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

Bühne frei für dich –
Ein Bildungsurlaub zwischen Spiel, Präsenz und persönlicher Haltung

Bildungsurlaub / Bildungszeit

In diesem Bildungsurlaub verbinden wir theaterpädagogische Methoden mit systemischem Coaching, um persönliche Entwicklung nicht nur zu verstehen, sondern unmittelbar zu erleben. Die Teilnehmenden spüren, wie sich innere Haltung, Klarheit und Präsenz nicht allein im Kopf formen – sondern im Körper, im Kontakt und im Handeln.
Im sicheren Rahmen aus Spiel, Bewegung und Reflexion entstehen neue Perspektiven auf sich selbst und den eigenen beruflichen Alltag. Durch szenische Übungen, kleine Improvisationen und körperbasierte Coaching-Impulse wird sichtbar, wie Stress abnimmt, Entscheidungsfähigkeit wächst und innere Stabilität entsteht.
Theatermethoden eröffnen einen überraschend direkten Zugang zu Selbstwahrnehmung, Ausdruck und eigener Wirksamkeit. Sie machen Entwicklungsprozesse konkret und erfahrbar: über Spiel, Resonanz, Haltung – und damit über das, was Menschen auch im Arbeitsleben wirklich stärkt.
Als systemischer Coach und Theaterregisseur ist es mir ein Anliegen, Menschen nicht „zurechtzubiegen“, sondern sie zu unterstützen, ihre eigene innere Führung zu entdecken. Persönlichkeitsentwicklung heißt für mich: Räume schaffen, in denen man mutiger wird, klarer kommuniziert und sich in herausfordernden Situationen besser orientieren kann.
Die Verbindung von szenischem Arbeiten, Coaching und körperlicher Präsenz schafft Impulse, die tief wirken und im Berufsalltag sofort spürbar sind: im Umgang mit Stress, in der Teamkommunikation, in Konflikten – und in der eigenen Haltung. Dieser Bildungsurlaub lädt ein, Neues auszuprobieren, Sicherheit zu gewinnen und die eigene Entwicklung 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:	**805327**
Termin:	**14.11. – 19.11.2027**
Seminardauer:	Sonntag 18.00 Uhr – Freitag 13.30 Uhr
Ort:	Haus Meeresstern, Wangerooge
Preise:	995,00 € inkl. Ü/VP im DZ
	1.195,00 € für Einrichtungen/
	Firmen
	EZ-Zuschlag 145,00 € insgesamt
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

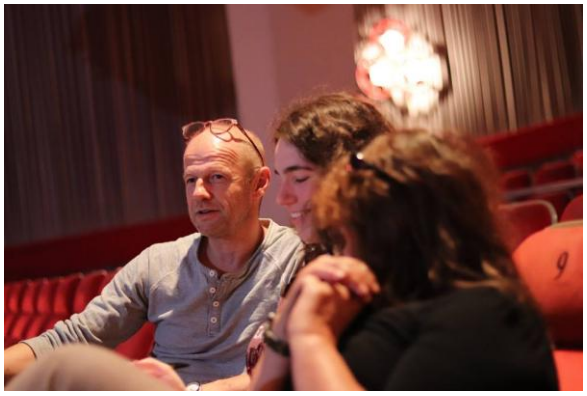
Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Verpflegung, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung. Die Anreise ist nicht im Preis inbegriffen.



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 18:00 mit einem gemeinsamen Abendessen. Das Seminar endet am Freitag nach dem Mittagessen um 13.30 Uhr.

Übernachtung/Verpflegung

Im Rahmen des Seminars übernachten Sie im traditionsreichen Haus Meerestern auf der Nordseeinsel Wangerooge. Das Strandhotel und Seminarhaus erwartet Sie vollständig saniert in den Dünen der Insel direkt am Meer. Die wunderschöne Umgebung verspricht Ruhe und Entspannung. Außerhalb der Seminarzeiten können Sie das Wellnessangebot des Hotels in Anspruch nehmen und bei einer Massage oder in der Sauna die Seele baumeln lassen.

Untergebracht sind Sie in Einzel- oder Doppelzimmern mit eigener Dusche und WC. Sie werden vor Ort in Vollpension verpflegt.



Anreise

Wangerooge ist gut und schnell mit der Fähre ab Harlesiel zu erreichen. Die Dauer der Überfahrt ist von der gebuchten Fähre abhängig. Vom Fähranleger Wangerooge fahren Sie mit der Inselbahn bis zum Bahnhof. Von dort aus erreichen Sie das Strandhotel fußläufig in ca. 10 Minuten.

Bitte beachten Sie, dass die Fährzeiten tide- und gezeitenabhängig sind und daher unregelmäßig sein können.

Harlesiel können Sie mit den öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichen. Sollten Sie mit dem Auto anreisen, können Sie den Wagen am Hafen auf einem Parkplatz abstellen. Es empfiehlt sich Parkplätze zu reservieren (Tel. 04464 / 3 55).

Sonstiges

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer **Reise-Rücktrittsversicherung**.

Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten.

Bildungsurlaub / Bildungszeit

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