



BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.

Donrather Str. 44, 53797 Lohmar

Tel.: 02246/302999-10, Fax.: 02246/302999-19

E-Mail: evinfo@liw.de

Internet: <http://www.liw-ev.de>

Mehr Impulse für Ihre Handlungskompetenz Teil 2

Selbstwirksamkeit – stark im Berufsalltag agieren und im Leben stehen

Bildungsurlaub

Stark, selbstbewusst, zielorientiert, flexibel im Denken und Handeln... Sind das Handlungskompetenzen, die Sie gerne nicht nur im Berufsleben ausleben möchten? Individualität, Neugier, Empathie, Selbstsicherheit, Humor, Kreativität und das Werteverständnis... sind weitere Elemente, die als Ganzes das Wesen eines Menschen bilden.

Im Berufsleben werden wir überwiegend nach unseren Fachkenntnissen bewertet, jedoch reichen diese allein oft nicht aus, um einen erfolgreichen und erfüllten Arbeitsalltag zu gestalten. Hier sind unsere Soft Skills gefragt. Fähigkeiten wie Überzeugungskraft, Zielklarheit, gelungene Kommunikation, persönliche Ausstrahlung, Menschenkenntnis und Handlungsstrategien sind mindestens ebenso wichtige Kompetenzen, die die Persönlichkeit erweitern und den Erfolg im Beruf ausmachen.

Auch der wertschätzende Umgang mit einschränkenden Glaubenssätzen, Schatten und Blockaden gehört dazu. Wenn wir uns unserer Ressourcen und Blockaden bewusst sind, diesen wohlwollend begegnen, und sie in Bezug zueinander bringen, entstehen Synergien, die bereichern und uns wachsen lassen. Ein Wachstum, dass neue berufliche Perspektiven eröffnet und persönliche wie berufliche Entwicklung gemäß unseren Zielen möglich macht. Wir gewinnen Wahlmöglichkeiten, die mehr Handlungskompetenz schaffen und so Selbstsicherheit und Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärken.

Sie lernen Ihre eigenen Ressourcen besser zu nutzen und Ihre Stärken gezielt auszubauen. Denn wenn wir uns selbst gut kennen, unserer selbst klar bewusst sind, das eigene Potenzial einsetzen und emphatisch mit anderen Menschen kommunizieren, bahnen wir so den Weg für beruflichen Erfolg und erfüllte Beziehungen.

Teilnahmevoraussetzungen

Das Seminar erweitert und vertieft die Inhalte des Seminars „Neue Impulse für Ihre Handlungskompetenz“, wobei Sie es auch buchen können, ohne das andere zuvor besucht zu haben.

Seminar Nr.:	816623
Termin:	26.06. – 30.06.2023 Beginn ca. 12 Uhr mit dem Mittag – essen) Ende: Freitag, 13.00 Uhr
Ort:	Seminarhotel Kunze-Hof, Stadland-Seeferd
Preise:	815,- € (Ü/VP) für Einzelpersonen EZ-Zuschlag: 100 € insgesamt 915,- € für Einrichtungen/Firmen
Dozentin:	Anja Lindau
Anja Lindau, Jahrgang 1960, Studium der Kommunikation, Kauffrau und 30-jährige Erfahrung als selbständige Unternehmerin. Heute ist sie Inhaberin eines Institutes für Persönlichkeitsentwicklung in Berlin und arbeitet als Lehrtrainerin, Trainerin, Dozentin, Coach und Therapeutin (HP Psych). Wichtig ist ihr die ausgewogene Ganzheitlichkeit des Menschen – die Brücke von der mentalen und seelischen Kraft und Klarheit verbunden mit der körperlichen Gesundheit.	
TeilnehmerInnenzahl:	8 - 16
Leistungen:	Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherung



