

## »Den Wandel in der Arbeitswelt achtsam gestalten«

»Rüdiger Standhardt gehört zu den Pionieren, die dem Thema Achtsamkeit den Weg in die Geschäftswelt geebnet haben.

Mit seinem neuen Buch »TAO – Training Achtsamkeit in Organisationen« gelingt es ihm, die Tiefendimension der Achtsamkeitspraxis, mit den Anforderungen der Arbeitswelt in eine konstruktive Beziehung zu bringen. Sehr praxisorientiert und mit einem in vielen Jahren eigener Achtsamkeitsübung entwickelten Gespür für die Herausforderungen menschlicher Entfaltung führt Standhardt seine Leser:innen durch Entwicklungsprozesse, die menschliche Tiefe und Wirksamkeit fördern. Meiner Meinung nach ein hervorragendes Buch für alle, die anfangen, die vermeintlichen Zwänge im Business zu hinterfragen. Und die dabei erkennen können, welches erstaunliches Entwicklungspotential ihnen selbst und in der Arbeitswelt noch zu entdecken ist.«

Paul J. Kohtes



©Rolf Wegst

### Rüdiger Standhardt

Dipl.-Pädagoge, Coach, Trainer für Persönlichkeits- und Organisationsentwicklung sowie Autor zahlreicher Buchveröffentlichungen und Artikel. Seit 2017 Institutsleiter des Forum Achtsamkeit – Institut für Ausbildung, Training und Coaching.

Er praktiziert seit 1979 Meditation, hat seit 1998 über 65 Achtsamkeitsausbildungen geleitet, über tausend Menschen in achtsamkeitsbasierten Verfahren ausgebildet und ist Leiter der TAO-Ausbildung.

#### Informationen zu den Büchern:

<https://www.klett-cotta.de/personen/ruediger-standhardt-p-816>

#### Informationen zum Tages-Workshop:

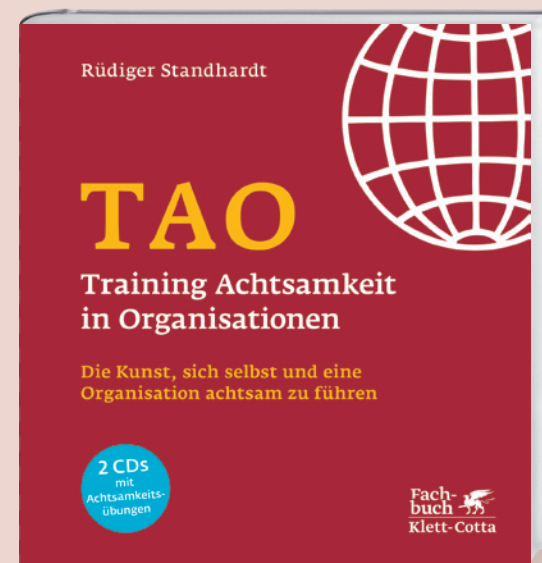
Achtsamkeit@Work – Was Achtsamkeit für den beruflichen Alltag bringt und zu den TAO-Trainings  
[www.forumachtsamkeit.de](http://www.forumachtsamkeit.de)

#### Kontakt zu Rüdiger Standhardt:

Forum Achtsamkeit  
Zum Kleinen Ölberg 20  
53639 Königswinter-Thomasberg  
E-Mail: [info@forumachtsamkeit.de](mailto:info@forumachtsamkeit.de)  
Telefon: 0160-8461353



## Rüdiger Standhardt bei Klett-Cotta



## Achtsamkeitsturbo für den Wandel in der Arbeitswelt

Entdecken Sie die Bücher  
von **Rüdiger Standhardt** bei Klett-Cotta.

