

**Hochschullehrgang mit Masterabschluss  
„Achtsamkeit in Bildung, Beratung und Gesundheitswesen.“**

**TERMINE 1. Kohorte  
März 2018 – Juni 2020**

**1.SEMESTER / KH 1**

Modul	Art	Inhalte	Lehrende/r	Termine	Zeiten
M 1-1	UE	Einführung	Valtl, Strobach	02.03.2018	14.00-18.00
M 1-1	UE	Praxis der Körperarbeit - Yoga	Cencig	02.03.2018	18.00-20.15
M 1-1	UE	Einführung	Valtl, Strobach	03.03.2018	09.00-16.30
M 1-1	UE	Grundlegende Praktiken	Strobach, Kirchmayr	16.03.2018	14.00-21.30
M 1-1	UE	Grundlegende Praktiken + Moodle-Einschulung	Strobach, Kirchmayr Oberreiter	17.03.2018	09.00-16.30
M 1-1	SE	Pädagogische Grundlagen	Valtl	13.04.2018	14.00-21.30
M 1-1	UE	Achtsam Essen I	Milojevic	14.04.2018	09.00-13.00
M 1-2	SE	Stress & Stressbewältigung	Draszczyk	04.05.2018	14.00-21.30
M 1-2	UE	Achtsames Selbstmitgefühl – Grundlagen d. Burnout-Prävention	Luger-Schreiner, Malzer-Gertz	05.05.2018	09.00-16.30
M 1-2	UE	Gesundheit & Betriebliche Gesundheitsfürsorge	Überall, Strobach	25.05.2018 <sup>1</sup>	14.00-21.30
M 1-2	UE	Resilienz & Resilienzförderung	Göbl	26.05.2018 <sup>2</sup>	09.00-16.30
M 1-3	UE	Achtsame Kommunikation	Draszczyk, Strobach	15.06.2018 <sup>3</sup>	14.00-21.30
M 1-3	UE	Praxisaustausch, Portfoliobetreuung	Kirchmayr Strobach	16.06.2018 <sup>4</sup>	09.00-13.00
M 1-3	UE	Konflikte & achtsame Konfliktregulation	Strobach	29.06.2018 <sup>5</sup>	14.00-21.30
M 1-3	SE	Emotionen & Emotionsregulation	Strobach	30.06.2018 <sup>6</sup>	09.00-16.30
M 1-2	UE	Yoga II	Cencig	30.06.2018 <sup>7</sup>	16.30-18.00

<sup>1</sup> Benediktushaus

<sup>2</sup> Benediktushaus

<sup>3</sup> Schottenstift

<sup>4</sup> Schottenstift

<sup>5</sup> Schottenstift

<sup>6</sup> Schottenstift

<sup>7</sup> Schottenstift

## 2.SEMESTER KH 1

Modul	Art	Inhalte	Lehrende/r	Termine	Zeiten
M 2-1	SE	Neurowissenschaftl. Grundlagen	Hölzl	21.09.2018 <sup>8</sup>	14.00-21.30
M 2-1	SE	Wirkungsforschung	Hölzl	22.09.2018	09.00-16.30
M 2-1	UE	Achtsames Selbstmitgefühl II	Luger-Schreiner, Malzer-Gertz	12.10.2018 <sup>9</sup>	14.00-21.30
M 2-1	UE	Achtsames Selbstmitgefühl II	Luger-Schreiner, Malzer-Gertz	13.10.2018	09.00-16.30
M 2-1	UE	Achtsamkeit & Mitgefühl in den Weltreligionen	Hackbarth-Johnson	02.11.2018 <sup>10</sup>	14.00-18.00
M 2-1	UE	Kritik der aktuellen Rezeption von Achtsamkeit	Hackbarth-Johnson	02.11.2018	18.00-21.30
M 2-2	UE	Achtsamkeit & Mitgefühl als Voraussetzung von Glück	Ha Vin Tho	23.11.2018 <sup>11</sup>	14.00-21.30
M 2-2	UE	Mindful Parenting	Mangold	24.11.2018	09.00-16.30
M 2-2	UE	Caring im Gesundheitswesen	Esberger-Chowdhury	14.12.2018 <sup>12</sup>	14.00-21.30
M 2-2	UE	Achtsame Auseinandersetzung mit Sterben und Tod	Wehner	15.12.2018	09.00-16.30
M 2-3	SE	Internat. Schulprogramme	Valtl	11.01.2019 <sup>13</sup>	14.00-21.30
M 2-3	SE	Internat. Schulprogramme	Valtl	12.01.2019	09.00-13.00
M 2-3	UE	Achtsam Essen II	Milojevic	12.01.2019	13.00-16.30
M 2-3	UE	Achtsamkeit & Mitgefühl in Coaching und Beratung	Pastner	01.02.2019 <sup>14</sup>	14.00-21.30
M 2-3	UE	Praxisaustausch & Portfoliobetreuung	Strobach	02.02.2019	09.00-13.00

