

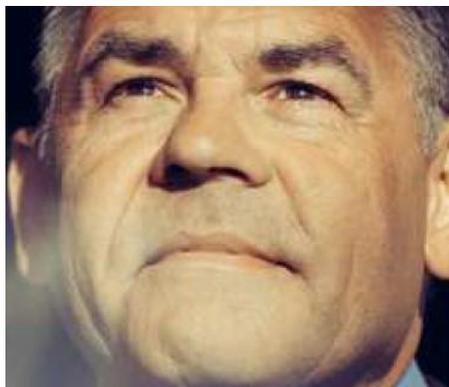
Online-Trainer:innen-Ausbildung **Achtsamkeit in Organisationen**

Jahres-Ausbildungsgruppe in 10 Modulen

Das *Training Achtsamkeit in Organisationen (TAO)* ist ein professionelles, höchst wirkungsvolles und weltanschaulich neutrales Verfahren zur Bewusstseinsentwicklung. Die Menschen erfahren die Kraft der Stille und werden zur Tat befreit angesichts der Herausforderungen der unsicheren und komplexen Arbeitswelt und der Zerstörung unseres Planeten.

Die Teilnehmenden erleben einen intensiven Prozess der Bewusstwerdung und lernen, denselben an Menschen aller Altersstufen in entsprechenden Kursen oder Einzelsitzungen weiterzuvermitteln.

Die Schulung der Achtsamkeit ist die Grundlage des Trainings. Achtsamkeit bedeutet die Fähigkeit, die Aufmerksamkeit in den gegenwärtigen Moment zu bringen und die innere und äußere Wirklichkeit direkt wahrzunehmen, ohne sie zu bewerten. Es ist das offene und nicht wertende Gewahrsein all dessen, was gerade ist, sei es angenehm oder unangenehm. Durch die Anwendung der Achtsamkeit auch in Situationen, die mit Stress, Schmerz und unangenehmen Gefühlen verbunden sind, hört der Geist auf, automatisch gegen alle Unannehmlichkeiten anzukämpfen, wird ruhiger und gelassener und gewinnt eine neue Perspektive. So kommen nicht nur die Dinge in den Blick, die schwierig und schmerzhaft sind, sondern wieder auch die vielen Dinge, die in Ordnung sind. Achtsamkeit gewinnen heißt, in jedem Augenblick des Lebens „voll dazusein“, um so den Herausforderungen des Alltags angemessen und heiter begegnen zu können.

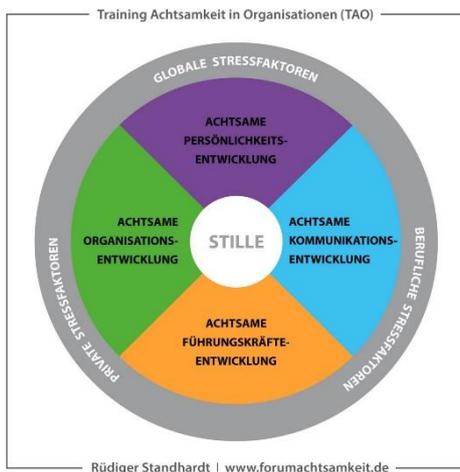


Rüdiger Standhardt

Seminar Nr.:	889523
Termin:	03.03.2023 – 16.12.2023 Terminübersicht s. Seite 2
Ort:	online via Zoom
Kosten:	2.995,- € insgesamt (inkl. ausführlicher Teilnahme-Unterlagen, regelmäßiger Betreuung durch die Ausbildungsleitung, Nutzung des internen Bereiches und Zertifikat)
Dozent:	Rüdiger Standhardt
Rüdiger Standhardt , Dipl.-Päd., Trainer, Berater, Coach. TZI-Gruppenleiter (RCI), Yogalehrer (BDY), Ausbilder im Training Achtsamkeit in Organisationen (TAO). Langjährige Zen- und Yoga-Praxis bei Pater Lassalle, Prof. Dr. M. von Brück und R. Sriram. MBSR-Weiterbildungen bei Dr. Jon Kabat-Zinn, Dr. Saki Santorelli, Melissa Blacker und Florence Meleo-Meyer. Autor verschiedener Buchveröffentlichungen.	
☎	0160 / 84 61 353
Internet:	www.forumachtsamkeit.de
Zahlungsmodalitäten:	
Ratenzahlung ist auf Wunsch möglich.	
1. Rate:	1.250 € bei Anmeldung
2. Rate:	590 € bis zum 14.04.2023
3. Rate:	590 € bis zum 17.07.2023
4. Rate:	565 € bis zum 29.09.2023
Ansonsten gelten die in unseren AGBs veröffentlichten Stornobedingungen.	
Min.-/Max.-Teilnehmendenzahl: 10-20 Teilnehmende	
Leistungen: Durchführung des Seminars, seminarbegleitende Unterlagen	

