

Ich bin – ich kann!

Leistungsfähigkeit und Selbstkompetenz im Beruf

Bildungsurlaub

In unserem hektischen Alltag bleibt selten Raum und Zeit, sich aktiv mit der eigenen beruflichen Rolle und Identität auseinanderzusetzen:

Wer bin ich als Mitarbeiter*in, welche Erwartungen sind an mich gerichtet, wie nehme ich mich selbst an und meine berufliche Verantwortung wahr?

Selbst entwickelte und immer mal wieder überprüfte Antworten auf diese Fragen machen möglich, dass wir uns unserer beruflichen und persönlichen Stärken, Neigungen, Qualitäten und Kompetenzen bewusster werden und sie aktiv zielgerichteter einsetzen. Dies wiederum führt fast automatisch zu mehr (Schaffens-) Freude und mehr innerer Stärke und darüber hinaus auch an Ihrer Umsetzungsstärke.

Durch praktizierte Selbstreflexion können Zusammenhänge in der Interaktion mit anderen Menschen erkannt und persönliche Entwicklungsziele identitätsstärkend erreicht werden. Wer in der Lage ist, sich und sein Tun reflektierend wahrzunehmen, erschließt sich innere Kraftquellen und wird selbstbewusster, aufgeschlossener und belastbarer.

Dieses Seminar fördert Sie im Hinblick auf Ihre Fähigkeiten und Kompetenzen und gibt somit Antworten auf folgende Fragen:

- Wie nehme ich mich - in meiner beruflichen Rolle - wahr? (Identität und Selbstwahrnehmung)
- Worauf will ich zukünftig meine Energie im Beruf richten? (Eigenmotivation und Entscheidungskompetenz)
- Was benötige ich, um mich lebendig(er) zu fühlen und kraftvoll(er) im Berufsalltag zu agieren? (Selbststeuerung und Selbstkompetenz).

Ziel ist es, für alle Inhalte und Methoden den Transfer in konkrete Arbeitssituationen zu gewährleisten, damit die Teilnehmenden neue Perspektiven für mehr Schaffensfreude und Stärke im Arbeitsleben entwickeln!

Die Dozentin
Britta Pütz



Seminar Nr.:	803723
Termin:	08.10. – 13.10.2023 Sonntag: 18.00 Uhr – Freitag: 13.00 Uhr (Beginn mit dem Abendessen um 18:00 Uhr.)
Ort:	Boltenhagen
Preis:	845,- € (Ü/VP) 945,- € für Einrichtungen/Firmen EZ-Zuschlag: 50,- € insgesamt
Dozentin	Britta Pütz
Beraterin und Coach. Neben Qualifikationen als Seminarleiterin und Coach verfügt sie über Weiterbildungen im Konfliktmanagement, in Teamarbeit und Führung sowie in der Theaterpädagogik. Ihre persönlichen Interessen sind Qi-Gong, Meditation und kreatives Schreiben. Diesbezügliche Erfahrungen können je nach Situation in den Seminarverlauf mit einfließen.	
Teilnehmer*innenzahl: 8 - 14	
Leistungen: Durchführung des Seminars, seminarbegleitende Unterlagen, Versicherungen, exklusive Kurtaxe	

Seminarinhalte

- Berufliche Identität: Rollenverständnis, Erwartungen und die eigene Grundhaltung
- Ziele, Werte und Bedürfnisse: Vorhandene Ressourcen und Potentiale erschließen und mit Berufsvorstellungen verknüpfen
- Selbststeuerungskompetenz: Methoden der Selbstreflexion erlernen, vertiefen
- Selbstwahrnehmung: Achtsamkeits-, Entspannungs- und Zentrierungsübungen zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit
- Raum für das Einbringen eigener Themen

Sie lernen verschiedene Möglichkeiten der Selbstreflexion kennen, so dass Sie die für sich passenden Strategien herausfinden können. Sie haben die Möglichkeit, Ihre eigene Situation zu reflektieren. Es werden Ansätze aufgezeigt, wie Sie mit Erwartungshaltungen und möglichen Rollenkonflikten umgehen und insgesamt mehr Lebensfreude und innere Stärke im Arbeitsleben entwickeln können. In kleinen Teams wird jede*r die Gelegenheit haben, die Techniken auf die individuelle berufliche

Fragestellung bezogen einzuüben, so dass Sie für Ihren Berufskontext erheblich profitieren können.

Unterstützende Elemente sind Zentrierungs- und Entspannungstechniken, offene Fantasiereisen oder Körperwahrnehmungsübungen. Sie erleben eine Mischung aus Theorieimpulsen sowie Einzel- und Gruppenarbeit. Ergebnisse, Ideen und Erfahrungen können mit anderen geteilt werden; ebenso bleibt Raum für die persönliche Reflexion.

Organisatorisches

Das Seminar findet im Hotel „Seeschlösschen“ (www.ostseeperlen.de) statt (Bild unten). Das Haus liegt wunderschön direkt an der Strandpromenade des Ostseeheilbades Boltenhagen. Boltenhagen liegt ca. 50 Kilometer östlich von Lübeck an einem der schönsten Abschnitte der Ostseeküste.

Alle Zimmer im Seminarhaus sind mit Dusche/WC ausgestattet. Im Preis inbegriffen ist die Unterbringung im DZ.

EZ-Zuschläge: Der EZ-Zuschlag beträgt 10,00 € pro Tag. Sie werden im Haus voll versorgt.

Anreise

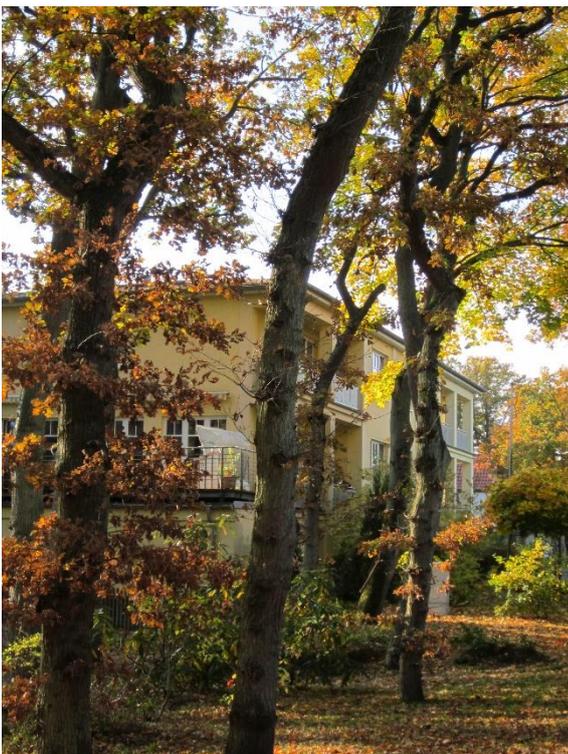
Mit dem Pkw: Auf der A20 bis zur Abfahrt Grevesmühlen, von hier fahren Sie ca. 20 km über Klütz nach Boltenhagen. Kalkulieren Sie von Hamburg eine Fahrzeit von ca. 90 Minuten. Bitte nutzen Sie unseren Fahrgemeinschaft-Service. Mit der **Bundesbahn** fahren Sie bis Wismar, von dort verkehren Busse.

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.



Förderung

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.

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.

