

Achtsamkeit in Bildung, Beratung und Gesundheitswesen

(Hochschullehrgang mit Masterabschluss) vorbehaltlich der Genehmigung durch das BMB

KURZBESCHREIBUNG

Das Masterstudium vermittelt eine umfassende theoretische, didaktische und persönliche Weiterbildung zum Thema Achtsamkeit in den Anwendungsfeldern von Bildung, Beratung und Gesundheitswesen. Im Zentrum stehen aktuelle und traditionelle Formen des Trainings von **Aufmerksamkeit und Präsenz, Emotions- und Selbstregulation**.

Stress-Management und Stress-Resilienz sowie der Zusammenhang von Achtsamkeit und Mitgefühl. "Ziel" des Studiums ist es, das Thema aus **wissenschaftlicher** Perspektive zu betrachten und einer kritischen Analyse zu unterziehen sowie die Teilnehmer_innen durch **praktisch-didaktische** Kompetenzen und eigene Achtsamkeitspraxis dazu zu befähigen, Übungsformen der Achtsamkeit im beruflichen und persönlichen Kontext anzuwenden, zu lehren und durch Projekte zu implementieren.

Achtsamkeit ist das **Potential** des menschlichen Geistes, präsent zu sein, d.h. mit dem Bewusstsein ganz in der Gegenwart zu sein und vorurteilslos, mitfühlend und offen wahrzunehmen, was um uns herum und in uns geschieht. Diese Grundfähigkeit **kann durch Übung entfaltet** und **kultiviert** werden. Achtsamkeit ist damit sowohl die Fähigkeit einer umfassenden Präsenz als auch der Weg zu ihrer Entfaltung.

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

<p>Zulassungskriterien Eingangskriterien</p>	<p>Die Zulassungsvoraussetzung für dieses Masterstudium ist:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ein abgeschlossenes Hochschulstudium (Bachelor, Master/Magister, Doktorat) • oder ein abgeschlossenes vergleichbares Studium (z. B. Lehramtsstudium). <p>Die erforderlichen Nachweise (Nachweis der allgemeinen Hochschulreife, Nachweis der Absolvierung des Hochschulstudiums) sind von den Aufnahmebewerber_innen zu erbringen.</p> <p>Über die Anerkennung der vergleichbaren Qualifikation entscheidet mit schriftlicher Begründung das Leitungsteam bzw. der Vizerektor für Fort- und Weiterbildung.</p>
<p>Aufnahmegespräche</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Vereinbaren Sie einen individuellen Gesprächstermin direkt mit der Lehrgangsführerin Susanne Strobach, MSc.

Zu erwerbende Kompetenzen	<p>Teilnehmerinnen und Teilnehmer folgende Kompetenzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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
Sprache	Deutsch/Englisch
Status	SS 2018, Vorbehaltlich der Genehmigung des BMBWF!
Dauer	5 Semester
EC	90 ECTS
Abschluss	<p>Abschluss des Hochschullehrgang mit Masterabschluss und Graduierung. Die Graduierung erfolgt,</p> <ul style="list-style-type: none"> • wenn alle Module des Hochschullehrgang mit Masterabschluss positiv beurteilt worden sind, • die Beurteilung der Masterarbeit positiv ist, • die Masterprüfung erfolgreich abgelegt wurde und • die Masterarbeit elektronisch abgegeben wurde und durch Übergabe eines vollständigen Exemplars an die Bibliothek der Pädagogischen Hochschule veröffentlicht worden ist. <p>Nach Beendigung des Masterlehrganges erhält die Studierende/der Studierende den Titel „Master of Science (MSc)“.</p> <p>Mit diesem Masterstudium ist kein Rechtsanspruch auf ein Doktoratsstudium verbunden.</p>
Kosten	<p>1700.- pro Semester inklusive ÖH-Beitrag</p> <p>Zusätzlich Aufenthaltskosten für dislozierte Phasen können entstehen.</p>
Lehrgangsleitung	<p>Susanne Strobach, MSc M sinnvoll@achtsamkeits-akademie.at</p> <p>Dr. Karlheinz Valtl M karlheinz.valtl@univie.ac.at</p>
Kontakt	<p>Mag. Johannes Petschenig, MSc. M johannes.petschenig@kphvie.ac.at T +43-676 5325897</p>