

Course: Achtsamkeit in Theorie und Praxis

General information	
Course Name	Achtsamkeit in Theorie und Praxis Mindfulness in Theory and Practice
Course code	400.5
Lecturer(s)	Prof. Dr. Laudien, Joachim (joachim.laudien@haw-kiel.de)
Occurrence frequency	Regular
Module occurrence	In der Regel im Sommersemester
Language	Deutsch

Qualification outcome
<i>Areas of Competence: Knowledge and Understanding; Use, application and generation of knowledge; Communication and cooperation; Scientific self-understanding / professionalism.</i>
Die Studierenden können theoretische Grundlagen von Achtsamkeit erläutern. Sie erkennen reflektierend die Bedeutung von Achtsamkeit für professionelles Handeln in der Sozialen Arbeit und Kindheitspädagogik. Sie können ausgewählte Achtsamkeitspraktiken gegeneinander abgrenzen.
Die Studierenden können Achtsamkeitsmethoden praktisch umsetzen. Sie können achtsamkeitsbasierte Mikropraktiken in den (beruflichen) Alltag integrieren und können Grenzen, Fallstricke und Fehlkonzepte im Umgang mit Achtsamkeit erkennen und reflektieren.
Die Studierenden können ihre Präsenz und Resonanzfähigkeit im Kontakt mit Klient*innen, Kolleg*innen und Teams fördern und reflektieren.
Die Studierenden können Achtsamkeit als professionelle Kompetenz in Leitung, Organisation und klinischen Praxisfeldern integrieren.

Content information	
Content	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung in Grundhaltungen und Prinzipien von Achtsamkeit - Praktische Übungen zur Aufmerksamkeitslenkung, Körperwahrnehmung und Beobachtung - Anwendung achtsamkeitsbasierter Mikropraktiken im (beruflichen) Alltag - Umsetzung achtsamkeitsbasierter Methoden in Kontexten der Sozialen Arbeit und Kindheitspädagogik - Kritische Auseinandersetzung mit Fallstricken, Überforderungen und Fehlkonzepten von Achtsamkeit
Literature	wird in Lehrveranstaltung bekannt gegeben

Teaching format of this course	
Teaching format	SWS
Seminar	2

Examinations	
Ungraded Course Assessment	No