Anja

Lindau

Seminarinhalte

- Bestandsaufnahme – wo stehe ich heute im Berufsleben, wie ist mein Selbstbild, wie das Fremdbild, mein Rollenverständnis, was charakterisiert meinen Typ;
- die eigenen Ressourcen tiefer erkunden – Fähigkeiten, Vorlieben, Kompetenzen aktivieren und nutzbar machen für mehr Handlungsspielraum im Beruf; Ressourcen für das Arbeitsumfeld identifizieren;
- Selbstwirksamkeit und Selbstmotivation im Arbeitsleben – wie setze ich meine Werte zielgerichtet um, was sind meine Antreiber, bin ich eher ein Denker oder Macher, intro- oder extravertiert;
- Arbeitsstress – Stressoren erkennen, wie Stress entsteht, wir ihm begegnen und ihn abbauen können; praktische Übungen, Test: Stresslevel-Analyse;
- Lösungsfokussierte Kommunikation – eine Methode, die Ressourcen aufdeckt und den klaren Weg zum Ziel bahnt;
- Kommunikationskompetenz – die Macht der Sprache und die Kunst zu sprechen; so kommt meine Botschaft bei Kollegen, im Team, an: Wortwahl, Mimik, Gestik, Körperhaltung in Aktion;
- Selbststeuerung: wie gehe ich mit Schwierigkeiten am Arbeitsplatz um – innere Blockaden lösen; den Schatten die Kraft nehmen, belastende Glaubenssätze loslassen, sie wandeln und neue, stärkende Sichtweisen etablieren;
- mehr Wahlmöglichkeiten im Verhalten schaffen;
- Selbststeuerung: Selbsthypnose und Entspannungszustände zur Erhaltung der Arbeitsfähigkeit – in der Ruhe liegt die Kraft; innere Harmonie fördert die kreative Lösungsfindung und lässt neue Sichtweisen tiefer wurzeln und Wachstum entstehen;
- Zielarbeit – Visionen und Strategien erarbeiten und optimieren, sie in das Berufsleben projizieren;
- Umsetzungskompetenz im Beruf stärken: den beruflichen und persönlichen Lebensplan weiter ausbauen und umsetzen, Integration.

Methoden

- NLP, Hypnose und Entspannungstechniken, Achtsamkeitsübungen, Schattenarbeit, Kommunikation, Stressprävention
- Einzel- und Gruppenarbeit;
- Selbsterfahrung – gemeinsam und von anderen lernen;
- Teamfähigkeit erfahren, jeder lebt seine individuelle einzigartige Rolle.

In diesem Seminar sind viele praktische Übungen mit Elementen aus dem NLP (Neuro Linguistischen Programmieren), Achtsamkeit, Stressbewältigung und mentaler Arbeit kombiniert. Schrittweise erarbeiten Sie sich die Fertigkeiten, hin zu mehr Klarheit und Stärke für Ihren Berufsalltag. Mit dieser Ausrichtung sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt und Sie gehen gestärkt Ihren Weg...

Übernachtung/Verpflegung

Sie sind untergebracht in dem Seminarhotel Kunze-Hof, das in traumhafter Umgebung in der Nähe des Jade-Busen gelegen ist. Zur Entspannung können Sie die hauseigene Sauna nutzen und sich im eleganten Ruheraum oder dem kleinen See erholen. Sie werden mit Vollpension verpflegt. Das Mittagessen besteht aus vollwertigen, frisch-gekochten 3-Gänge-Menues, wahlweise mit Fleisch oder vegetarischem Hauptgericht. Für das Abendessen wird zu Brot und Auflage eine nette kalte oder warme Kleinigkeit gereicht.

Alle Zimmer sind mit eigenem Bad ausgestattet. Sie können zwischen Einzel- und Doppelzimmern wählen. Der EZ-Zuschlag beträgt 25 € pro Tag.

Kontakt zum Haus:

Seminarhotel Kunze-Hof
Deichstraße 16-18
26937 Stadland-Seefeld
Tel. 04734 928-0
Kunze-Hof@t-online.de
www.Kunze-Hof.de

Anreise mit dem Zug

- Nach Nordenham, dann mit dem Taxi ca. 20 Minuten
 - Nach Rodenkirchen, dann mit dem Taxi ca. 15 Minuten
- Günstige Zugverbindungen finden Sie ab 6 Monate vor Reisebeginn unter www.bahn.de.

Anreise mit dem Auto

Aus Richtung Oldenburg:

BAB Richtung Varel. In Varel Abfahrt Richtung Nordenham. In Diekmannshausen Richtung Küstenbader. Auf der Bäderstraße nach ca. 10 km, zweite Abfahrt Seefeld.

Aus Richtung Bremen:

Durch den Wesertunnel Richtung Autobahn Wilhelmshaven. Nach ca. 11km kommt der Ort Schwei, dort rechts Richtung Seefeld. Hinter dem Ortsschild Seefeld die erste Straße links. Nach 800 erreichen Sie den Kunze-Hof.
Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaftsservice.

Sonstiges

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn.

Wir empfehlen den Abschluss einer **Reise-Rücktrittsversicherung**.

Sicherheit: Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten. Das Seminar ist über eine Reisepreis-Versicherung abgesichert

Bildungsurlaub

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**“. Wenn Sie aus **Hessen** kommen, kann der Arbeitgeber ein Programm einfordern, in dem 20 % gesellschaftspolitischer Anteil ausgewiesen sind. Auf Anfrage lassen wir Ihnen diese Programm zukommen. 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.

Förderungsmöglichkeiten

Verschiedene Bundesländer sowie der Bund übernehmen unter bestimmten Bedingungen einen Teil der Weiterbildungskosten. Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie unter <http://liw-ev.de> (Berufliche Kompetenz). Wir beraten Sie gerne.