

WAS GEHT HIER VOR?

Fortbildung achtsamkeitsbasierte Gruppensupervision
für MBI (Mindfulness-Based Intervention) Lehrtätige

mit Béatrice Heller & Petra Tschögl

30.1. bis 2.2.2025 in Götzis/Vorarlberg

Als Achtsamkeitslehrtätige sind wir gefordert, uns immer wieder neu mit dem Erleben unserer Kursteilnehmer*innen, und der Essenz, wie beispielsweise des MBSR Curriculums, zu verbinden.

Die Art und Weise wie Achtsamkeit vermittelt wird, nämlich erfahrungsbasiert und gleichberechtigt, den gegenwärtigen Augenblick willkommen heißend, lässt ein sehr lebendiges Lernfeld entstehen.



INHALT

> Wie schaffen wir ein wirkungsvolles Lernfeld für die Teilnehmer*innen?

Wie gelingt es uns die Essenzen der jeweiligen Kurssitzungen zu vermitteln?

Welche Herausforderungen und Fragen tauchen im Verlauf des Lehrens des eigenen Kurses auf und wie gehen wir damit um?

- Bezugsrahmen sind die Essenzen der achtsamkeitsbasierten Interventionen
- Persönliche Anliegen/Fragen der Supervisand*innen
- Supervision von Fallbeispielen
- Prozessorientierte Erarbeitung
- Abschluss mit Teilnahmebestätigung über Gruppensupervision

SUPERVISORINNEN



BÉATRICE HELLER

Psych. Beraterin und ‚Time To Think‘-
Coach und Ausbilderin

MBSR-Kursleiterin seit 20 Jahren
und Mitgründerin des ‚Zentrum für
Achtsamkeit Zürich‘ (2009).

Lehrerin für ‚Interpersonelle
Achtsamkeit‘

Ausbildungsverantwortliche für
angehende MBSR-Kursleitende in der
Schweiz und in Deutschland.

Achtsamkeitsbasierte Supervisorin für
den MBSR-Verband in der Schweiz
und in Deutschland

Autorin: ‚Achtsamkeit, mit offenen
Augen durchs Leben‘

www.beatriceheller.ch

www.centerformindfulness.ch



PETRA TSCHÖGL

Mag. rer. nat. Klinische und
Gesundheitspsychologin, Supervisorin,
Vertiefung in achtsamkeitsbasierter
Einzel- und Gruppensupervision.

MBSR Lehrerin seit 2009 und
Lehrtätige im universitären Bereich für
Achtsamkeit.

Langjährige Erfahrung in der
klinischen Anwendung von
achtsamkeitsbasierten Verfahren
und in der Entwicklung betrieblicher
Projekte.

Ausbildungsverantwortliche für
angehende MBSR-Kursleitende in
Österreich und in Deutschland.

achtsamkeitsprogramme

www.achtsamkeitsprogramme.at

ZEITLICHER ABLAUF

Donnerstag 30. Januar

17:30 Uhr Beginn mit dem Abendessen
19:00 - 20:30 Uhr Seminaarauftakt

Freitag 31. Januar + Samstag 1. Februar

7:00 Uhr Meditation (optional)
8:00 Uhr Frühstück
9:30 - 13:00 Uhr Seminar
13:00 - 15:00 Uhr Mittagspause
15:00 - 18:00 Uhr Seminar
Abendessen. Nach dem Abendessen Zeit für
kollegialen Austausch.

Sonntag 2. Februar

7:00 Uhr Meditation (optional)
8:00 Uhr Frühstück
9:30 - 12:00 Uhr Seminar
Ende mit dem Mittagessen (optional)

VORAUSSETZUNG

- Mindestens ein MBI-Kurs sollte bereits gehalten worden sein
- Aktive und vollständige Teilnahme

TEILNAHMEGEBÜHR

€ 540
(ohne Unterkunft + Verpflegung)

TEILNEHMER*INNENZAHL

min. 10, max. 20

VERANSTALTUNGSORT

Jugend- und Bildungshaus St. Arbogast
Montfortstraße 88
6840 Götzis, ÖSTERREICH
Telefon: +43 (0)5523 625010
E-Mail: willkommen@arbogast.at
Website: www.arbogast.at

ZIMMERBUCHUNG

Bitte wenden Sie sich zur Zimmerbuchung direkt an das Bildungshaus St. Arbogast. Es stehen Einzel- und Doppelzimmer in verschiedenen Preiskategorien zur Verfügung.

ANMELDUNG

petra.tschoegl@achtsamkeitsprogramme.at

STORNIERUNGSBEDINGUNGEN

Bei Stornierungen bis 6 Wochen vor Retreat-Beginn wird eine Stornierungsgebühr von 50 Euro erhoben. Danach ist eine Rückzahlung abzüglich der Stornierungsgebühr nur möglich, wenn es eine Warteliste gibt und ein/e TeilnehmerIn nachrücken kann, der/die die Voraussetzungen erfüllt.

HAFTUNGSHINWEIS

Die Teilnahme an diesem Angebot erfolgt auf eigene Verantwortung. ReferentInnen und Veranstalter übernehmen keinerlei Haftung für anlässlich der Kursteilnahme entstehende Personen- und Sachschäden.

KONTAKTDATEN / IMPRESSUM

Béatrice Heller
Holzmoosrütistrasse 18a, 8820 Wädenswil
mail@beatriceheller.ch

Mag. Petra Tschögl
Hauptplatz, Grätzl 5/4 3730 Eggenburg
petra.tschoegl@achtsamkeitsprogramme.at