BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V.
Donrather Str. 44, 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10, Fax.: -19
E-Mail: evinfo@liw.de
Internet: http:\\www.liw-ev.de

Stressbewältigung, zielgerichtete Kommunikation und Entscheidungskompetenz

Erfahren und erlebt durch Tango Argentino

Bildungsurlaub

Stress ist allgegenwärtig und notwendig. Eu-Stress belebt, Dis-Stress lähmt. Vor allem im Beruf ist es unausweichlich, Dis-Stress gut zu bewältigen: Voraussetzung dafür ist eine klare, zielgerichtete Kommunikation – verbal und nichtverbal-körperlich: Wer über belastungsfähiges Selbstmanagement verfügt und die richtigen Entscheidungen treffen kann, vermag Stress oft zu vermeiden und jedenfalls besser mit ihm umzugehen, durch Achtsamkeit und unverzerrte Wahrnehmung.

Tango - Tanz, Achtsamkeit, Kommunikation, Ausdruck

Tango ist Achtsamkeit im jedem Moment, bei jeder Bewegung, bei jeder Begegnung - im Einklang mit sich, den Partner*innen und der Musik.

Meistens versuchen wir beim Tanzen, die Schritte und Figuren richtig zu machen, richtig zu führen oder zu folgen. Wenn wir Tango im „Zen–Mind“ tanzen, ist all das nicht mehr so wichtig. Da zählt "stimmig" statt "richtig": Dann ergänzen sich Partner: einig in Verschiedenheit. Gerade für berufliche Situationen ist dies entscheidend! Nicht formal „richtige“ Kommunikation ist relevant, sondern zielführende Stimmigkeit.

Haltung, Flexibilität, Entspannung

Unser Tango-Training besteht in diesem Seminar aus Übungen, die fließend und ohne Unterbrechungen oder rhythmisch im Dialog mit der Musik und den Partner*innen gestaltet werden und hinführen zum getanzten Tango-Dialog. Dabei verfeinert sich die Konzentration und Aufmerksamkeit auf die feinen Details des Miteinander.

So wirkt Tango unterstützend auf die Flexibilität des Körpers und des Geistes als differenzierte Wahrnehmung der tatsächlichen Situation, seiner selbst und der Partner. Klare, stressfreie Kommunikation ist Voraussetzung für tragfähige Entscheidungen in jedem Moment.

Seminar Nr.:	807717
Termin:	10.07.-14.07.2017 Montag, 13.30 Uhr – Freitag, 13.30 Uhr
Ort:	Freiburg im Breisgau
Preise:	655,00 € (Ü/VP) für Einzelpersonen 765,00 € (Ü/VP) für Einrichtungen / Firmen EZ-Zuschlag: 32,00 - 64,00 €
Dozent:	Dr. Kuno Jungkind

Dr. med. Kuno Jungkind, Facharzt für Psychosomatische Medizin, Management-Berater. Seit 30 Jahren tätig als Arzt und Dozent mit Schwerpunkt Stresskrankheiten und Stressmanagement, Sozial- und Managermedizin. Seit 15 Jahren tanzt und erforscht er intensiv den Tango Argentino und seine Anwendungsmöglichkeiten im Management und Teamführungsbereich, sowie im gesundheitlichen und sozialen Feld als Trainer und Tanztherapeut. Die Entdeckung der dem Tango eigenen Körper- und Kommunikations-Logik begeistert und inspiriert ihn immer wieder neu. Dies motiviert ihn, den Tango Argentino vielfältig, experimentell und unkonventionell therapeutisch einzusetzen und zu vermitteln jenseits der Klischees als Medium für Kommunikations-und Entscheidungstrainings - und als Methode zur Stressregulierung.

TeilnehmerInnenzahl: 12-18

Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung mit Vollpension, die seminarbegleitende Unterlagen werden im Seminar gemeinsam erarbeitet.

Tanzen ist auch Meditation ... ob man sich bewegt oder nicht, der Körper bleibt immer in Frieden. (nach: Shodoka)

Tango ist getanzte Meditation: Wir sind einfach da, ohne Ansprüche, ganz präsent im gegenwärtigen Moment, offen und empfänglich mit allen Sinnen. Im Transfer auf unseren beruflichen Alltag ermöglicht uns solche Achtsamkeit, Kommunikation wohlwollend, respektvoll, gewaltfrei zu führen – zielgerichtet mit hoher Entscheidungsqualität und Verantwortlichkeit. Dies ist Stressbewältigung pur!

