



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>

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 02.02.2020 - 07.02.2020 unter der Seminarnummer 804220 das Seminar „Emotionale Kompetenz und Selbstmanagement“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

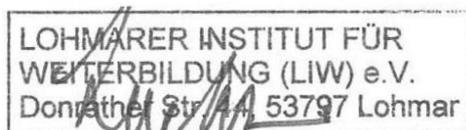
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, zeitlicher Ablauf, Lernziele) finden Sie umseitig.

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)
- **Thüringen** (gemäß Anerkennung 26-0342-1050 vom 06.02.2017)
- **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](http://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).
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung 19-67650 vom 02.10.2018, Anerkennung gültig bis zum 31.12.2021)
- **Bremen** (gemäß Anerkennung 23-14 2018/725 vom 23.08.2018, anerkannt ist der Zeitraum von Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 22.08.2020)
- **Hamburg** (gemäß Aktenzeichen HI 43-2/406-07.5, 44611 vom 26.03.2018, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 25.03.2020).

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: Emotionale Kompetenz und Selbstmanagement  
Ort: Baltrum  
Dozent: Susanne Lehmann  
Termin: 02.02.2020 - 07.02.2020

## Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

## Montag

09.00 - 12.30 Uhr Stressmanagement: Wie entsteht Stress?  
Gute und effiziente Stressreduzierung  
15.15 - 18.30 Uhr Motivationsstrategien  
Ressourcenmanagement  
18.30 - 18.45 Uhr Entspannungstraining für Berufssituationen

## Dienstag

09.00 - 12.30 Uhr Flexibilität und Kommunikation in Problemsituationen  
Ressourcen im beruflichen Alltag  
15.15 - 18.45 Uhr Selbstsicheres Auftreten, selbstsichere Kommunikation in beruflichen Situationen

## Mittwoch

09.00 - 12.30 Uhr Probleme zu Zielen, Zielsetzung im Beruf und Alltag  
15.15 - 18.30 Uhr Zeit- und Selbstmanagement-Strategien  
18.30 - 18.45 Uhr Entspannungstraining für Berufssituationen

## Donnerstag

09.00 - 12.30 Uhr Konfliktlösungsstrategien: Umgang mit konfliktreichen Situationen  
15.15 - 18.45 Uhr Das respektvolle Durchsetzen der eigenen Interessen bei Wahrung der Interessen Anderer

## Freitag

07.45 - 13.00 Uhr Möglichkeiten der Integration: Wie greife ich gerade in Konfliktsituationen auf das neu Erfahrene und Gelernte zurück?

### Programmänderungen vorbehalten

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich. Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. Es finden täglich Auswertungen, Reflexionen und Transfers in den Berufsalltag statt. Dabei werden die Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Vorträgen und Übungen in Einzel-, Klein- oder Großgruppenarbeit in den konkreten Berufsalltag der Teilnehmer übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag werden - situationsbezogen und teilnehmerorientiert ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmer - thematisiert.

**Seminarziele:** Sozialkompetenz, Zeitmanagement, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Begleitung von Klienten u.ä.; Ziel ist es, die Seminarinhalte und Methoden in konkrete Arbeitssituationen zu übertragen, damit jede/r Teilnehmer/in überzeugend und souverän im Berufsleben handeln und auftreten kann.

**Zielgruppe:** Arbeitnehmer/innen in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, Selbstständige, Entspannungspädagogen, Therapeuten, Berater, Coachs, Arbeitnehmer/innen im Gesundheitsbereich und sozialen Bereich und für Arbeitnehmer/-innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.

Baltrum ist eine Insel, die Fähren fahren nach einem täglich wechselnden Fahrplan.