Medizin, Therapie, multiprofessionelles Team
Fortbildungen

Berufsbegleitende Ausbildung zum MBSR-Lehrer/zur MBSR-Lehrerin

Mindfulness-based Stress Reduction nach Kabat-Zinn in Kooperation mit dem Achtsamkeitsinstitut Ruhr

Termin
14.07.2022
Weitere Termine siehe unten!

Referent_innen
Petra Meibert
WEITERE INFORMATIONEN
Jörg Meibert
WEITERE INFORMATIONEN

Seminarnummer
221-37

Kursgebühr
4.480,00

Da der Orientierungstag zur Ausbildung zum MBSR-Lehrer/zur MBSR-Lehrerin für Interessent*innen bereits stattgefunden (09.04.2022) hat, erhalten Sie nach Prüfung der Bewerbungsunterlagen die Einladung zu einem Einzelgespräch (kostenpflichtig) mit Petra oder Jörg Meibert. In diesem erhalten Sie einen umfangreichen Überblick über Struktur,

Inhalte, Methodik und Zielsetzung der Weiterbildung und können Ihre individuellen Fragen klären.

Senden Sie uns bitte das ausgefüllte Bewerbungsformular (per Post, Fax oder E-Mail) zu:

- Download Bewerbungsformular

Nach Prüfung der Bewerbungsunterlagen werden Sie direkt von Petra oder Jörg Meibert kontaktiert, um ein telefonisches Infogespräch zu vereinbaren.

Bevor Sie das Bewerbungsformular ausfüllen, beachten Sie bitte die folgenden Informationen zur MBSR-Ausbildung , insbesondere die Teilnahmevoraussetzungen:

Teilnahmevoraussetzungen:

- Teilnahme am Orientierungstag bzw. an einem ausführlichen telefonischen Infogespräch mit Jörg/Petra Meibert
- Mindestens zwei Jahre regelmäßige Meditationspraxis z. B. in Vipassana, Zen, Kontemplation, Dzogchen
- Teilnahme an einem 8-Wochenkurs MBSR bei einem/einer zertifizierten MBSR-Lehrer*in möglichst vor Beginn der Ausbildung
- Erfahrung in meditativer Körperarbeit (Yoga, Tai Chi, Qigong oder einer Körpertherapie-Methode) sollte möglichst vorhanden sein
- Teilnahme an einem (mindestens) fünftägigen Schweigeretreat unter Leitung eines Meditationslehrers

Falls Sie zu den Teilnahmevoraussetzungen vorab Fragen haben, wenden Sie sich bitte an das Achtsamkeitsinstitut Ruhr (www.achtsamkeitsinstitut-ruhr.de):
Tel.: 0049-(0) 201- 59808068; E-Mail: info@achtsamkeitsinstitut-ruhr.de

Das Wichtigste zur Ausbildung auf einen Blick:

Ab Juli 2022 bieten wir in Kooperation mit dem Achtsamkeitsinstitut Ruhr als verantwortlichem MBSR- und MBCT-Ausbildungsinstitut wieder eine Ausbildung zum MBSR-Lehrer/ zur MBSR-Lehrerin (Mindfulness-based Stress Reduction nach Kabat-Zinn) an. Die Ausbildung befähigt die Teilnehmenden, auf der Basis eines erfahrungsbasierten Verstehens von Achtsamkeit, professionell und kompetent einen achtwöchigen MBSR-Kurs zu leiten und je nach Gegebenheiten, auch andere Kursformate zu entwickeln.
Bei entsprechendem Grundberuf nach § 20 SGB V (Psycholog*innen, Ärzt*innen, Pädagog*innen, Sozialpädagog*innen, Sozialwissenschaftler*innen und Gesundheitswissenschaftler*innen) und abgeschlossener Ausbildung werden die MBSR-Kurse von den Krankenkassen als Präventionskurse bezuschusst.

Die für die Konzeption und Leitung der Ausbildung verantwortlichen Dozent*innen sind hoch qualifiziert und erfahren sowohl im Leiten von MBSR-Kursen in unterschiedlichen Settings als auch in der Ausbildung von MBSR-Lehrer*innen z. T. mit internationaler Erfahrung. Die Ausbildung entspricht den Qualitätskriterien des MBSR/MBCT- Verbandes und den internationalen Standards des Center for Mindfulness/ USA für MBSR-Ausbildungen.

