

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 03.11.2024 – 08.11.2024 unter der Seminarnummer 802624 das Seminar „Selbst-Empowerment im Beruf“ 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**: 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. 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, 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 | Selbst-Empowerment im Beruf

Dozentin | Mila Krause

Ort | Borkum

Termin | 03.11. – 08.11.2024

Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

Montag:

Selbsterkenntnis

10:00 – 12:30 Uhr

Begrüßung und Vorstellungsrunde

Selbst – Beeinflussung: was wir von den Molekülen lernen können

Selbst – Wahrnehmung: wie bin ich?

Selbst – Fürsorge: was brauche ich?

Selbst – Profiling: meine Denk-/emotionale-/Verhaltenspräferenzen

14:00 – 18:00 Uhr

Selbst – Verständnis: wie ‚funktioniere‘ ich?

Selbst – Reflexion: die Säulen meiner Identität – wo stehe ich gerade, wo will ich hin?

Selbst – Einschätzung: welche Ressourcen und Talente habe ich?

Selbst – Steuerung: wie ‚programmiere‘ ich mich auf den Erfolg?

Fantasiereise zu meinen Stärken

Dienstag:

von Missklang zur Harmonie – erfolgreich kommunizieren

09:00 – 12:30 Uhr

Im Einklang, oder Rapport – das A und O einer nachhaltigen Beziehung

Was ist die richtige Melodie, oder zwei Ebenen der Kommunikation

Finde den richtigen Ton, oder der Einfluss von Metaprogrammen auf unsere Kommunikation

14:00 – 18:00 Uhr

Der Ton macht die Musik, oder der Umgang mit Konflikten

Dein Schlager auf Platz 1, oder Schlagfertigkeit

Missklang, oder Double Bind erkennen

Mittwoch:

Veränderungen nachhaltig steuern

09:00 – 12:30 Uhr

Selbst – Bewusstsein: die Voraussetzung für einen gelungenen persönlichen Veränderungsprozess

Visionen – und Zielearbeit

Strategiearbeit (T.O.T.E) und Zeitmanagement (Prioritäten setzen)

14:00 – 18:00 Uhr

Selbstcoaching – Technik: Veränderungsarbeit in 6 Schritten

Wachstumsbremsen: 3F's

Arbeit mit den Glaubenssätzen: The Work und innere Antreiber

Selbstcoaching – Technik für emotional belastende (Krisen-)situationen

Donnerstag:

Meister*in des Auftritts

09:00 – 12:30 Uhr

4 Ebenen des Auftritts

State Management

Elevator – Pitch

Selbstcoaching – Techniken für einen gelungenen Auftritt

14:00 – 18:00 Uhr

Kompetenzmodell

Auftritts – Reframing mit der Melodie des Erfolgs

Storytelling

Leistungsoptimierungstechniken

Rollenspiele

Freitag:

Integration und Praxistransfer

08:30 – 13:00 Uhr

Selbstcoaching - Technik: Ressourcenaktivierung

Selbst – Regulation mit Achtsamkeit

Praxistransfer und Abschlussrunde

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 Teilnahmebescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten.

Seminarziele: Selbstwirksamkeit, Potentialentfaltung, Konfliktkompetenz, Ressourcenkompetenz

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. Ziel ist es, für alle Inhalte und Methoden den Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu gewährleisten, damit die Teilnehmenden neue Handlungs- und Lösungsstrategien für den Umgang mit Konfliktsituationen und das Umsetzen neuer Impulse für ein motiviertes Arbeitsleben entwickeln!

Im Einzelnen:

- Selbstführungs-/Selbstwirksamkeitstechniken praktisch anwenden
- Analyse des eigenen Potentials, Stärken ausbauen und Schwächen ausgleichen
- Aufbau stabiler Netzwerke mit den richtigen Kommunikationstechniken
- Veränderungsprozesse aktiv gestalten
- Umgang mit kritischen Situationen erfolgreich meistern
- Nachhaltig und effizient Auftrittssituationen im Beruf gestalten
- „Selbst – Coaching“ für einen beruflichen Einsatz erlernen
- Den Zugang zu den eigenen Ressourcen aktivieren

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.