

## Lehrveranstaltung: Achtsamkeitsbasierte Interventionen: Grundlagen und Anwendung

| Allgemeine Informationen    |                                                                                                                          |
|-----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Veranstaltungsname</b>   | Achtsamkeitsbasierte Interventionen: Grundlagen und Anwendung<br>Mindfulness-based interventions: basics and application |
| <b>Veranstaltungskürzel</b> | 5.57.10.52                                                                                                               |
| <b>Lehrperson(en)</b>       | Prof.Dr. Backhaus, Olaf (olaf.backhaus@haw-kiel.de)                                                                      |
| <b>Angebotsfrequenz</b>     | Regelmäßig                                                                                                               |
| <b>Angebotsturnus</b>       | In der Regel jedes Semester                                                                                              |
| <b>Lehrsprache</b>          | Deutsch                                                                                                                  |

| Kompetenzen / Lernergebnisse                                                                                                                                                       |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <i>Kompetenzbereiche: Wissen und Verstehen; Einsatz, Anwendung und Erzeugung von Wissen; Kommunikation und Kooperation; Wissenschaftliches Selbstverständnis/Professionalität.</i> |  |
| wird in der Veranstaltung bekannt gegeben                                                                                                                                          |  |

| Angaben zum Inhalt |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|--------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Lehrinhalte</b> | Der Begriff Achtsamkeit („Mindfulness“) steht im Mittelpunkt einer Gruppe relativ neuer kognitiv-behavioraler Interventionskonzepte. Im Mittelpunkt des Seminars steht die Akzeptanz- und Commitmenttherapie nach Steven Hayes (ACT). ACT-basierte Interventionen liegen für Suchterkrankungen, Angst, Burnout, chronische Schmerzen oder Erziehungsberatung vor. Im Rahmen des Seminars werden zentrale Behandlungsprozesse des Ansatzes kompetenzorientiert erarbeitet. Hierzu gehören u. a. Achtsamkeit, Akzeptanz und kognitive Defusion. Darauf aufbauend werden Fallbeispiele besprochen und Interventionskonzepte für Erwachsene und Kinder praxisnah eingeübt. |
| <b>Literatur</b>   | Boone (2014): Mindfulness and Acceptance in Social Work<br>Greco (2011): Akzeptanz und Achtsamkeit in der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie<br>Wengenroth (2017): Therapie-Tools Akzeptanz- und Commitmenttherapie                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

| Lehrform der Lehrveranstaltung |            |
|--------------------------------|------------|
| <b>Lehrform</b>                | <b>SWS</b> |
| Übung                          | 2          |

| Prüfungen                           |      |
|-------------------------------------|------|
| <b>Unbenotete Lehrveranstaltung</b> | Nein |