<sup>8</sup> Benediktushaus

<sup>9</sup> Schottenstift

<sup>10</sup> Schottenstift

<sup>11</sup> Schottenstift

<sup>12</sup> Schottenstift

<sup>13</sup> Benediktushaus

<sup>14</sup> Schottenstift

**3.SEMESTER / KH 1**

Modul	Art	Inhalte	Lehrende/r	Termine	Zeiten
M 3-1	SE	Didaktik der Achtsamkeitsschulung	Valtl	01.03.2019	14.00-21.30
M 3-1	SE	Didaktik der Achtsamkeitsschulung	Valtl	02.03.2019	09.00-16.30
M 3-1	UE	Yoga	Cencig	02.03.2019	16.30-18.00
M 3-1	UE	Förderung von Weisheit durch Achtsamkeits- & Mitgeföhlspraxis	Kirchmayr	22.03.2019	14.00-21.30
M 3-2	UE	Konzepte achtsamer Führung – Mindful Leadership	Boschert	12.04.2019	14.00-21.30
M 3-2	UE	Achtsamkeit im sozialen Handeln – Mindful Citizenship	Hofmann	13.04.2019	09.00-16.30
M 3-2	SE	Achtsamkeit und Mitgeföhlin Organisationen	Romhardt	03.05.2019	14.00-21.30
M 3-2	SE	Achtsamkeit und Mitgeföhlin Organisationen	Romhardt	04.05.2019	09.00-16.30
M 3-3	UE	Retreat – Metta, Vergebung, Vipassana	Luger-Schreiner, Bohlsen	29.05.2019	18.00-21.00
M 3-3	UE	Retreat	Luger-Schreiner, Bohlsen	30.05.2019	08.00-20.00
M 3-3	UE	Retreat	Luger-Schreiner, Bohlsen	31.05.2019	08.00-19.00
M 3-3	UE	Retreat	Luger-Schreiner, Bohlsen	01.06.2019	08.00-12.00
M 3-1	UE	Zwischenreflexion <sup>15</sup>	Valtl	14.06.2019	14.00-21.30
M 3-3	UE	Praxisaustausch & Portfoliobetreuung (Schwerpunkt Masterthesen-Themen!)	Valtl	15.06.2019	09.00-12.45
M 3-1	UE	Schulung der Sinne	Schuster	15.06.2019	12.45-16.30
M 3-3	UE	Yoga	Cencig	15.06.2019	16.30-18.45

<sup>15</sup> Todesfallbedingt von März auf Juni verschoben

#### 4. SEMESTER / KH 1

Modul	Art	Inhalte	Lehrende/r	Termine	Zeiten
M 4-2	UE	Praxis der Achtsamkeit im urbanen Umfeld	Luger-Schreiner <sup>16</sup>	20.09.2019	14.00-21.30
M 4-1	UE	Achtsamkeit in Kunstpädagogik und Kreativitätsentwicklung	Luger-Schreiner	11.10.2019	14.00-21.30
M 4-1	UE	Achtsamkeit in Kunstpädagogik und Kreativitätsentwicklung	Luger-Schreiner	12.10.2019	09.00-16.30
M 4-2	SE	Achtsamkeit im interkulturellen Kontext	Schreiner	08.11.2019	14.00-21.30
M 4-2	SE	Achtsame Raumwahrnehmung am Arbeitsplatz I	Steinwender	09.11.2019	09.00-16.30
M 4-1	SE	Achtsame Formen des Lehrens – Contemplative Teaching	Valtl <sup>17</sup>	29.11.2019	14.00-21.30
M 4-1	SE	Achtsame Formen des Lehrens – Contemplative Teaching	Valtl <sup>18</sup>	30.11.2019	09.00-12.45
M 4-1	UE	Praxisaustausch & Portfoliobetreuung	Strobach <sup>19</sup>	30.11.2019	12.45-16.30
M 4-2	SE	Achtsame Raumwahrnehmung am Arbeitsplatz II	Steinwender	13.12.2019	14.00-21.30
M 4-2	UE	Exkursion zu ausgewählten Praxisprojekten	Hofmann	14.12.2019	09.00-16.30
M 4-3	SE	Aktuelle Forschungsbefunde zu Achtsamkeit & Mitgefühl	Valtl	10.01.2020	14.00-21.30
M 4-3	SE	Aktuelle Forschungsbefunde zu Achtsamkeit & Mitgefühl	Valtl	11.01.2020	09.00-12.45
M 4-3	UE	Workshop zur Themenentwicklung	Valtl	11.01.2020	12.45-16.30
M 4-3	UE	Workshop zur Themenentwicklung	Valtl	31.01.2020	14.00-21.30
M 4-3	UE	Einführung in wissenschaftliches Arbeiten	Gilak	01.02.2020	09.00-16.30