Die Seminarinhalte und Methoden stehen durch den Transfer in konkrete Arbeitssituationen im beruflichen Kontext. Jeder Teilnehmer soll neue Kompetenzen (Selbst- und Sozialkompetenz, Stresskompetenz, Emotionale Kompetenz, Konflikt- und Kommunikationskompetenz) für sein Berufsleben entwickeln, um so seine Arbeitsfähigkeit zu erhalten sowie seine berufliche Flexibilität zu erweitern

Zielgruppe

Arbeitnehmer und Führungskräfte aller betrieblichen Ebenen in Behörden, Dienstleistungsunternehmen, Handwerk, Führungskräfte, Personalentwickler, Selbstständige und Arbeitnehmer/-innen aus allen Unternehmensbereichen, welche o.a. Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen. Singles und Paare willkommen!

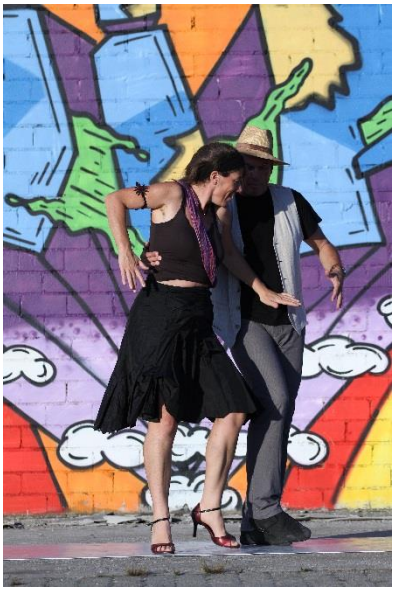
Besondere Vorkenntnisse

Der Kurs ist für Singles und Paare geeignet, für Anfänger gleichermaßen wie für bereits Vertraute mit Tango und/oder Meditation. Teilnehmende mit Einschränkungen in Beweglichkeit, Sehen oder Hören ect. sind herzlich willkommen.

Wir trainieren mit Ausdauer, Entschlossenheit und individueller Verantwortlichkeit. *"Es geht darum, das Beste zu machen aus dem, was man hat und manchmal ohne das, was man gerne hätte. Ohne zu murren, ohne sich zu verweigern und ohne es auf später zu verschieben (...)*
(Flavia Mazelin Salvi in "Zen für Paare")

Förderungsmöglichkeiten

Die Länder **NRW, Hessen**, **Rheinland-Pfalz und Schleswig-Holstein** sowie der **Bund** übernehmen unter bestimmten Bedingungen für dieses Seminar einen Teil der Weiterbildungskosten. Nähere Informationen und Voraussetzung finden Sie auf unserer Homepage http://liw-ev.de (Berufliche Kompetenz).



Organisatorisches

Übernachtung/Verpflegung: Sie wohnen im Seminarhaus des Waldhof e.V., Akademie für Weiterbildung (Link: www.waldhof-freiburg.de). Es verfügt über Einzelzimmer mit D/WC auf dem Gang, EZ mit D/WC (Zuschlag: 64,- € insgesamt p.P.) sowie Doppelzimmer mit D/WC (Zuschlag: 32,- € insgesamt p. P.).
Frühstück sowie Vollpension erhalten Sie im Seminarhaus. Im Haus können Sie auch Getränke bekommen.

Anreise: Mit dem Auto reisen Sie über die A5 an (Ausfahrt „Freiburg-Mitte“ via B 31 nach Freiburg-Littenweiler). Mit der Bahn fahren Sie zum Bahnhof FR-Littenweiler, von wo aus es ca. 15 min Fußweg (Endstück mit steilem Anstieg) zum Seminarhaus sind. Alternativ besteht die Möglichkeit vom Hbf. mit der S 1 zu fahren und an die Endhaltestelle für 1,00 € Aufpreis ein „Bergtaxi“ zum Waldhof zu bestellen.
Nutzen Sie unseren **Fahrgemeinschafts-Service.** Eine Fahrgemeinschaft schont die Umwelt und spart Geld.

Sicherheit: Eine Haftpflicht- und Unfallversicherung schützt Sie und uns im Schadensfall gegenüber Dritten bzw. sichert Sie gegenüber Unfallfolgen ab. Das Seminar ist über eine Reisepreis-Versicherung abgesichert.

Bildungsurlaub

Das Seminar gilt in **Baden-Württemberg, NRW, Saarland, Hamburg, Hessen als Bildungsurlaub anerkannt.** Anerkennungen in den weiteren Bundesländern liegen vor bzw. können beantragt werden. Bitte setzen Sie sich mit uns in Verbindung. 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. Das LIW ist eine gemäß § 10 AWbG (NRW) anerkannte Weiterbildungseinrichtung. Das Seminar dient im Sinne des § 1.3 AWbG der beruflichen Weiterbildung. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub wenden Sie sich bitte an uns. Sie können natürlich auch an diesem Seminar teilnehmen, wenn Sie statt Bildungsurlaub Ihren Tarifurlaub in Anspruch nehmen.