BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. I Donrather Str. 44 I 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10 I Fax.: 02246/302999-19 I evinfo@liw.de I www.liw-ev.de

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt am 23.06. – 27.06.2025 unter der Seminarnummer 815925 das Seminar „Zen - und die Kunst das Berufsleben zu gestalten“ durch.

Ich
.....,

wohnhaft in .....,

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub/Bildungszeit.

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

Das Seminar gilt als berufliche/r Bildungsurlaub/Bildungszeit 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)
- **Saarland**: Es handelt sich um eine freistellungsfähige Bildungsveranstaltung gemäß § 6 des saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG), in der aktuellen Form gültig seit 09.05.2024. Wir sind berechtigt, nach § 6 Abs. 7 Satz 1 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)
- **Berlin** (gemäß Anerkennung II A 75-129486 vom 03.02.2025, Anerkennung gültig bis 22.06.2028)

- Für **Hamburg** gilt: Nach dem Hamburgischen Bildungsurlaubsgesetz HmbBUG 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 HmbBUG).

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).

LOHMARER INSTITUT FÜR
WEITERBILDUNG (LIW) e.V.
Donrather Str. 44 53797 Lohmar

(Unterschrift des Veranstalters) (Unterschrift des/der Teilnehmenden)

S E M I N A R P R O G R A M M

Thema:	Zen - und die Kunst das Berufsleben zu gestalten
Ort:	Einbeck
Dozent:	Wolfgang Rothe
Termin:	23.06. – 27.06.2025

Montag

13.30 - 14.00 Uhr	Eröffnung, Begrüßung und Vorstellung der Teilnehmenden
14.00 - 14.30 Uhr	Einführung in die Praxis der Zen-Meditation
14.40 - 16.30 Uhr	Einführung in die Seminarthematik: Bedeutung und Nutzen von ZEN in Gesellschaft und Berufsalltag
16.40 - 18.30 Uhr	Zen in Arbeitsprozessen (Erweiterung der Selbstmotivation und Erhaltung der Selbststeuerungskompetenz)
19.30 - 21.00 Uhr	Achtsamkeit in Arbeitsprozessen (Erweiterung der Handlungskompetenz)

Dienstag

10.10 - 13.00 Uhr	Achtsamkeit und Zen in Arbeitsprozessen: Entwicklung von Motivation und Hingabe (Selbststeuerungskompetenz, Selbstmotivation erhöhen)
14.00 - 16.30 Uhr	Achtsamkeit und Zen in Arbeitsprozessen: Kontrolle versus Vertrauen (Erweiterung der Handlungskompetenz, Selbstmotivation erhöhen))
16.45 - 18.15 Uhr	Ziele im beruflichen Umfeld (zielorientiert handeln, Selbstmotivation erhöhen)

Mittwoch

10.10 - 13.00 Uhr	Ziele und Bedürfnisse der Gewaltfreien Kommunikation (Selbstmotivation Erhöhen)
14.00 - 16.30 Uhr	Ziele finden durch Sokratisches Fragen (Selbststeuerungskompetenz, zielorientiert handeln
16.45 - 18.15 Uhr	Erste Zielumsetzung initiieren (Erweiterung der Handlungskompetenz, zielorientiert handeln)

Donnerstag

10.20 - 13.00 Uhr	Das Konzept des „inneren Teams“ in Arbeitsprozessen
14.00 - 16.30 Uhr	Achtsamkeit- und Zen-Methoden und „Inneres Team“ als Werkzeuge für zielorientiertes Handeln (Selbststeuerungskompetenz)
16.40 - 18.15 Uhr	Inneres Team im Arbeitsalltag: Sponti und Kritiker als Gegenspieler bei der Umsetzung unserer Ziele (Erweiterung der Handlungskompetenz)

Freitag

08.15 - 10.00 Uhr	Ziele verwirklichen (Erweiterung der Handlungskompetenz, zielorientiert handeln)
10.10 - 12.25 Uhr	Weitere Integration des im Seminar erlernten in den Arbeitsalltag
12.30 - 13.30 Uhr	Abschlussbesprechung

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. Zusätzlich zu den o.a. Unterrichtzeiten finden Anleitungen zum meditativen Sitzen in der Stille (Di-Do: je 1 x 60 Minuten, 2 x 25 min, Mo, Fr: je 25 min, außerhalb der für Bildungsurlaub gesetzlich vorgeschriebenen Seminarzeiten) statt.
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: Jede/r Teilnehmende soll bestehende Kompetenzen (Selbstmotivation, Selbststeuerungskompetenz, Handlungskompetenz, Kommunikationskompetenz, Zielkompetenz u.ä.) für das Berufsleben erweitern, um so die Arbeitsfähigkeit zu erhalten, neue Perspektiven für ein zielorientiertes und sinnerfülltes Arbeitsleben zu entwickeln, sowie die berufliche Mobilität zu erweitern.
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.