

### Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 24.10. - 28.10.2022 unter der Seminarnummer 803022 das Seminar „Kraftvolles und flexibles Handeln im Berufsalltag“ 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

- **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 eine Einrichtungsanerkennung vor Az.: 48.06-7348).
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des 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 ggf. noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug) 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: Kraftvolles und flexibles Handeln im Berufsalltag  
Ort: Kloster Springiersbach  
Dozent: Andreas Neimcke  
Termin: 24.10. - 28.10.2022

## Montag

13.00 - 13.55 Uhr Begrüßung und Vorstellung Teilnehmenden  
Einführung in die Seminarthematik  
14.00 - 17.15 Uhr Umgang mit Stress, Zeitdruck und Belastungen durch kraftvolles und flexibles Handeln  
19.00 - 20.25 Uhr Einführung in die Meditation und Achtsamkeit

## Dienstag

09.00 - 09.45 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.50 - 12.15 Uhr Kraftvolles Handeln in beruflichen Prozessen (Umgang mit Krafräubern, Stärkung von Kraftspendern)  
15.00 - 17.40 Uhr Flexibles Handeln auch in schwierigen Situationen (Entscheidungsfindungen in beruflichen Situationen)  
17.45 - 18.15 Uhr Achtsamkeitsübung zum Thema kraftvolles Handeln  
19.45 - 21.30 Uhr Achtsamen Handelns auch in schwierigen (Berufs-)Situationen

## Mittwoch

09.00 - 09.45 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.50 - 12.15 Uhr Kraftvolle, klare und flexible Kommunikation auch im Umgang mit schwierigen Situationen und Konflikten  
15.00 - 17.40 Uhr Förderung von Verantwortung, Flexibilität und Kreativität auch in komplexen beruflichen Situationen  
17.45 - 18.15 Uhr Achtsamkeitsübung zum Thema flexibles Handeln

## Donnerstag

09.00 - 09.45 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.50 - 12.15 Uhr Steigerung der Effizienz durch Konzentration und Akzeptanz (auch in komplexen beruflichen Situationen)  
15.00 - 17.40 Uhr Umgang mit den Fünf Inneren Antreibern in schwierigen Situationen  
17.45 - 18.15 Uhr Achtsamkeitsübung zum Thema flexibles Handeln

## Freitag

08.15 - 09.15 Uhr Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag  
09.20 - 11.00 Uhr Motivation, Innovation und Engagement im beruflichen Alltag durch kraftvolles und flexibles Handeln  
11.10 - 12.30 Uhr Möglichkeiten der Integration: Wie greife ich gerade in gewohnten Situationen auf das neu Erfahrene und Gelernte zurück  
12.30 - 13.00 Uhr Zusammenfassung, Organisatorisches und Abschlussrunde

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 Teilnehmerinnen und Teilnehmer 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 Teilnehmerinnen und 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 und Aufenthalte in der Natur außerhalb der gesetzlich vorgeschriebenen 30 Zeitstunden statt:

**Seminarziele:** Die Teilnehmenden sollen neue Kompetenzen (Selbst- und Sozialkompetenz, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Konflikt- und Kommunikationskompetenz, Teamkompetenz, Begleitung von Klienten u.ä.) 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.

Im Einzelnen: Umgang mit Krafräubern und Stärkung von Kraftspendern, Erledigung der Arbeit mit Konzentration und Akzeptanz, so dass diese mit mehr Kraft, Flexibilität und Effizienz geschieht, Integration von Flexibilität, Verantwortung, Motivation, Innovation, Kreativität, Entscheidungsfindung und Engagement, achtsame Kommunikation (auch in Konflikten)

**Zielgruppe:** Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, aus den Bereichen Kirche, Wohlfahrt (z.B. Caritas), Pädagogik, spirituelle Begleiter, Selbstständige und für Arbeitnehmer/-innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen. Menschen, die neugierig sind, wie sich Spiritualität und Achtsamkeit im Arbeitsleben integrieren lässt.