie sich in der Selbstbehauptung „Nein“ zu sagen und zu hören
- arbeiten Sie selbstgesteuert und entspannt (Selbststeuerungskompetenz)

Zielgruppe: ArbeitnehmerInnen in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, Führungskräfte, Personalentwickler, Selbstständige und für ArbeitnehmerInnen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.