

### ZULASSUNGSVORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME

ist ein abgeschlossenes Hochschulstudium (Bachelor, Master/Magister, Doktorat) oder ein abgeschlossenes vergleichbares Studium (z. B. Lehramtsstudium). Die erforderlichen Nachweise (Nachweis der allgemeinen Hochschulreife, Nachweis der Absolvierung des Hochschulstudiums) sind von den AufnahmebewerberInnen zu erbringen.

### BERUFSBEGLEITENDE WEITERBILDUNG

Der modulare Aufbau eröffnet individuelle Profilbildung und Vertiefung. Ein in der zeitlichen Gestaltung flexibles Lernen ermöglicht das Studium parallel zu Ihrer Berufstätigkeit. Die Präsenzphasen finden geblockt statt.

Für die Teilnahme am Hochschullehrgang mit Masterabschluss kann bei diversen Einrichtungen um Förderung angesucht werden.



Hochschullehrgang mit  
MASTERABSCHLUSS

## ACHTSAMKEIT

in BILDUNG, BERATUNG und  
GESUNDHEITSWESEN

### KONTAKT, DETAILINFORMATION, ANMELDUNG

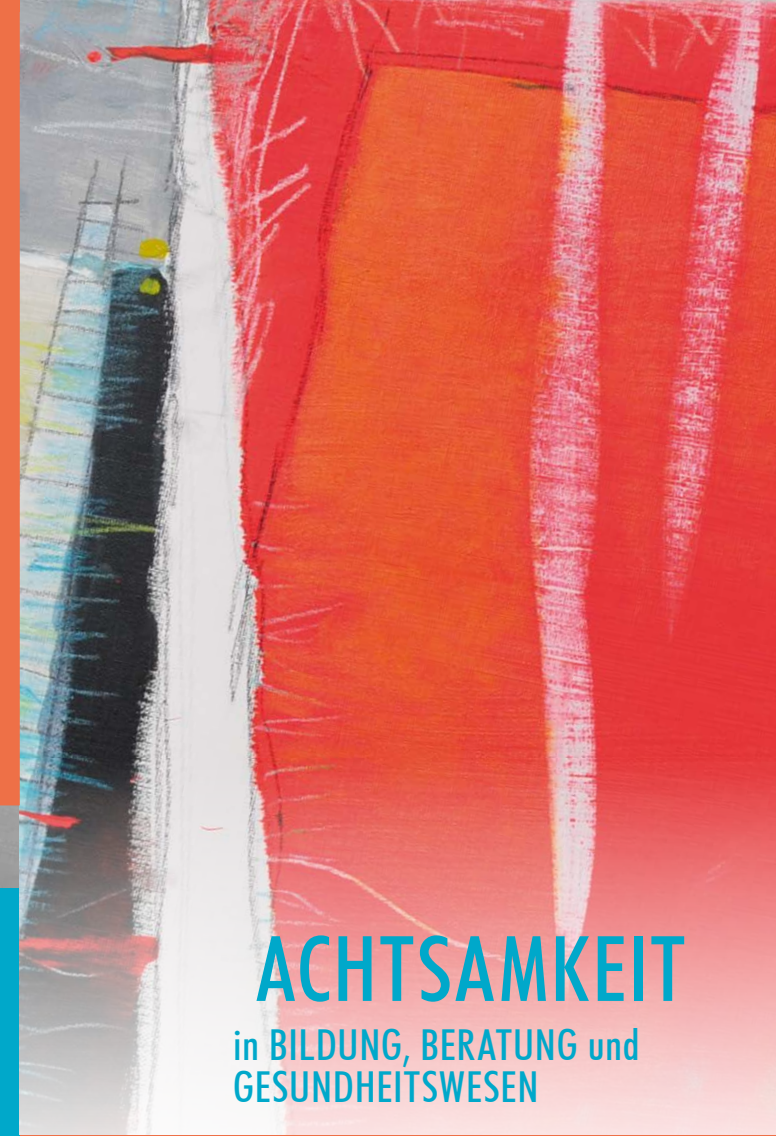
Mag. Johannes PETSCHENIG, MSc.  
M johannes.petschenig@kphvie.ac.at  
T +43-676 532 58 97

### STUDIENLEITUNG UND WISSENSCHAFTLICHE BEGLEITUNG

Susanne STROBACH, MSc  
M sinnvoll@achtsamkeits-akademie.at

Dr. Karlheinz VALTL  
M karlheinz.valtl@univie.ac.at

Druck: 09-2018



## ACHTSAMKEIT

in BILDUNG, BERATUNG und  
GESUNDHEITSWESEN

Hochschullehrgang mit  
MASTERABSCHLUSS

90 ECTS-AP  
5 SEMESTER  
BERUFSBEGLEITEND



kphvie.ac.at



Zentrum für Weiterbildung  
T +43-1-515 52-3581  
M weiterbildung@kphvie.ac.at  
W kphvie.ac.at

## WAS IST ACHTSAMKEIT?

Achtsamkeit ist das **Potenzial**, das Bewusstsein ganz auf die Gegenwart zu richten und vorurteilslos, klar, mitfühlend und offen wahrzunehmen, was um uns herum und in uns geschieht.

