



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](mailto:evinfo@liw.de)

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

## Dem (Berufs-)Leben „neue“ Impulse geben Kreative Methoden zur Zielerreichung im Beruf

### Bildungsurlaub

Wir können Ziele smart formulieren, messbar und erreichbar, und trotzdem fällt das Erreichen der gesetzten Ziele manchmal schwer. Trotz Disziplin und Motivation gilt es manchmal die Ziele zu überprüfen im Hinblick auf den Preis beim Erreichen.

In diesem Seminar legen wir den Schwerpunkt auf Ziele und Visionen in Beruf. Es geht nicht nur darum, Talente, Ressourcen und Fähigkeiten zu entdecken oder aufleben zu lassen, sondern auch die inneren Saboteure aufzuspüren und zu integrieren. Wir kommen nur aus der „Komfortzone, wenn wir uns mit der eigenen Persönlichkeit beschäftigen und Klarheit über eigene Grenzen und Vorstellungen erlangen. Die Beschäftigung mit den eigenen Fähigkeiten hilft, eigene Muster zu durchbrechen und Schritte zur Veränderung zu einem angenehmen Leben mit angemessenen Herausforderungen anzugehen.

Aufbauend auf dem Erfahrungsschatz aus dem eigenen Lebenslauf und dem Feedback der anderen Teilnehmer, werden die Hürden im Leben der Teilnehmer genutzt, um Klarheit zu gewinnen und angemessene Strategien zu entwickeln.

In einem angenehmen, respektvollen Rahmen erleben Sie eine spannende Art, sich mit Ihrer Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft auseinanderzusetzen.

### Seminarziele

- Fokussieren auf unser Selbstmanagement: Entdecken und Integrieren von Hürden und Hindernissen auf dem Weg zum Ziel
- Strategien für den beruflichen und privaten Lebensweg entwickeln und formulieren
- Talente, Ressourcen und Fähigkeiten entdecken, aufleben lassen und neu entwickeln
- Zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit in herausfordernden Arbeitssituationen: Problemsituationen und das Scheitern in einem anderen Licht betrachten
- Glaubenssätze und Muster erkennen und Alternativen entwickeln

<b>Seminar Nr.:</b>	803120
<b>Termin:</b>	05.10. - 09.10.2020 Montag, 13.00 Uhr (12.15 Uhr gemeinsames Mittagessen) – Freitag, ca. 13.00 Uhr
<b>Ort:</b>	Kloster Springiersbach - Bengel
<b>Preise:</b>	585,- € (Ü/VP) für Einzelpersonen 685,- € für Einrichtungen/Firmen EZ-Zuschlag: 32,00 € insgesamt
<b>Dozentin:</b>	<b>Susanne Lehmann</b>
Susanne Lehmann (Jhrg. 1973) ist Kommunikations-/Werbefachwirtin und Master of Science im Change Management. Als Trainerin und Coach liegen ihre Schwerpunkte bei Emotionaler Kompetenz, Coaching, Konflikt- und Stressmanagement, Team- und Ressourcentraining. Sie legt sie Wert darauf, den Teilnehmern Raum für Entwicklung zu geben und Achtsamkeit zu fördern. Ihre Arbeit ist für sie eine gemeinsame Forschungsreise in den Themengebieten, die ihr am Herzen liegen.	
<b>Ihr Motto: Um deinen Weg zu finden, musst du deiner Freude folgen. (Joseph Campbell)</b>	
<b>TeilnehmerInnenzahl:</b>	10 - 16
<b>Leistungen:</b>	Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung

Die Dozentin  
Susanne Lehmann



## Seminarinhalte

- Entdecken der eigenen Talente, Fähigkeiten und Ressourcen für den Einsatz im Beruf
- Planung und Einleiten von Veränderungen
- Sammeln von Best-Practice aus dem eigenen Lebenslauf
- Meditations- und Entspannungsübungen
- NLP, Einzel- und Gruppenübungen

Die schöne Natur an der Mosel unterstützt uns im Seminar:

- Sie tanken in der Natur wieder auf, erleben Natur als Ort von Kraft und Ruhe.
- Sie reflektieren in der Natur, erleben Natur als die Wurzel unseres Lebens.
- Sie erleben, wie die Natur Sie in Ihrem Prozess unterstützt, Klarheit über Ihre Fähigkeiten zu bekommen.

