BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. I Donrather Str. 44 I 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10 I Fax.: 02246/302999-19 I evinfo@liw.de I www.liw-ev.de

Ich. Im Spiel –
Gestaltungskraft erleben – Veränderung beginnt im eigenen Tun.

Bildungsurlaub / Bildungszeit

In diesem Bildungsurlaub rücken wir die eigene Gestaltungskraft in den Mittelpunkt – und wie sie sich in Zeiten von Veränderung entwickeln lässt. Während viele Veränderungsprozesse im Außen starten, setzen wir hier im Inneren an: bei Haltung, Wahrnehmung, Reaktion und der Fähigkeit, sich selbst durch Übergänge zu führen. Mit theaterpädagogischen Methoden und systemischem Coaching werden Veränderungsdynamiken nicht abstrakt besprochen, sondern unmittelbar erfahren.
Die Teilnehmenden erkunden, wie sie mit Unsicherheit, Rollenwechseln und neuen Anforderungen beweglicher umgehen können. Im Zusammenspiel aus Spiel, körperbasierten Übungen und gezielter Reflexion wird sichtbar: Veränderung gelingt nicht durch Druck oder reine Willenskraft, sondern durch innere Orientierung, Klarheit und die Fähigkeit, zwischen Impuls und Handlung bewusst zu wählen.
Szenische Übungen und improvisatorische Settings eröffnen einen direkten Zugang zu den eigenen Ressourcen. Man erlebt, wie Haltung Kommunikation formt, wie Präsenz Entscheidungen erleichtert und wie innere Stabilität entsteht, wenn man sich selbst besser versteht. Theatermethoden wirken hier als Erfahrungsraum – sie machen sichtbar, was im Alltag oft übersehen wird: das Wechselspiel von eigenen Mustern, äußeren Erwartungen und individuellen Möglichkeiten.
Als systemischer Coach und Theaterregisseur ist es mir wichtig, Menschen nicht durch Methoden „anzupassen“, sondern ihnen Werkzeuge zu geben, mit denen sie sich in Veränderungsprozessen kraftvoller und sicherer bewegen können. Persönlichkeitsentwicklung bedeutet für mich, Räume zu schaffen, in denen Mut wächst, Selbstführung erfahrbar wird und neue Handlungsoptionen entstehen.
Die Verbindung aus szenischem Arbeiten, Coaching und körperlicher Präsenz schafft Impulse, die weit über den Bildungsurlaub hinauswirken. Sie stärken die Fähigkeit, Wandel nicht nur auszuhalten, sondern aktiv mitzugestalten – im Beruf wie im Leben. Dieser Bildungsurlaub lädt ein, innere Beweglichkeit zu entwickeln, neue Perspektiven einzunehmen und die eigene Veränderung bewusst in die Hand zu nehmen.

Vorkenntnisse

Das Seminar richtet sich sowohl an TeilnehmerInnen mit als auch an Teilnehmer ohne Vorerfahrungen in Spiel und Persönlichkeitsentwicklung/Theatermethoden

Seminarnummer:	**805227**
Termin:	**06.12. – 10.12.2027**
Seminardauer:	Mo, 13.30 Uhr – Fr, 13:00 Uhr
Ort:	Kloster Steinfeld, Kall
Preise:	865,00 € inkl. Ü/VP im EZ
	1.065,00 € für Einrichtungen/Firmen
Dozent:	Uwe John

Uwe John ist systemischer Coach, Theaterregisseur und Theaterpädagoge. Seit vielen Jahren verbindet er künstlerische Arbeit mit persönlicher Entwicklung und vermittelt praxisnahe Methoden aus Theater, Coaching und Bewegung, die unmittelbar im Berufsalltag wirksam werden. Sein Anliegen ist es, Menschen Räume zu eröffnen, in denen sie ihre eigene Präsenz, Haltung und Handlungsfähigkeit entdecken und stärken können – spielerisch, klar und immer mit Blick auf echte Erfahrung statt bloßer Theorie.

Minimale Teilnehmendenzahl: 10
Maximale Teilnehmendenzahl: 16

Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung. Die Anreise ist nicht im Preis inbegriffen.



