

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 11.01. - 16.01.2026 unter der Seminarnummer 813626 das Seminar „Mit Überzeugung und Souveränität auf der Bühne meines BerufsLEBENS handeln“ durch.

Ich

wohnhaft in

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Angaben zur Bildungsveranstaltung (Lerninhalte, Lernziele, zeitlicher Ablauf) 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). Das Lohmarer Institut für Weiterbildung ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2 - 21 - 8 - 1588/82).
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (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. Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61)
- **Thüringen** (gemäß Anerkennung 23-0342-2706 vom 10.12.2019; anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag)
- **Hamburg** (gemäß Anerkennung HI 43-1/406-07.5, 61353 vom 08.08.2023, anerkannt ist der Zeitraum Mo-Fr, Anerkennung gültig bis 07.08.2026)
- **Niedersachsen** (gemäß VA-Nr.: B26-134347-80 vom 07.07.2025, anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 31.12.2028).
- **Bremen** (gemäß Anerkennung 23-14 2025/628 vom 18.08.2025, gültig bis 16.11.2027)

Eine Anerkennung des Seminars in weiteren Bundesländern ist möglich, meistens gelten dafür Fristen von 10-12 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 Teilnehmers)

SEMINARPROGRAMM

Thema: Mit Überzeugung und Souveränität auf der Bühne meines BerufsLEBENS handeln Ort: Norderney

Dozentin: Anne Braucks

Termin: 11.01. - 16.01.2026

Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Abendessen, Begrüßung, erstes Kennenlernen

Montag

09.00 - 10.30 Uhr

Einführung „**Impro & NonVerbales**“

(Reflexivität zur Selbstwahrnehmung auf nonverbaler Ebene)

10.45 - 12.30 Uhr

Gestik, Mimik, Körpersprache – Was tue ich und wie wirke ich?

(Steigerung derb Eigen-/Fremdwahrnehmung, Ausdrucksfähigkeit)

15.00 - 18.00 Uhr

Improvisationen zum Thema „NonVerbales in der Kommunikation“

(Souveränität in der Körpersprache, Flexibilität, Improvisationsfähigkeit)

19.00 – 20.15 Uhr

Sicherer Auftritt und Ausdrucksfähigkeit in fremden Räumen

(Stresstoleranz, Flexibilität, Selbststeuerungskompetenz)

Dienstag

09.00 - 10.00 Uhr

Einführung „**Impro & Stimmlicher Ausdruck**“ (Reflexivität auf stimmlicher Ebene)

10.15 - 12.30 Uhr

Die Stimme, Träger meiner Botschaft- Teil I: Stimmkraft, Resonanz

(Ausdrucksfähigkeit und Selbstwirksamkeit auf stimmlicher Ebene)

15.00 - 16.15 Uhr

Die Stimme, Träger meiner Botschaft- Teil II: Stimmlicher Ausdruck, Meta-

Botschaften (Ausdrucksfähigkeit und Souveränität in der Stimme)

16.30 - 18.00 Uhr

„Stimme und Sprachgestaltung“ & Präsentationstraining

(Umsetzungskompetenz, Selbstvertrauen, Souveränität im Auftritt)

19.00 – 20.15 Uhr

Fortsetzung: Präsentationstraining

Mittwoch

09.00 - 10.00 Uhr

Einführung „**Authentizität & Achtsamkeit in Sprache**“

10.15 - 12.30 Uhr

Was macht mich authentisch & wieviel Authentizität kann ich mir erlauben?

(Reflexivität, Flexibilität und Selbststeuerungsfähigkeit)

15.00 - 16.00 Uhr

Achtsame Sprache für ressourcenreiche Kommunikation

(Ausdrucksfähigkeit, Souveränität und Zielorientiertheit auf sprachlicher Ebene)

16.15 - 18.00 Uhr

Kommunikation in herausfordernden Situationen I

(Flexibilität und Selbststeuerung in der Kommunikation)

Donnerstag

09.00 – 09.30 Uhr

Einführung „**Die innere Haltung & Werte**“

09.30 - 10.00 Uhr

Impro & die innere Haltung (Flexibilität, Improvisationsfähigkeit)

10.15 - 12.30 Uhr

Stärkung der inneren Haltung I – Innere Strukturierung vor Gesprächen

(Selbststeuerungsfähigkeit, Selbstmotivation, Zielstrebigkeit, Handlungskompetenz)

15.00 - 16.30 Uhr

Stärkung der inneren Haltung II – Werte als Motor

(Selbststeuerungsfähigkeit, Selbstmanagement, Intrinsische Motivation)

16.45 - 18.00 Uhr

Kommunikation in herausfordernden Situationen II

(Selbststeuerungsfähigkeit, Stresstoleranz, kreative Lösungskompetenz)

19.00 - 20.30 Uhr

Optional: Impro-Session (Flexibilität, Improvisationsfähigkeit)

Freitag

08.00 - 11.00 Uhr

Auch unter Hochspannung stimmig & souverän bleiben

(Souveränität, Stresstoleranz, Selbstvertrauen)

11.15 - 13.15 Uhr

Methoden-Rucksack packen & Gesamtreflexion und -transfer, Schlussrunde

(Bewusstmachung der Methodenkompetenz)

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 Teilnehmer – Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Vorträgen und Übungen in Einzel-, Klein- oder Großgruppenarbeit in den konkreten Berufsalltag der Teilnehmer übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag (z.B. Arbeitsleistung, Handlungsfähigkeit, Präsenz, 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.

Seminarziele: Die Seminarinhalte und Methoden stehen sämtlich im beruflichen Kontext. Ziel ist es, die Seminarinhalte und Methoden in konkrete Arbeitssituationen zu übertragen, damit jede/r Teilnehmer/in überzeugend und souverän im Berufsleben handeln und auftreten kann. In diesem Rahmen sind die Seminarziele im Einzelnen:

- Steigerung der Präsenz
- Entwicklung des Bewusstseins für die eigene Gestik, Mimik und Körpersprache
- Erweiterung der stimmlichen Ausdrucksmöglichkeiten
- Souveränität in Stimme & Körpersprache
- Flexibilität in der Kommunikation
- Gewinnen einer klaren inneren Haltung vor Gesprächen
- Formulieren von persönlichen Werten als Motor für das eigene Handeln
- Entdeckung einer humorvollen Leichtigkeit im Tun

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.