## Arbeitsformen sind

- Einzel- und Gruppenübungen
- Imaginationsübungen
- Trainer- und Gruppengespräche
- Körper- und Mentalübungen
- Musik und Bewegung

Die Mischung aus Theorie, Selbstreflexion, Entspannung gibt Ihnen die Möglichkeit, Neues zu erfahren sowie viel Lebensfreude, Leichtigkeit und intensive Erfahrungen zu erleben. Wir nutzen die Energie der Gruppe, lernen voneinander und stärken unsere eigenen Fähigkeiten und Ressourcen.

**Seminarzeiten:** Das Seminar beginnt am Montag, um 13.00 Uhr (Sie können vorher zu Mittag essen) und endet am Freitag um 13.00 Uhr mit dem Mittagessen.

## Förderungsmöglichkeiten

Die Länder **NRW, Hessen, Rheinland-Pfalz und Schleswig-Holstein** sowie der **Bund** übernehmen unter bestimmten Bedingungen für dieses Seminar die Hälfte der Weiterbildungskosten (Schleswig-Holstein: Etwas abweichend). Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie auf unserer Homepage unter <http://liw-ev.de> (Berufliche Kompetenz). Wir beraten Sie gerne.

## Organisatorisches

Das Seminar findet im Kloster Springiersbach (<http://www.karmelitenorden.de/klosterspringiersbach.html>) statt. Das Kloster liegt idyllisch in einem Seitental der Mosel (ca. zwei km von der Mosel entfernt) am Rande des großen Waldgebietes Kondelwald. In dem um das Jahr 1100 gegründeten Kloster leben heute fünf Karmeliten. Sie arbeiten vor allem in der Seelsorge an der Klosterkirche, im angeschlossenen Exerzitien- und Bildungshaus „Carmel Springiersbach“, in der Pfarrseelsorge und in der Provinzschneiderei. Die Brüder der Klostergemeinschaft treffen sich dreimal am Tag zum gemeinsamen Stundengebet. Teilnahme an den Gebetszeiten ist möglich.

**Übernachtung/Verpflegung:** Sie sind in Doppelzimmer oder Einzelzimmer (EZ-Zuschlag: 8,00 € pro Nacht). Sie

werden im Kloster versorgt. Nicht im Preis enthalten: Pausengetränke (Kaffee, Tee u.ä.).

Nahrungsunverträglichkeiten klären Sie bitte direkt mit dem Kloster ab (Aufpreis: 10,00 € pro Tag, zahlbar vor Ort). Vegane Kost wird nicht angeboten.

**Anreise:** Springiersbach erreichen Sie per Pkw über die A 48 (Koblenz – Trier, von Köln: 156 km, von Koblenz: 97 km). Der nächste Bahnhof ist Bengel (von Koblenz 1:10 Stunden) auf der Bahnstrecke Koblenz-Trier (ca. 2 km vom Kloster entfernt). Abholung vom Bahnhof ist möglich. Bitte nutzen Sie unseren **Fahrgemeinschaft-Service**.



## Bildungsurlaub

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern **als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere **„Mitteilung für den Arbeitgeber“**. Wenn Sie aus **Hessen** kommen, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20 % gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen diese Programm zukommen. Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifierurlaub in Anspruch nehmen.

**Sicherheit:** Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns gegen Schäden an Dritte. Das Seminar ist über eine Reisepreis-Versicherung abgesichert.

**Weitere Informationen** über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.