Der Dozent
Uwe John

Seminarinhalte

- Theaterpädagogische und systemische Methoden zur Stärkung von Präsenz, Ausdruck und innerer Klarheit
- Körperwahrnehmung und Haltung: Wirkung spürbar machen und bewusst einsetzen.
- Improvisations- und Szenenarbeit zur Erweiterung des Handlungsspielraums und zum Umgang mit Unsicherheit
- Standbilder, kurze Spielszenen und Rollenimpulse zur Reflexion von Kommunikation, Mutmomenten und eigener Wirksamkeit
- Talmi-inspirierte Bewegungsfolgen für Stressabbau, Ruhe und innere Balance
- Reflexion und Journaling zur Integration des Erlebten und zur Entwicklung einer stimmigen persönlichen Haltung
- Transfer in den Arbeitsalltag: klare Kommunikation, Umgang mit Druck, Teamdynamiken und Präsenz
- Erstellung einer persönlichen Roadmap für nachhaltige Veränderung

Seminarziele / Ihr Nutzen

- Vermittlung, Anleitung und Reflexion theaterpädagogischer und systemischer Methoden zur direkten Anwendung im beruflichen Umfeld (besonders geeignet für Mitarbeitende in pädagogischen, sozialen, beratenden, gesundheitsfördernden und führenden Positionen)
- Sicherer Transfer in konkrete Arbeitssituationen: Kommunikation, Teamdynamiken, Umgang mit Druck und persönliche Präsenz
- Im Einzelnen: Verbesserung von Selbstwahrnehmung, Wirkung und innerer Orientierung; bewusster Umgang mit Haltung, Fokus und Körpersprache; Erweiterung des eigenen Handlungsspielraums im Umgang mit Stress, Unsicherheit und Konflikten; Förderung von Klarheit, Mut und eigenständigem Entscheiden; Erkennen innerer Muster und deren Veränderbarkeit; Stärkung der kommunikativen und emotionalen Kompetenz; Entwicklung nachhaltiger Routinen zur Selbstregulation; Gewinn eines praxistauglichen Repertoires an Übungen für Beruf und Alltag.



Seminarzeiten

Das Seminar beginnt um 12:30 mit einem gemeinsamen Mittagessen. Das Seminar endet am Freitag nach dem Mittagessen um 13.30 Uhr.



Übernachtung/Verpflegung

Umgeben vom Grün der Nordeifel erheben sich hinter dem weit geöffneten, schmiedeeisernen Tor der Klosterpforte die beiden weißen Türme der Basilika Steinfeld. Die geschichtlichen Anfänge des Klosters Steinfeld reichen mehr als 1000 Jahre zurück, die Anlage gilt als eines der besterhaltenen klösterlichen Baudenkmäler des Rheinlandes.

Übernachtung: Das Salvatorianerkloster Steinfeld (http://www.kloster-steinfeld.de) verfügt auf dem Klostergelände über ein eigenes einfaches Tagungshaus. Dort findet auch das Seminar statt.

Das **Haus St. Benedikt** ist die ehemalige Benediktinerinnenabtei Maria Heimsuchung und verfügt über 32 Einzelzimmer (mit eigener Dusche/WC) im klösterlichen Stil.

Verpflegung: Sie erhalten Frühstück, Mittagessen und Abendessen.

Anreise: **Kloster Steinfeld** ist mit dem Auto (ca. eine Stunde ab Köln) und mit der Bahn (bis zum Bahnhof Kall, dann mit dem AST-Taxi bis zum Kloster) erreichbar. Bitte nutzen Sie unseren **Fahrgemeinschaft-Service.**

Bildungsurlaub / Bildungszeit

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern als Bildungsurlaub/ Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig. Bitte beachten Sie dazu unsere „Mitteilung für den Arbeitgeber“. Zur Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub bei Ihrem Arbeitgeber reichen Sie die “Mitteilung für den Arbeitgeber” ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.

Sicherheit / Sonstiges

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns gegen Schäden an Dritte.

Weitere Informationen zum Seminar, Fahrgemeinschaftsliste, etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung.