



BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.
Donrath 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 03.06.2019 – 07.06.2019 unter der Seminarnummer 800419 das Seminar „Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefung: Wie aus Ärger und Wut Klarheit und Handlung werden“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

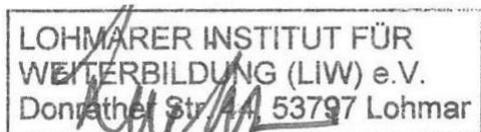
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, zeitlicher Ablauf, Lernziele) finden Sie umseitig.

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)
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 Anerkennung 17-60210 vom 30.03.2017, Anerkennung gültig bis 31.12.2019)
Rheinland-Pfalz (gemäß Anerkennung 5276/3088/17 vom 01.08.2017, Anerkennung gültig bis 19.11.2019)
Berlin (gemäß Anerkennung II A 76 - 104049 vom 04.01.2019, Anerkennung gültig bis 12.05.2021)
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 Teilnehmers)

## SEMINARPROGRAMM

Thema: Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefung: Wie aus Ärger und Wut Klarheit und Handlung werden  
Ort: Einbeck  
Dozent: Bärbel Klein  
Termin: 03.06.2019 – 07.06.2019

### Montag:

13:00 – 14:30 Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmer  
Kennenlernen, Erwartungsabfrage, Vereinbarungen  
14:35 – 16:00 Wiederholen und Vertiefen des Modells der Gewaltfreien  
Kommunikationskompetenz: Die vier Schritte und die drei Teilprozesse  
16:10 – 18:00 Selbstwahrnehmung: Die Unterscheidung zwischen Emotionen und Gefühlen  
und ihre Anwendbarkeit auf den Arbeitsalltag  
20:00 – 21:30 Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit in Kommunikation

### Dienstag:

09:00 – 12:30 Stressmanagement in Arbeitsprozessen: Stressreaktion, Stressoren,  
Stressmuster  
14:30 – 18:00 Umgang mit Wut in Stresssituationen  
Selbststeuerungsmanagement: Die Bedürfnisse hinter der Wut finden und klare  
Bitten formulieren

### Mittwoch:

09:00 – 12:30 Selbststeuerungsmanagement: Umgang mit Angst und Unsicherheit im  
Arbeitsalltag-  
Die Bedürfnisse hinter der Angst  
Der Weg von Angst in Vertrauen und Kreativität  
14:30 – 18:00 Fortsetzung des Themas vom Vormittag

### Donnerstag:

09:00 – 12:30 Konfliktmanagement: Die Wut der Anderen – Umgang mit Vorwürfen,  
(unberechtigter) heftiger Kritik und wütenden KollegInnen  
14:30 – 18:00 Fortsetzung vom Vormittag

### Freitag:

08:00 – 11:30 Dankbarkeit und Wertschätzung– positives, wertschätzendes Feedback an  
KollegInnen ausdrücken  
11:45 – 13:15 Zusammenfassung und Abschluss

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. Programmänderungen vorbehalten.

**Seminarziele:** In diesem Training üben und verankern Sie die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation für Selbstmanagement und Konfliktbewältigung, sowohl für den beruflichen als auch privaten Kontext. Sie erlernen einen konstruktiven Ansatz für Ihren Kontakt mit KollegInnen, Vorgesetzten, Kunden, Klienten usw. und vertiefen einen achtsamen Umgang mit Ihren eigenen Anliegen und denen Ihrer Mitmenschen. Mit einer anregenden Mischung aus Übungen, Theorie und Selbstreflexion lernen Sie mit allen Sinnen und erhalten konkrete Ideen für die nachhaltige Umsetzung im Arbeitsalltag.

Konkret heißt das: In diesem Training üben und verankern Sie die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation für Selbstmanagement und Konfliktbewältigung, sowohl für den beruflichen als auch privaten Kontext. Sie erlernen einen konstruktiven Ansatz für den Umgang mit emotionalen Stresssituationen, der Sie im Kontakt mit KollegInnen, Vorgesetzten, Kunden, Klienten usw. unterstützt. Es geht dabei um einen achtsamen Umgang mit Ihren eigenen Anliegen und denen Ihrer Mitmenschen.

**Zielgruppe:** Zielgruppe: Arbeitnehmer in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, Führungskräfte, Personalentwickler, Selbstständige und für Arbeitnehmer/-innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.