



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>

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 10.07.2017 – 14.07.2017 unter der Seminarnummer 807717 das Seminar „Stressbewältigung, zielgerichtete Kommunikation und Entscheidungskompetenz“ durch.

Ich

.....,

wohnhaft in

.....,

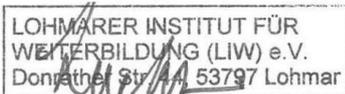
beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

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

Das Seminar gilt als beruflicher Bildungsurlaub anerkannt in

- Hessen (gemäß § 10, 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)
- Saarland: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetztes (SBFG). Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 4 Satz 1 des SBFG, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- Baden-Württemberg: Trägeranerkennung gemäß § 9 BzG BW und § 10.3 BzG BW liegt vor (Aktenzeichen 12c11-6002-61)
- Hamburg (gemäß §15 (1) Hamburgisches Bildungsurlaubsgesetz)

Anerkennungen sind auf Anfrage in weiteren Bundesländern möglich. In den meisten Ländern gelten für die Anerkennung Fristen von 6-10 Wochen – bitte erkundigen Sie sich dazu bei uns.



(Unterschrift des Veranstalters)

(Unterschrift des Teilnehmers)

SEMINARPROGRAMM

Thema: Stressbewältigung, zielgerichtete Kommunikation und Entscheidungskompetenz

Ort: Freiburg / Breisgau

Dozent: Dr. Kuno Jungkind

Termin: 10.07 - 14.07.2017

1. Tag

- 13.30 – 15.00 Uhr Kennen lernen – Erwartungen, Wünsche und Ziele – Überblick über die Woche - Inhaltlich und Organisatorisches
- 15.00 – 18.00 Uhr Einführung in das Seminarthema: Stressbewältigung - Kommunikation - Entscheidungen
- 19.00 - 21.00 Uhr Voraussetzungen und Strukturen gelingender Verständigung in Teams, Stress-Aufbau und Stress-Abbau

2. Tag

- 09.00 - 13.00 Uhr Bedürfnisse erkennen – Vereinbarungen für die Woche – Stress-Wahrnehmung und Nonverbale Kommunikation, Partnerschaftliche versus dominante Kommunikation, „Echte“- und „Pseudo“-Kommunikation, Wahrnehmungen und Gefühle und ihre Auswirkungen auf Stressverhalten, Verständigung und Beziehungen im beruflichen Alltag
- 16.00 - 18.30 Uhr Stress und Entspannung in der Kommunikation. Stressabbau in der Dynamik von Führen und Folgen – Initiative und Response – konfliktträchtig/aufrichtig, dominant/gewaltfrei, kooperativ/komplementär? Wahrnehmungen, Gefühle und Bedürfnisse

3. Tag

- 09.00 - 13.00 Uhr Umgang mit Anforderungen, Anweisungen, Bedürfnissen, Strategien in der beruflichen, gesellschaftlichen und alltäglichen Kommunikation, stress-abbauendes Atmen, Bewegen und Gestalten - Modell für gelingende Kommunikation im beruflichen Kontext
- 16.00 - 18.30 Uhr Stressabbauende Schlüsselqualifikationen in Selbstmanagement und Kommunikation: Achtsamkeit, Empathie, Initiative, flexible Reaktion („flexible response“), Ausgleich – Reflexion der ersten Tage

4. Tag

- 09.00 -13.00 Uhr Die Kunst des aufmerksamen Kommunizierens: Bereit sein – Präsent sein – unvoreingenommen antworten, individueller und gemeinschaftlicher Stressabbau: Bioresponse, „Fehler“ als Chancen erkennen, streitbar und/oder versöhnlich ohne faule Kompromisse - wie geht das?
- 16.00 - 18.30 Uhr Kommunikation und Team: achtsames Wahrnehmen, Empfinden, Fühlen (Wünsche, Bedürfnisse), Intuition, Konzepte (Denken), fordern/fördern, einladen zu Kooperation/ gemeinsames Gestalten

5. Tag

- 08.30 - 12.00 Uhr Stress und Ärger in der (beruflichen) Kommunikation durch gelingende partnerschaftliche Kommunikation auf Augenhöhe vermeiden oder abbauen. Gemeinsam konstruktive Kommunikation und Handeln gestalten, Widerpart bieten und Kooperation statt Kämpfen, Unterschied: gewaltfrei/friedfertig.
- 13.00 - 14.30 Uhr Dank und Wertschätzung kooperativ und kreativ ausdrücken – Reflexion – Feedback und Abschied

Die Seminarinhalte und Methoden stehen - mit Transfers in konkrete Arbeitssituationen - im beruflichen Kontext. Die Seminarinhalte und Methoden stehen - mit Transfers in konkrete Arbeitssituationen - im beruflichen Kontext. Dabei werden die Auswirkungen der Seminarthemen z.B. auf die Arbeitsleistung, Team- und Kundenkontakt thematisiert. Jeder Teilnehmer soll neue Kompetenzen für sein Berufsleben entwickeln, um so seine Arbeitsfähigkeit zu erhalten sowie seine berufliche Mobilität zu erweitern. Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich. Programmänderungen vorbehalten

Seminarziele: Die TeilnehmerInnen lernen für ihren beruflichen Alltag Möglichkeiten kennen und trainieren, Dis-Stress frühzeitig zu erkennen und zu handhaben. Der Schwerpunkt liegt dabei weniger auf den bekannten individuellen stressabbauenden Methoden, sondern auf gemeinschaftlichen kommunikativen Ansätze. Dabei werden Charakteristiken verschiedener Formen von Kommunikation identifiziert und konstruktive Lösungen gesucht.

- Achtsame Wahrnehmung von Anforderungen und Bedürfnissen,
- Führen und Folgen – Initiative und Response – wohlwollender Umgang mit Anforderungen, Anweisungen, Bedürfnissen,
- Gestalten von Verständigung und kooperative, erfreuliche Beziehungen
- gewaltfreie, kooperative, friedfertige Verständigung auch in Konfliktsituationen, Strategien in der beruflichen, gesellschaftlichen und alltäglichen Kommunikation.
- Sie lernen und trainieren Modelle für Stress-Abbau durch gelingende Kommunikation
- Sie üben sich darin, betrieblich und gesellschaftlich relevante Beiträge zum sozialen und betrieblichen Frieden in der gegenwärtigen gesellschaftlichen Umbruchszeit erkennen und wertschätzen.
- Sie lernen Schlüsselqualifikationen im stressvermeidenden und stressabbauenden Kommunikationsverhalten kennen und wertschätzen: Empathie, Initiative, flexible Reaktion („flexible response“), Ausgleich sowie einen gelasseneren und konstruktiven Umgang mit sich selbst und im Umgang mit KollegInnen, Vorgesetzten, Kunden

Zielgruppe: ArbeitnehmerInnen in beruflichen Prozessen wie Behörden, Dienstleister, Unternehmen, Handwerk, Führungskräfte, Personalentwickler, Selbstständige und für ArbeitnehmerInnen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen.