

## Course: Achtsamkeitsbasierte Interventionen: Grundlagen und Anwendung

---

General information	
<b>Course Name</b>	Achtsamkeitsbasierte Interventionen: Grundlagen und Anwendung Mindfulness-based interventions: basics and application
<b>Course code</b>	5.52.50.21 (5.25.34.0)
<b>Lecturer(s)</b>	Prof.Dr. Backhaus, Olaf (olaf.backhaus@haw-kiel.de)
<b>Occurrence frequency</b>	Regular
<b>Module occurrence</b>	In der Regel jedes Semester
<b>Language</b>	Deutsch

Qualification outcome
<i>Areas of Competence: Knowledge and Understanding; Use, application and generation of knowledge; Communication and cooperation; Scientific self-understanding / professionalism.</i>
wird in der Veranstaltung bekannt gegeben

Content information	
<b>Content</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>Literature</b>	Boone (2014): Mindfulness and Acceptance in Social Work Greco (2011): Akzeptanz und Achtsamkeit in der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie Wengenroth (2017): Therapie-Tools Akzeptanz- und Commitmenttherapie

Teaching format of this course	
<b>Teaching format</b>	<b>SWS</b>
Übung	2

Examinations	
<b>Ungraded Course Assessment</b>	No