<sup>16</sup> Lacknergasse

<sup>17</sup> Weihnachtsmarkt im Schottenstift, daher Lacknergasse

<sup>18</sup> Weihnachtsmarkt im Schottenstift, daher Lacknergasse

<sup>19</sup> Weihnachtsmarkt im Schottenstift, daher Lacknergasse

## 5.SEMESTER / KH 1<sup>20</sup>

Modul	Art	Inhalte	Lehrende/r	Termine	Zeiten
M 5-1	UE	Praxis-Transfer: Integration der Achtsamkeitspraxis in den Alltag	Valtl	06.03.2020	14.00-21.30
M 5-1	UE	Praxis-Transfer: Integration der Achtsamkeitspraxis in den Alltag	Kirchmair	07.03.2020	09.00-16.30
M 5-1	UE	Workshop zur Optimierung der Konzeptionen	Valtl	27.03.2020	14.00-21.30
M 5-1	UE	Workshop zur Optimierung der Konzeptionen	Valtl	28.03.2020	09.00-12.45
M 5-1	UE	Praxis der Körperarbeit – Yoga	Cencig	28.03.2020	12.45-16.30
M 5-2	UE	Tutorium zum Verfassen der Masterarbeit	Valtl	24.04.2020	14.00-21.30
M 5-2	UE	Begleitseminar Masterarbeit	Valtl	25.04.2020	09.00-16.30
M 5-2	UE	Defensio	Diverse Betreuer_innen	26.06.2020	14.00-21.30
M 5-2	UE	Defensio	Diverse Betreuer_innen	27.06.2020	09.00-16.30

### ERKLÄRUNG

**Seminare (SE)** dienen der wissenschaftlichen Auseinandersetzung mit Inhalten und Methoden eines Faches oder Teilbereichen eines Faches in der gemeinsamen erfahrungs- und anwendungsorientierten Erarbeitung. Die Lehrenden wählen Inhalte/Themen aus, deren Bearbeitung mittleres Komplexitätsniveau erfordern. Zielsetzung ist der Auf- und Ausbau von Kompetenzen zur Erfassung und Lösung von fachlichen, fachdidaktischen und praxis- bzw. berufsfeldbezogenen Aufgabenstellungen. Lernformen, die zur Anwendung kommen umfassen z.B. Literatur- oder andere Formen fachspezifischer Recherchen, Entwicklung eigener Fragestellungen, sach- und mediengerechte Darstellung der Ergebnisse – inklusive kritische Reflexion und Diskussion. Die Arbeit an den Themen kann sowohl in eigenständiger Arbeit als auch im Team oder in Projekten erfolgen. Seminare können virtuell angeboten werden, wenn die Kommunikation und Kooperation der Beteiligten durch geeignete Angebote (elektronische Plattformen, Chats, E-Mail etc.) gewährleistet ist.

**Übungen (UE)** fokussieren die Anwendung bereits erworbenen Wissens sowie die Einübung und Perfektionierung von Kenntnissen, Fertigkeiten und Fähigkeiten durch selbständiges Arbeiten. Übungen fördern den auf praktisch-berufliche Ziele der Studien ausgerichteten Kompetenzerwerb. Übergeordnetes Ziel ist dabei der Aufbau grundlegender Kompetenzen zur Erfassung und Lösung von wissenschaftlichen und/oder berufsfeldbezogenen Aufgaben.

**SE sind Prüfungsfächer!**

<sup>20</sup> ALLE LV im 5. Semester finden in der Lacknergasse statt!