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 23.08.28.08.2026 unter der Seminarnummer 800026 das Seminar „Die Segel anders setzen im Berufsleben“ 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

- **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).

- 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 (mit Ausnahme der Bundesländer Bremen, Schleswig-Holstein).

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

(Unterschrift des Veranstalters) (Unterschrift des Teilnehmenden)

# S E M I N A R P R O G R A M M

| | |
|---|---|
| Thema: | Die Segel anders setzen im Berufsleben |
| Ort: | Harlingen |
| Dozentin: | Susanne Lehmann |
| Termin: | 23.08.2026 – 28.08.2026 |

**Sonntagabend**

Anreise, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

**Montag**

| | |
|---|---|
| 09.00 - 12.30 Uhr | Einführung in die Seminarthematik „Die Segel anders setzen im Berufsleben“<br>Aufgabenverteilung und Zuständigkeiten an Bord.<br>Was bedeutet „Love it, Change it, Leave it“ in der Berufspraxis? |
| 15.00 - 18.15 Uhr | Modell der Veränderung. Analyse Tool: Motivationscheck<br>Strukturiertes Erkennen von Handlungsbedarfen. |
| 18.15 –- 18.30 Uhr | Achtsamkeitsübung zum Integrieren der Lernerfahrung |

**Dienstag**

| | |
|---|---|
| 09.00 - 12.30 Uhr | Berufliches Veränderungsmanagement: Unterscheidung: Wann akzeptieren, wann engagieren, wann die Situation oder das System verlassen (ausgehend von konkreten Berufssituationen)? |
| 15.00 - 18.15 Uhr | Werte und Glaubenssätze zum Thema Veränderung<br>Achtsamer Umgang mit Selbst- und fremdbestimmten Veränderungen<br>Entscheidungskompetenz stärken. |
| 18.15 –- 18.30 Uhr | Achtsamkeitsübungen zur guten und effizienten Stressreduzierung |

**Mittwoch**

| | |
|---|---|
| 09.00 - 12.30 Uhr | Modell der Veränderung: Veränderungskurve: Bewusstsein über Abläufe und Phänomene im Change - Arbeit mit konkreten beruflichen Beispielen der Teilnehmer*innen |
| 15.00 - 18.15 Uhr | Wahrnehmungskompetenz vertiefen: Akzeptierendes Wahrnehmen von beruflichen Situationen ohne Wertung. Widerstände erkennen und integrieren<br>Transfer in den Arbeitsalltag |
| 18.15 –- 18.30 Uhr | Achtsamkeitsübungen zur guten und effizienten Stressreduzierung |

**Donnerstag**

| | |
|---|---|
| 09.00 - 12.30 Uhr | Modell der Veränderung: Umweltenanalyse zum Erfassen und Planen eigener Projekte<br>Arbeit ausgehend von konkreten Berufssituationen |
| 15.00 - 18.15 Uhr | Ziele entwickeln: Kreative Strategie für eigene Veränderung im Berufsleben: Konkrete Beispiele aus dem Berufsalltag - Anwendungsbezogene Arbeit zum Erreichen von Zielen im Berufsalltag. |
| 18.15 –- 18.30 Uhr | Achtsamkeitsübungen/Meditation zur guten und effizienten Stressreduzierung |

**Freitag**

| | |
|---|---|
| 08.15 - 09.15 Uhr | Achtsamkeitsübungen zum Erkennen von Mustern<br>Umgang mit Abschied und Würdigung von Veränderungen |
| 08.30 – 13.30 Uhr | Implementierung der persönlichen Entscheidungen in den Berufsalltag<br>Umgang mit zukünftigen Veränderungen im Berufsalltag<br>Zusammenfassung des Seminars und Abschlussbesprechung |

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. Zusätzlich zu den o.a. Unterrichtszeiten finden Meditationen, Entspannungsübungen u.ä. statt. Programmänderungen vorbehalten

**Seminarziele**: Veränderungsmanagement, Stress- und Lösungskompetenz, Umgang mit Widerständen, Achtsamkeitsschulung. Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. Es findet täglich die Integration der praktischen Lernerfahrung in Situationen im zukünftigen Arbeitsalltag statt. Dabei werden die Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Theorie-Impulsen und Übungen in Einzel-, Klein- oder Großgruppenarbeit in den konkreten Berufsalltag der Teilnehmer übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Seminarthemen werden situationsbezogen und teilnehmerorientiert ausgerichtet und an die Bedürfnisse in den jeweiligen Systeme und Organisationen angepasst. Ziel ist es, kluge Entscheidungen in Arbeitssituationen zu treffen und Ziele und Handlungen an die Herausforderungen im Arbeitsleben anzupassen und einen gelungenen Umgang mit Veränderungen zu ermöglichen.

**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.