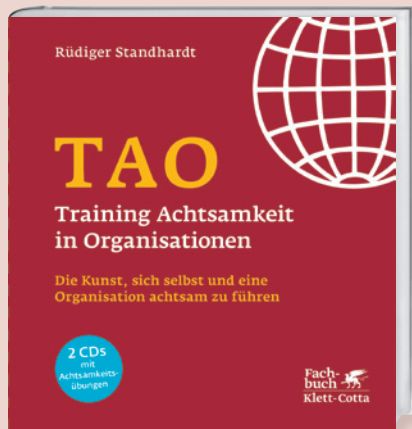
Im **Forum Achtsamkeit** bietet der Autor zudem Achtsamkeit@Work und vier TAO-Trainings an:

- Persönlichkeitsentwicklung
- Kommunikationsentwicklung
- Führungskräfteentwicklung
- Organisationsentwicklung



# Achtsamkeit – Die Antwort auf die aktuellen Herausforderungen in der Arbeitswelt

Rüdiger Standhardt  
bei Klett-Cotta



Rüdiger Standhardt  
**TAO – Training Achtsamkeit in Organisationen**  
Die Kunst, sich selbst und eine Organisation achtsam zu führen

Mit einem Vorwort von Dr. Kai Romhardt und einem Beitrag von Dr. Britta Hölzel  
312 Seiten, gebunden, mit 2 Hör-CDs  
€ 30,- (D). ISBN 978-3-608-98483-5



- Über 50.000 verkaufte Exemplare der Vorgängerwerke
- Erstmals und bisher einmalig: Vier aufeinander aufbauende Achtsamkeitstrainings von der Persönlichkeitsentwicklung bis zur Organisationsentwicklung in einem Buch
- Mit Impulsen für ein nachhaltiges Leben inmitten der globalen Krise

**Ein einzigartiges Achtsamkeitsbuch: persönlich, lebendig, provokant und humorvoll!**

Immer mehr Menschen leiden unter Unsicherheit, Arbeitsverdichtung, der enormen Veränderungsgeschwindigkeit und der Zerstörung unseres Planeten. Klar ist auch: Die individuellen und kollektiven Herausforderungen werden weiter zunehmen! Daher sind wirksame Gegenpole umso wichtiger. Hierzu gehören Innehalten, Entschleunigung, Bewusstheit und Stille.

Die Einübung der Achtsamkeit für den beruflichen Alltag ist ein Weg der Persönlichkeitsentwicklung und zugleich noch viel mehr: ein innovativer Ansatz der achtsamen Kommunikations-, Führungskräfte- und Organisationsentwicklung. Vor dem Hintergrund der globalen Krise ist die Zeit reif für einen echten Wandel in der Arbeitswelt, ein Umdenken in der Organisationsführung und eine Vision für ein achtsames Miteinander.

Dieses Buch beinhaltet vier aufeinander aufbauende Achtsamkeitstrainings, neun angeleitete Achtsamkeitsübungen sowie faszinierende neurowissenschaftliche Forschungsergebnisse und Hintergrundinformationen.

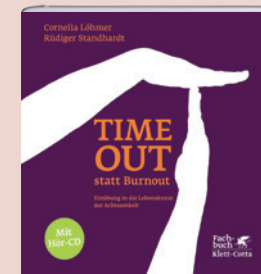
## Zielgruppe:

- Alle, die Achtsamkeit in ihren beruflichen Alltag integrieren möchten
- Führungskräfte in Organisationen, Unternehmen und sozialen Einrichtungen;
- Selbstständige TrainerInnen, BeraterInnen und Business Coaches;



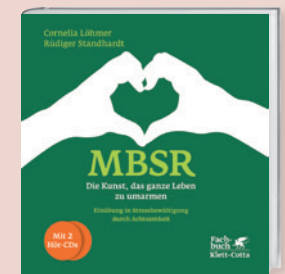
Rüdiger Standhardt  
**Die Kunst, den Tod ins Leben einzuladen**  
Denkanstöße für einen achtsamen Umgang mit Sterben, Tod und Abschied

ISBN 978-3-608-98707-2



Rüdiger Standhardt, Cornelia Löhmer  
**Timeout statt Burnout**  
Einübung in die Lebenskunst der Achtsamkeit

ISBN 978-3-608-94729-8



Rüdiger Standhardt, Cornelia Löhmer  
**MBSR – Die Kunst, das ganze Leben zu umarmen**  
Einübung in Stressbewältigung durch Achtsamkeit

ISBN 978-3-608-94579-9



Rüdiger Standhardt, Cornelia Löhmer  
**Die Kunst, im Alltag zu entspannen**  
Einübung in die Progressive Muskelentspannung

ISBN 978-3-608-94578-2



Rüdiger Standhardt, Cornelia Löhmer  
**TZI – Die Kunst, sich selbst und eine Gruppe zu leiten**  
Einführung in die Themenzentrierte Interaktion

ISBN 978-3-608-96122-5