Ausbildungstermine

1. Termin: 03.-05. März 2023 (Fr 9 Uhr - So 16 Uhr),
Leitung: Rüdiger Standhardt und Dr. Ulrich Ott
2. Termin: 31. März 2023 (Fr 9 - 18 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt
3. Termin: 28.-29. April 2023 (Fr 9 Uhr - Sa 16 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt und Claudia Braun
4. Termin: 31. Mai 2023 (Mi 9 - 18 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt
5. Termin: 23.-24. Juni 2023 (Fr 9 Uhr - Sa 16 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt und Barbara Boy
6. Termin: 31. Juli 2023 (Mo 9 - 18 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt
7. Termin: 13.-17. September 2023 (Mi 9 Uhr - So 15 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt
8. Termin: 04.-05. November 2023 (Fr 9 Uhr - Sa 16 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt und Dr. Kai Romhardt
9. Termin: 18.-19. November 2023 (Fr 9 Uhr - Sa 16 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt und Dr. Britta Hölzel
10. Termin: 15.-16. Dezember 2023 (Fr 9 Uhr – Sa 16 Uhr)
Leitung: Rüdiger Standhardt



Peergruppe: Zwischen den Ausbildungseinheiten treffen sich die Teilnehmer/innen in regionalen Peergruppen, um die Ausbildungsinhalte zu üben und zu vertiefen.

Zielgruppe: Die Praxis der Achtsamkeit eignet sich für alle Menschen, die ihr Leben bewusster und selbstverantwortlicher gestalten wollen. Das Achtsamkeitstraining eignet sich ebenfalls hervorragend für Menschen, die im Gesundheitswesen, in sozialen Berufen oder in pädagogisch-therapeutischen Berufen tätig sind – einerseits zum Erlernen eines konstruktiven Umgangs mit Stress, andererseits zur Entdeckung und Veränderung eigener unbewusster Denk-, Gefühls- und Handlungsmuster, die sich im Umgang mit Menschen störend auswirken.

Die Praxis der Achtsamkeit findet inzwischen breite Anwendung als Begleitung oder Ergänzung einer medizinischen Behandlung oder Psychotherapie, im Rahmen von Beratung und Coaching, in der Selbsthilfebewegung, im Sport, in Schulen und Bildungsveranstaltungen sowie in Unternehmen.

Teilnahmevoraussetzungen

- Mindestens einjährige Meditationspraxis
- Erfahrungen in der Arbeit mit Gruppen
- Teilnahme am dreitägigen Online-Seminar „Lebenskunst Achtsamkeit. Einführung in das Training Achtsamkeit in Organisationen“

Termine:

Termin 1: 6. - 8. Januar 2023

Termin 2: 15.-17. Februar 2023

(Täglich jeweils 9.00 Uhr – 18.00 Uhr, am letzten Tag bis 12.30 Uhr, mit anschließender Informationseinheit zur TAO-Ausbildung von 13.30 – 15 Uhr)

Seminargebühr: 375,- EUR

Info und Anmeldung: Website des LIW e.V. unter <http://www.liw-ev.de/detailev/?event=44264> bzw. <http://www.liw-ev.de/detailev/?event=44265>

- Die innere Bereitschaft, einen intensiven Entwicklungsprozess zu durchlaufen und während der Ausbildung **täglich** mindestens 15 Minuten Achtsamkeit zu praktizieren, dreimal am Tag das achtsame Innehalten im beruflichen Kontext zu praktizieren sowie die Bereitschaft zum regelmäßigen Literaturstudium, zur schriftlichen Reflexion, zu den Lernpatenschaften und zum Austausch in der Peergruppe.

Das Buch zum TAO-Übungsweg



Rüdiger Standhardt: *TAO – Training Achtsamkeit in Organisationen*. Die Kunst, sich selbst und eine Organisation achtsam zu führen. Stuttgart: Klett-Cotta 2022, 312 Seiten mit Beiträgen von Dr. Kai Romhardt und Dr. Britta Hölzel sowie zwei Übungs-CDs.

Organisatorisches

Die Ausbildungsmodule finden online via Zoom statt. Diese Ausbildung ist nicht als Bildungsurlaub anerkannt.

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt über die Website des LIW e.V. über folgenden Link:

<http://www.liw-ev.de/detailev/?event=44263>

Bitte geben Sie bei der Anmeldung im Feld Bemerkungen die Daten des dreitägigen Seminars „Lebenskunst Achtsamkeit“ an, das Sie besucht haben!

Es handelt sich um eine Kooperationsveranstaltung mit dem Forum Achtsamkeit.



Forum Achtsamkeit