Die möglichen **Wirkungen** von Achtsamkeit werden aktuell in einem interdisziplinären **Forschungsfeld** von Bildungswissenschaft, Psychologie, Medizin und Neurowissenschaft untersucht. Die Ergebnisse belegen, dass **Achtsamkeit und Mitgefühl** grundlegend für das gesamte menschliche Handeln und Empfinden sind und dass sie Entwicklung, Lernerfolg, Beziehungsfähigkeit, Gesundheit und Leistung maßgeblich fördern können.

## ZIELE & NUTZEN DES LEHRGANGS

Die TeilnehmerInnen werden dazu befähigt,

- Anwendungsfelder im beruflichen und persönlichen Kontext zu entdecken.
- Achtsamkeit zu lehren und zu trainieren.
- (Trainings-)Programme in Organisationen zu entwickeln und zu implementieren.
- Achtsamkeitsübungen im Einzelsetting im pädagogischen Bereich einzusetzen.
- Organisationen im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung zu beraten.

## DER HOCHSCHULLEHRGANG

vermittelt eine umfassende theoretische, didaktische und persönliche Weiterbildung zu den Themen Achtsamkeit und Mitgefühl in den Anwendungsfeldern von Bildung, Beratung und Gesundheitswesen. Im Zentrum stehen aktuelle und traditionelle Formen des Trainings von Aufmerksamkeit und Präsenz, Emotions- und Selbstregulation, Stressmanagement, Resilienz sowie der Zusammenhang von Achtsamkeit und Mitgefühl.

Spezifische Qualitätsmerkmale des Hochschullehrgangs sind:

- Interdisziplinäre Wissenschaftlichkeit
- Praxisbezug: Befähigung zur Entwicklung eigener Modelle
- Kritische Reflexion von Achtsamkeitskonzepten im gesellschaftlichen, politischen, kulturellen und religiösen Kontext

## ZU ERWERBENDE KOMPETENZEN

- **Sachkompetenz:** Zentrale Theorien, aktuelle Ansätze und wissenschaftliche Hintergründe
- **Vermittlungskompetenz:** Grundlegende didaktisch-methodische Kompetenzen
- **Sozialkompetenz:** Fähigkeit zu achtsamem, mitfühlendem sowie sozialkulturell und ethisch reflektiertem Handeln
- **Anwendungs- und Systemkompetenz:** Achtsamkeit als Kultur in Teams und Organisationen implementieren können
- **Selbstkompetenz und Persönlichkeitsbildung:** Entwicklung einer stabilen persönlichen Achtsamkeitspraxis
- **Reflexionskompetenz:** Fähigkeit zur kritischen Reflexion von theoretischen Modellen und Konzepten von Achtsamkeit

## ZIELGRUPPE

Der Hochschullehrgang mit Masterabschluss

**ACHTSAMKEIT in BILDUNG, BERATUNG und GESUNDHEITSWESEN** (MSc) richtet sich vorrangig an:

- **LehrerInnen/PädagogenInnen** des öffentlichen und privaten Schulwesens aller Altersstufen
- **Coaches und TrainerInnen** in Erwachsenenbildung und betrieblicher Bildung
- **BeraterInnen und ProjektleiterInnen** in den Themenfeldern Arbeitsbelastung und betriebliche Gesundheitsförderung
- **Führungskräfte** in Unternehmen
- **Jugend- und SozialarbeiterInnen**

## TRÄGER

Der Hochschullehrgang mit Masterabschluss wird von der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems angeboten.

## TERMINE UND KOSTEN

Die aktuellen Termine und Kosten entnehmen Sie bitte:

[www.kphvie.ac.at/institute/zentrum-fuer-weiterbildung](http://www.kphvie.ac.at/institute/zentrum-fuer-weiterbildung)

**DAUER:** 5 Semester

**ABSCHLUSS:** Master of Science (MSc)