

### Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 08.04.2024 – 12.04.2024 unter der Seminarnummer 801024 das Seminar „Gewaltfreie Kommunikation - Tacheles reden, fair streiten, spürbare Klärung erleben für einen konstruktiven Umgang mit schwierigen und konfliktreichen Berufssituationen“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub /Bildungszeit.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) 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**: Wir sind nach § 6 Absatz 4 Satz 1 des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG) vom 10. Februar 2010, zuletzt geändert durch das Gesetz vom 20. April 2016 (Amtsbl. I S. 382) befugt, 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).
- **Thüringen** (gemäß Anerkennung 23-0342-3221 vom 01.02.2021)
- **Niedersachsen** (gemäß Anerkennung B22-112860-10 vom 22.11.2021, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2024)
- **Bremen** (23-14 2023/75 vom 15.12.2022, Anerkennung gültig bis 14.12.2024)
- **Berlin** (gemäß Anerkennung II A 74-122487 vom 03.04.2023, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, Anerkennung gültig bis 10.09.2025)
- **Sachsen-Anhalt** (gemäß Anerkennung 207-53502-2023-819 vom 05.07.2023, Anerkennung gültig bis 11.09.2024)
- **Hessen** (gemäß Anerkennung III7-55n-4145-1294-23-1147 vom 27.09.2023, gültig bis 06.04.2026)
- **Schleswig-Holstein** (gemäß Anerkennung WBG/B/31039 vom 04.01.2024, anerkannt ist der Zeitraum Montag-Freitag, gültig bis 12.04.2024).

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

<b>Thema</b>   Gewaltfreie Kommunikation – Tacheles reden, fair streiten, spürbare Klärung erleben	<b>Dozentin</b>   Bärbel Klein
<b>Ort</b>   Einbeck	<b>Termin</b>   08.04. – 12.04.2024

## Montag

13.00 – 14.30 Uhr	Eröffnung und Begrüßung der Seminarteilnehmenden Kennenlernen, Erwartungsabfrage, Vereinbarungen
14.30 – 16.00 Uhr	Einführung in die Thematik der Gewaltfreien Kommunikation Kommunikationsmodell von M. Rosenberg
16.30 – 18.00 Uhr	Konfliktmanagement: Umgang mit Konfliktsituationen am Arbeitsplatz
19.00 – 21.30 Uhr	Selbstwahrnehmung: Gefühle im Sinne der GfK; Fortführung des Programms vom Nachmittag Selbstwahrnehmung und Achtsamkeit in Kommunikationsprozessen

## Dienstag

09.00 – 12.30 Uhr	Wahrnehmungskompetenz für den Berufsalltag stärken: Bedürfnisse im Sinne der GfK Beobachtung im Sinne der GfK
14.30 – 18.00 Uhr	Kommunikation und Konfliktmanagement mit dem „Vier-Schritte Modell“ Selbstempathie, Selbstbehauptung (Ehrlichkeit) und Empathie

## Mittwoch

09.00 – 12.30 Uhr	Selbstbehauptung im Beruf stärken: Wie sag' ich's denn meinem Gegenüber?
14.30 – 18.00 Uhr	Empathie in der GfK zur Lösung von Konflikten am Arbeitsplatz

## Donnerstag

09.00 – 12.30 Uhr	Einsatz von Selbstempathie, Selbstbehauptung und Empathie im Berufsalltag
14.30 – 18.00 Uhr	Selbststeuerungskompetenz: Umgang mit Ärger und Wut in der (beruflichen) Kommunikation

## Freitag

08.00 – 11.30 Uhr	Reflexion und Integration des Erlernten in den (Berufs-)Alltag
11.30 – 13.15 Uhr	Zusammenfassung und Abschlussrunde

Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahmebescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten.

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 teilnehmendenorientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert.

### **Seminarziele:**

Das Sich-Mitteilen und das Zuhören mit der Aufmerksamkeit auf Gefühlen und Bedürfnissen entspannt jede belastende Situation mit Kolleg\*innen, im Team, mit Freunden. Selbstbehauptung und Empathie sind kein Widerspruch, sondern ergänzen sich und führen zu Klärung im Miteinander. Gewaltfreie Kommunikation lehrt, klar für sich einzustehen und in gleicher Weise dem Anderen empathisch zu begegnen. In diesem Training erlernen und üben Sie die Anwendung der Gewaltfreien Kommunikation in Bezug auf Selbstmanagement und Kompetenzweiterentwicklung. Sie erkennen und erweitern die Schulung eines achtsamen Umgangs mit sich selbst und Ihren Mitmenschen.

So können Handlungsstrategien weiterentwickelt werden, die die Bedürfnisse aller Beteiligten im Blick behalten.

Im Einzelnen werden folgende fachübergreifende Kompetenzen vermittelt:

- Sie erweitern Ihre Kommunikationskompetenz, indem Sie das Modell der Gewaltfreien Kommunikation auf berufliche Situationen anwenden und diese gezielter bearbeiten können.
- Sie können Konfliktsituationen im Berufsalltag konstruktiv lösen, da Sie sowohl Ihre Kommunikations- als auch Ihre Konfliktkompetenz und Ihre Empathiefähigkeit erweitert und gestärkt haben.
- Sie stärken Ihr Selbstmanagement und Ihre Stresskompetenz durch Achtsamkeits- und Meditationsübungen, die dazu führen, dass Sie herausfordernden Arbeitsbelastungen entspannter begegnen können.

**Zielgruppe:** Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, die die vermittelten Kompetenzen für ihre berufliche Tätigkeit benötigen und für ihr Berufsleben erweitern möchten. Das Seminar steht Ihnen auch offen, wenn Sie keinen Bildungsurlaub/Bildungszeit in Anspruch nehmen können oder wollen.

Für die Inanspruchnahme von Bildungsurlaub bzw. Bildungszeit gelten ggf. bundeslandspezifisch zusätzliche Einschränkungen. Diese finden Sie in der Arbeitgeber-Bescheinigung auf Seite 1 beim Anerkennungsbescheid des jeweiligen Bundeslandes.