

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 22.02. - 27.02.2026 unter der Seminarnummer 802926 das Seminar „Fokussierte Selbstführung – Mit Klarheit und Mut durch berufliche Herausforderungen“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Zielgruppe, Lernziele, Programm) 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), in der aktuellen Form gültig seit 09.05.2024. Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 7 Satz 1 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 ggf. noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug bei beruflicher Weiterbildung) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit 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)
- 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. In den meisten Ländern gelten für die Anerkennung Fristen von 6-10 Wochen – bitte erkundigen Sie sich dazu bei uns.

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/der Teilnehmenden)

## SEMINARPROGRAMM

Thema: Fokussierte Selbstführung – Mit Klarheit und Mut durch berufliche Herausforderungen  
Ort: Kloster Springiersbach, Bengel  
Dozent: Andreas Neimcke  
Termin: 22.02. - 27.02.2026

<b><u>Sonntag</u></b>	Ankommen
<b><u>Montag</u></b>	
09.00 - 12.15 Uhr	Einführung in die Seminarthematik - Stärkung der Eigenverantwortung im Beruf
14.45 - 17.45 Uhr	Die Haltung einer fokussierten Selbstführung: Mut, Disziplin, Hingabe (Erweiterung der Selbstführungskompetenz)
17.50 - 18.15 Uhr	Achtsamkeitsübung zum Thema Selbstführung und Eigenverantwortung
<b><u>Dienstag</u></b>	
09.00 - 09.45 Uhr	Reflexion des vorherigen Tages, Integration in den Berufsalltag
09.50 - 12.15 Uhr	Zentrale Prinzipien der fokussierten Selbstführung im Berufsalltag: Präsenz im Moment, das Loslassen von Illusionen (Erweiterung der Selbstwirksamkeit)
14.45 - 17.45 Uhr	Zentrale Prinzipien der fokussierten Selbstführung im Berufsalltag: die Überwindung innerer Hindernisse (Erweiterung der Selbstwirksamkeit)
17.50 - 18.15 Uhr	Achtsamkeitsübung zum Thema Selbstführung
<b><u>Mittwoch</u></b>	
09.00 - 09.45 Uhr - 12.15 Uhr	Reflexion des vorherigen Tages, Integration in den Berufsalltag Sicherheit bei (beruflichen) Entscheidungen auch gegen äußeren Widerstände und in Drucksituationen (Stress): Arbeit mit inneren Saboteuren und Ängsten
14.45 - 17.45 Uhr	Stärkung von Flexibilität, Authentizität, Präsenz: Gestaltung eines authentischen und flexiblen Handelns aus einer echten Präsenz heraus (Erweiterung der Handlungskompetenz)
17.45 - 18.15 Uhr	Achtsamkeitsübung zum Thema Präsenz
19.40 - 20.25 Uhr	Achtsamkeitsübung: Mit Flexibilität auf die Herausforderungen reagieren
<b><u>Donnerstag</u></b>	
09.00 - 09.45 Uhr	Reflexion des vorherigen Tages, Integration in den Berufsalltag
09.50 - 12.15 Uhr	Mehrdimensionales Denken und Handeln in komplexen Berufssituationen (Erweiterung der Selbstwirksamkeit)
14.45 - 17.45 Uhr	Entwicklung einer wertschätzenden Kommunikation ohne Bewertungen und Urteile (Kommunikationskompetenz)
17.45 - 18.15 Uhr	Achtsamkeitsübung zum Thema Kommunikationskompetenz
<b><u>Freitag</u></b>	
07.55 - 09.00 Uhr	Reflexion des vorherigen Tages, Integration in den Berufsalltag
09.00 - 12.00 Uhr	Weitere Integration neuer Verhaltensweisen präsentieren, flexiblen und authentischen Handelns in den Berufsalltag
12.00 - 13.05 Uhr	Zusammenfassung des Seminars und Abschlussbesprechung

Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. Es finden täglich Auswertungen, Reflexionen und Transfers in den Berufsalltag statt. Dabei werden – je nach Bedarf der Teilnehmenden – 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 (z.B. Arbeitsleistung, Handlungsfähigkeit, Umgang mit Konflikten, Kommunikation im Team und zu Kunden) werden - situationsbezogen und teilnehmerorientiert ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmer - thematisiert.

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit des o.a. Programmes ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten. Es finden Meditationen außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt (Mo-Fr: vor dem Frühstück, Mo-Do: nach dem Abendessen). Es finden Aufenthalte in der Natur außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt.

**Seminarziele:** Die Teilnehmenden sollen neue Kompetenzen (Selbstführung, Eigenverantwortung, Sozialkompetenz, Emotionale Kompetenz, spirituelle Kompetenz, Konflikt- und Kommunikationskompetenz, flexible Reaktionsfähigkeit, Umsetzungskompetenz) für das Berufsleben entwickeln, um so die Arbeitsfähigkeit zu erhalten, die berufliche Mobilität zu erweitern und für die Herausforderungen der zukünftigen Arbeitswelt (Agilität, Zukunftsfähigkeit, Arbeitswelt 2030) vorbereitet zu sein.

**Zielgruppe:** Arbeitnehmer und Arbeitnehmerinnen, die die vermittelten Kompetenzen für ihre berufliche Tätigkeit benötigen und für ihr Berufsleben erweitern möchten. Die Beantragung eines Bildungsurlaubs / einer Bildungszeit ist keine Voraussetzung für Ihre Teilnahme, das Seminar steht Ihnen also auch offen, wenn Sie keinen Bildungsurlaub bzw. keine Bildungszeit in Anspruch nehmen.