



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 10.- 15.11.2019 unter der Seminarnummer 816819 das Seminar „Focusing-Kompetenztraining II - 8 Schlüssel zu Kraft und Klarheit“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

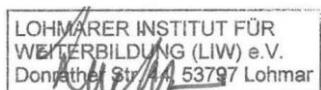
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung 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). Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).
- **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.
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung 18-65973 vom 24.05.2018, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2020)
- **Berlin** (gemäß Anerkennung II D 13-101044 vom 08.06.2018, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 24.11.2019)
- **Schleswig-Holstein** (gemäß Anerkennung WBG/B/20341 vom 14.02.2019; anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag)
- Für **Hamburg** gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HBUG 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 HBUG).

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: Focusing-Kompetenztraining II: 8 Schlüssel zu Kraft und Klarheit
Ort: Wangerooge
Dozent: Ulrike Pilz-Kusch
Termin: 10.11.2019 – 15.11.2019

Sonntagabend

Montag

09.00 - 12.30 Uhr Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen
15.00 - 18.30 Uhr Auffrischung und Erfahrungsaustausch zur erfolgreichen Anwendung der 8 Focusing-Schlüsselwerkzeuge am Arbeitsplatz und zu Herausforderungen
Vertiefende Übungen zur Stärkung der Selbstwahrnehmung und der Konzentrationsfähigkeit mit Schlüssel 1 und 2 an konkreten Praxisbeispielen
3 bis 90-Sekunden-Übungen zur effizienten Stressreduzierung
Zentrierende Techniken, Blitztankstellen für Berufssituationen

19.30 - 20.30 Uhr

Dienstag

09.00 - 12.30 Uhr Einen Felt Sense und Felt Shift an verschiedenen Beispielen und Berufssituationen gezielt entstehen lernen
15.00 - 18.30 Uhr Wertschätzend Bilanz ziehen – der Ressourcen-Check
Drei Schritte zum inneren Kompass (Schlüssel 1, 3 und 6) - stimmig handeln
Mit FreiRaum-Techniken Blockaden, Stress und negative Gedanken auflösen
19.30 - 20.30 Uhr Kurz-FreiRaum-Übungen (Schl. 3) in verschiedenen Situationen anwenden
Kollegiales partnerschaftliches Focusing - die 6 Schritte kennenlernen

Mittwoch

09.00 - 12.30 Uhr Kollegiales partnerschaftliches Focusing einüben – andere zu ihren Problemen achtsam begleiten lernen
15.00 - 18.30 Uhr Vier Schritte, um Stress, Ärger und negative Gedanken am Arbeitsplatz transformieren zu lernen (Schlüssel 3- 5)
19.30 - 20.30 Uhr Mit Mini-Focusing stimmige Entscheidungen treffen lernen (Schlüssel 6)
Lösungsschritte beim Einüben von partnerschaftlichem Focusing finden

Donnerstag

09.00 - 12.30 Uhr Mit Mini-Focusing herausfinden, was in Arbeits- und Stress-Situationen wirklich wichtig, richtig und stimmig ist (Schlüssel 6)
15.00 - 18.30 Uhr Einüben anhand verschiedener Berufssituationen (Schlüssel 6 und 7)
Stimmige Prioritäten setzen lernen mit Mini-Focusing
Mit Mini-Focusing den eigenen Rhythmus finden (Schlüssel 6 und 8)
Kollegiales partnerschaftliches Focusing zum Thema einüben

Freitag

07:50 - 13.00 Uhr Umsetzung der Focusing-Werkzeuge in den verschiedenen Arbeitsfeldern
Zusammenfassung, Integration und Abschlussbesprechung

Programmänderungen vorbehalten

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.

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit des o.a. Programmes ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich.

Programmänderungen vorbehalten.

Seminarziele: Sozialkompetenz, Zeitmanagement, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Begleitung von Klienten u.ä.;

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.