

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 26.07. - 31.07.2026 unter der Seminarnummer 807826 das Seminar „Humor und Improvisation – Mit Kreativität, Leichtigkeit und Gelassenheit durch den Berufsalltag“ 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**: 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 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](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, 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/der Teilnehmenden)

# SEMINARPROGRAMM

Thema: Humor und Improvisation – Mit Kreativität, Leichtigkeit und Gelassenheit durch den Berufsalltag

Ort: Bernried

Dozent: Andreas Neimcke

Termin: 26.07. - 31.07.2026

## Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Abendessen

## Montag

09.00 - 12.00 Uhr

Kennenlernen und thematische Einführung - Improvisation im Berufsalltag – was hat das mit mir zu tun? - Erste spielerische Improvisationsübungen: Spontanität & Vertrauen

14.30 - 18.00 Uhr

Improvisationstechniken für den Berufsalltag - Flexibilität und Reaktionsschnelligkeit in Kommunikation und Meetings - Körpersprache, Stimme und Ausdruck spielerisch stärken  
Humorvolle Präsenz und Gelassenheit in anspruchsvollen Situationen

## Dienstag

09.00 - 09.45 Uhr

Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag

09.50 - 12.00 Uhr

Humor als Ressource für berufliche Situationen - Humor und Perspektivwechsel im Umgang mit Stress - Selbst- und Fremdwahrnehmung

14.30 - 18.00 Uhr

Improvisationstechniken für den Berufsalltag - Flexibilität und Reaktionsschnelligkeit in herausfordernden Situationen - Akzeptanz, Fehlerfreundlichkeit und Präsenz im beruflichen Miteinander - Perspektivwechsel mit Leichtigkeit

## Mittwoch

09.00 - 09.45 Uhr

Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag

09.50 - 12.00 Uhr

Fehlerfreundlichkeit und Resilienz – Fehlerkultur in beruflichen Prozessen  
Scheitern erlaubt: Vom Fehler zur Ressource - Humorvoller Umgang mit kritischen Situationen

14.30 - 18.00 Uhr

Kooperationsfähigkeit im Team - Vertrauen und Zusammenspiel stärken  
Gemeinsames Improvisieren als Teamentwicklung  
Lächeln als Haltung – auch bei Gegenwind

## Donnerstag

09.00 - 09.45 Uhr

Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag

09.50 - 12.00 Uhr

Spontane Kreativität im Berufsleben

Wie kreative Impulse entstehen – und wie wir sie fördern

14.30 - 18.00 Uhr

Der eigene Auftritt – souverän, authentisch, humorvoll - Präsent sein, ohne perfekt zu Sein - Improvisation in Gesprächen, Präsentationen, Konflikten  
Improvisierte Präsenz und Authentizität

## Freitag

07.55 - 09.00 Uhr

Reflexion des vorherigen Tages, Möglichkeiten der Integration in den Berufsalltag

09.00 - 12.15 Uhr

Integration und Transfer: Humor und Improvisation als Werkzeuge im beruflichen Alltag  
Persönliche Strategien für mehr Leichtigkeit und Kreativität

Ausblick: Dranbleiben – auch nach dem Seminar

12.15 - 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 dem Seminar 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 Teilnehmenden - 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 und Nutzen:**

- Mehr Gelassenheit und Stresskompetenz, um im Berufsalltag auch in belastenden Situationen ruhig, souverän und lösungsorientiert zu bleiben.
- Gesteigerte Spontanität und Flexibilität, mit unerwarteten (beruflichen) Situationen kreativer und sicherer umgehen zu können.
- Stärkung von Präsenz, Selbstbewusstsein und Ausdruckskraft im beruflichen Kontext.
- Verbesserung der - authentische, humorvolle – Kommunikationsfähigkeit, um Missverständnisse zu reduzieren und Teamprozesse zu unterstützen.
- Konstruktiver Umgang mit Fehlern und Konflikten: Durch spielerische Übungen lernen Sie, Fehler als Chancen zu begreifen und mit mehr Leichtigkeit auf Herausforderungen zu reagieren.
- Förderung von Teamfähigkeit und Kooperation: Gemeinsames Improvisieren stärkt das Vertrauen, das Miteinander und die Fähigkeit, im Team spontan und lösungsorientiert zu agieren.
- Mehr Freude, Leichtigkeit und Kreativität im Berufsleben: Sie bringen neue Perspektiven, Humor und spielerische Elemente in Ihre beruflichen Routinen – für mehr Motivation und Zufriedenheit im Job.

**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.