



BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.
Donratherstr. 44, 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10, Fax: 02246/302999-19
E-Mail: evinfo@liw.de
Internet: liw-ev.de

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 29.06.2020 – 03.07.2020 unter der Seminarnummer 828020 das Seminar „Die Fünf Elemente – natürliche Ressourcen gegen Stress“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, Lernziele, 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 Einrichtungserkennung 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)
Niedersachsen (gemäß VA-Nr.: 18 – 64253 vom 23.01.2018, Anerkennung gültig bis 31.12.2020).
Berlin (gemäß Geschäftszeichen II A 75 – 103142 vom 07.11.2018 für Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für die berufliche Tätigkeit benötigen, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 23.06.2021)
Rheinland-Pfalz (gemäß Anerkennungskennziffer 5276/1836/20 vom 26.03.2020 für Beschäftigte, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen, Anerkennung gültig bis 28.06.2022).
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/der Teilnehmenden)

SEMINARPROGRAMM

Thema: Die Fünf Elemente – natürliche Ressourcen gegen Stress
Dozentin: Renate Köchling-Dietrich
Termin: 29.06.2020 – 03.07.2020
Ort: Einbeck

Montag

13.30 Uhr - 15.30 Uhr
Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmenden, Vorstellung
Einführung in das Seminar
Ki-Konzept erleben in Theorie und Praxis
Einstieg in die Elemente-/Wandlungsphasenlehre

15.30 Uhr - 18.00 Uhr
Wandlungsphasenzuordnung und Selbsteinschätzung
Die Wandlungsphase Holz
Zusammenhang zwischen Haltung und Gefühlen, Körper, Geist und Seele

20.30 Uhr - 21.30 Uhr
Wut und Kontrolle vs. Weitblick und Beweglichkeit:
Übungen zur Aktivierung des Parasympathikus / zur Entspannung und Wiederherstellung der Beweglichkeit; konkrete Handlungsziele und deren Umsetzung formulieren, mögliche Veränderungen im Alltag erarbeiten

Dienstag

09.00 Uhr - 12.00 Uhr
Die Wandlungsphase Feuer
Burnout und Erschöpfung vs. bewusstes und freudvolles Leben

14.30 Uhr - 18.00 Uhr
Die Wandlungsphase Erde
Sorgen und Haltlosigkeit vs. Erden und Zentrieren
Angemessene Reaktionen auf unterschiedlichen Situationen und Menschen – Transfer zu konkreten Nutzungsmöglichkeiten des Wissens im Alltag

Mittwoch

09.00 Uhr - 12.00 Uhr
Vertiefung Erden und Zentrieren / Wandlungsphase Erde
Hara – die stabile Mitte gegen Stress

14.30 Uhr - 18.00 Uhr
Die Wandlungsphase Metall
Respektlosigkeit und Überforderung vs. Durchatmen und Loslassen

20.00 Uhr - 21.30 Uhr
Stressbewältigung mittels Nein-Sagen und Stopp-Signalen (fakultativ)

Donnerstag

09.00 Uhr - 12.00 Uhr
Die Wandlungsphase Wasser
Ständiger Druck und Ohnmachtsgefühle vs. Entspannung und Regeneration

14.30 Uhr - 18.00 Uhr
Die besonderen Aspekte der Wandlungsphase Wasser: Urvertrauen und Lebensaufgabe
Die Wandlungsphasen als *Ki*-Ausdruck im ewigen Kreislauf
Individuelle Möglichkeiten zur Integration in den Alltag
Weitergabe von Theorie und Übungen im unterschiedlichen beruflichen Kontext

Freitag

08.00 Uhr - 13.30 Uhr
Zusammenschau der Ressourcen
Wandlungsphasen im Fluss erleben
Personalisierte Anwendung und grundlegende Anwendungsmöglichkeiten des Erlernten, vertiefender Transfer in den beruflichen Kontext
Zusammenfassung und Abschlussbesprechung

Seminarziele:

- Sie (insbesondere Sie als Arbeitnehmer/in aus gesundheitsfördernden, beratenden, pädagogischen, sozialen, therapeutischen und medizinischen Berufen) kennen und verstehen die Seminarinhalte, können sie kritisch hinterfragen und in einem neuen Kontext einsetzen.
- Sie übertragen die Inhalte in konkrete Alltags- und Arbeitssituationen und wenden Ihr erweitertes Handlungs- und Verhaltensspektrum selbstständig an.
- Sie haben Wandlungsphasen-Wissen und –Verständnis zur Weiterführung und Weitergabe an Dritte eingeübt.
- **Im Einzelnen:** nehmen Sie Ihre persönlichen Stärken und die Besonderheiten verschiedener Charaktere auf der Grundlage der Fünf Wandlungsphasen wahr und lernen, situationsgerecht zu agieren, verstehen Sie eigenes und fremdes Verhalten im Sinne der Wandlungsphasen und probieren Neues aus, Sie erkennen, stärken und entwickeln die vorhandenen Ressourcen, z. B. Zufriedenheit, Selbstbewusstsein und Ihre Selbstwirksamkeit, aber auch Gelassenheit, Großzügigkeit, Nein-Sagen, Leichtigkeit u. a., verbessern Sie Ihre Wahrnehmung und das Körpererleben, um Präsenz und Selbstsicherheit auszustrahlen, erleben Sie die jahreszeitlichen Gegebenheiten als spezifischen Anreiz für Ihren eigenen *Ki*-Fluss, um ggf. Rituale und jahreszeitliche Feste in Ihr Leben zu integrieren, erwerben Sie Wissen und Fertigkeiten, die gesundheitsförderndes Verhalten im Alltag erleichtern und sogar automatisieren, erhalten Sie Einblick in die ostasiatische Medizin und Philosophie, speziell in die japanische Medizin

Zielgruppe:

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung für folgende Zielgruppen:

- Arbeitnehmer/innen aus gesundheitsfördernden, beratenden, pädagogischen, sozialen, therapeutischen und medizinischen Berufen
- Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen

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