

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 07.03.2022 – 11.03.2022 unter der Seminarnummer 800422 das Seminar „Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefung: Wie aus Ärger und Wut Klarheit und Handlung werden“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

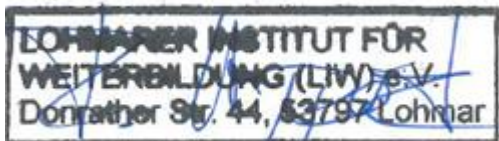
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, zeitlicher Ablauf, Lernziele) finden Sie umseitig.

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](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).
- **Berlin** (gemäß Anerkennung IIA72-114089 vom 12.03.2021, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 13.06.2023)
- **Thüringen** (gemäß Anerkennung 23-0342-2532 vom 06.09.2019).
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung B20-101390-27 vom 27.11.2019; Anerkennung gültig bis 31.12.2022).
- **Schleswig-Holstein** (gemäß Anerkennung WBG/B/25983 vom 24.11.2021)
- 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)

## SEM INAR P R O G R A M M

<b>Thema</b>   Gewaltfreie Kommunikation – Vertiefung: Wie aus Ärger und Wut Klarheit und Handlung werden	<b>Dozentin</b>   Bärbel Klein
<b>Ort</b>   Einbeck	<b>Termin</b>   07.03.-11.03.2022

### 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

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahmebescheinigung 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 Teilnehmenden übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag werden - situationsbezogen und teilnehmendenorientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert. 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 Kolleg\*innen, 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.

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