

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 20.11. – 25.11.2022 unter der Seminarnummer 816822 das Seminar „Focusing-Kompetenztraining für Fortgeschrittene – Handlungs- und entscheidungsstark im beschleunigten Arbeitsalltag mit 8 Schlüsseln“ durch.

Ich .....

wohnhaft in .....

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

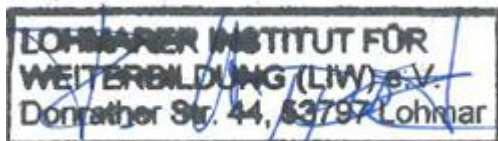
Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt in

- **Hessen** (gemäß § 11, Abs. 4 HBUG, bitte fordern Sie bei uns ein Programm an, das den Vorgaben des Landes Hessen entspricht).
- **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 e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW 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.
- Für **Hamburg** gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HBUG 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 HBUG).

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 Teilnehmers)

# SEMINARPROGRAMM

<b>Thema</b>   Focusing-Kompetenztraining für Fortgeschrittene	<b>Dozentin</b>   Ulrike Pilz-Kusch
<b>Ort</b>   Baltrum	<b>Termin</b>   20.11. – 25.11.2022

## Sonntagabend

Anreise, Zimmerverteilung, Begrüßung, Abendessen, erstes Kennenlernen

## Montag

09.00 - 12.30 Uhr

Theoretische und praktische Auffrischung und Vertiefung

15.00 - 18.30 Uhr

Erfahrungsaustausch der 8 Focusing-Schlüsselwerkzeuge für den Beruf  
Ressourcenorientierte Standortbestimmung und Erfahrungsaustausch zur  
erfolgreichen Anwendung am Arbeitsplatz

19.30 - 20.30 Uhr

Ressourcenorientierte Standortbestimmung II: eigene Kompetenzen  
Stärkung der Konzentration und Selbstregulationskompetenz an konkreten  
Beispielen aus dem Berufsalltag der Teilnehmenden  
mit Focusing ungenutzte Ressourcen aktivieren und effektiver arbeiten mit  
Sekunden-Techniken zum Stressabbau und zur Konzentration

## Dienstag

09.00 - 12.30 Uhr

Theorie und Praxis des Felt Sense und Felt Shift an verschiedenen Beispielen  
herausfordernder Berufssituationen, um stimmige Lösungen zu finden  
Wertschätzend Bilanz ziehen – der Ressourcen-Check

15.00 - 18.30 Uhr

Drei Schritte zum inneren Kompass (Schlüssel 1, 3 und 6) - stimmig handeln  
Mit FreiRaum-Techniken Blockaden, Stress und negative Gedanken auflösen

19.30 - 20.30 Uhr

Kurz-FreiRaum-Übungen (Schlüssel 3) in verschiedenen Berufssituationen  
anwenden  
Kollegiales partnerschaftliches Focusing - die 6 Schritte kennenlernen

## Mittwoch

09.00 - 12.30 Uhr

Kollegiales partnerschaftliches Focusing einüben – andere zu ihren  
Problemen achtsam begleiten lernen

15.00 - 18.30 Uhr

Vier Schritte, um Stress, Ärger und negative Gedanken am Arbeitsplatz  
transformieren zu lernen (Schlüssel 3 - 5)

19.30 - 20.30 Uhr

Mit Mini-Focusing stimmige Entscheidungen treffen lernen (Schlüssel 6)  
Lösungsschritte beim Einüben von partnerschaftlichem Focusing finden

## Donnerstag

09.00 - 12.30 Uhr

Mit Mini-Focusing herausfinden, was in Arbeits- und Stress-Situationen  
wirklich wichtig, richtig und stimmig ist (Schlüssel 6)

15.00 - 18.30 Uhr

Einüben anhand verschiedener Berufssituationen (Schlüssel 6 und 7)  
Stimmige Prioritäten setzen lernen mit Mini-Focusing  
Mit Mini-Focusing den eigenen Arbeits-Rhythmus finden (Schlüssel 6 und 8)  
Kollegiales partnerschaftliches Focusing zum Thema einüben

## Freitag

07.50 - 13.00 Uhr

Umsetzung der Focusing-Werkzeuge in den verschiedenen Arbeitsfeldern  
Zusammenfassung, Integration und Abschlussbesprechung

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.

*Baltrum ist tideabhängig. Daher kann es zu Verschiebungen des Seminars (Anfang und Ende) kommen. Die Anzahl der Unterrichtsstunden bleibt gewährleistet. Bitte beachten Sie die Hinweise zur An- und Abreise.*

Die Seminarinhalte und Methoden stehen im beruflichen Kontext. Es finden täglich Auswertungen, Reflexionen und Transfers in den Berufsalltag statt. Dabei werden die Erkenntnisse und Erfahrungen aus den Vorträgen und Übungen in Einzel-, Klein- oder Großgruppenarbeit in den konkreten Berufsalltag der Teilnehmenden übertragen und auf Anwendbarkeit überprüft. Die Auswirkungen der Seminarthemen auf den Berufsalltag werden - situationsbezogen und teilnehmendenorientiert, ausgerichtet auf die Berufsrealität der Teilnehmenden - thematisiert.

**Seminarziele:** Sozialkompetenz, Zeitmanagement, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Begleitung von Klienten u.ä.;

**Zielgruppe:** Arbeitnehmende in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, Selbstständige, Entspannungspädagogen, Therapeuten, Berater, Coachs, Arbeitnehmende im Gesundheitsbereich und sozialen Bereich und für Arbeitnehmende, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.