Referent*innen der Ausbildung:

Zum Dozententeam gehören: Gerlinde Albrecht, Lot Heijke, Günter Hudasch, Knut Jöbges, Petra Meibert, Jörg Meibert und Prof. Dr. Johannes Michalak.

Termine:

Beginn und Dauer der Ausbildung: 14. Juli 2022 bis 29. Oktober 2023; insgesamt umfasst die Ausbildung acht mehrtägige Module (29 Tage). Fünf Module werden in der Akademie im Park und drei Module in einem Meditationshaus stattfinden.

Im Vergleich zu unseren ersten beiden Ausbildungen und zu den Ausbildungen anderer Anbieter haben wir die Dauer dieser Ausbildung um 1,5 Tage verlängert, um dem Thema „Achtsamkeit in Unternehmen“ einen adäquaten Raum geben zu können. Wir freuen uns sehr, dass wir hierfür Günter Hudasch (1. Vorsitzender des Berufsverbandes der MBSR und MBCT Lehrer*innen in Deutschland) gewinnen konnten, den eine besondere Expertise für dieses Thema auszeichnet.

Gesamtkosten der Ausbildung:

Kursgebühr: 4.480,00 € inklusive Unterrichtsmaterial
zzgl. 4 Sitzungen Supervision, je 80,00 € (werden mit den Dozenten direkt abgerechnet)
Unterkunft inkl. Vollverpflegung im Seminarhaus ca. 85,00 € pro Tag,
Verpflegungspauschale in der Akademie im Park (5 Module: 2 x 3,5 Tage und 3 x 2,5 Tage): 380,00 €

Ausführliche Informationen zu allen Aspekten der MBSR-Ausbildung (auch die Termine) finden Sie hier zum Downloaden: MBSR-Broschüre.

Zertifizierte Zusatzqualifikation als MBCT-Lehrer*in möglich

Im Anschluss an die MBSR-Ausbildung können Sie im Achtsamkeitsinstitut Ruhr, wenn Sie die Voraussetzungen erfüllen, an einem fünftägigen Aufbaumodul zu MBCT teilnehmen. MBCT (Achtsamkeitsbasierte Kognitive Therapie zur Rückfallprophylaxe bei Depressionen) verbindet die Übungen und die Struktur von MBSR mit Elementen aus der Kognitiven Verhaltenstherapie und reduziert das Rückfallrisiko bei rezidivierender Depression um bis zu 50 %.
Das MBCT-Modul wird im Achtsamkeitsinstitut Ruhr einmal jährlich angeboten. Petra Meibert und Prof. Dr. Johannes Michalak sind die Pioniere und führenden Fachleute für MBCT in Deutschland. Seit 2004 engagieren sie sich mit Unterstützung von Prof. Mark Williams, Universität Oxford, für Forschung, Ausbildung und Veröffentlichungen zu MBCT. Das MBCT Modul für MBSR Lehrer haben sie mit Unterstützung von Prof. Mark Williams entwickelt und bilden seit 2007 in MBCT aus.
Mehr dazu finden Sie hier.

Ausführliche Informationen zu allen Aspekten der Ausbildung finden Sie hier >.

Zielgruppe

Insbesondere alle Berufsgruppen, die im psychosozialen Arbeitsfeld, in der Pädagogik oder im Gesundheitswesen tätig sind sowie Coaches, Berater_innen, ausgebildete Yoga- oder Qigong Lehrer*innen o. ä.

Maximale Teilnehmerzahl

22

Termine / Folgeseminare

Termin 1: 14. – 17. Juli 2022 Ort: Seminarhaus Neumühle-Saar
Termin 2: 15. – 18. September 2022 Ort: Akademie im Park, Wiesloch
Termin 3: 09. – 11. Dezember 2022 Ort: Akademie im Park, Wiesloch
Termin 4: 23. – 26. Februar 2023 Ort: Akademie im Park, Wiesloch
Termin 5: 27. – 30. April 2023 Ort: Seminarhaus Neumühle-Saar
Termin 6: 20. – 23. Juli 2023 Ort: Seminarhaus Neumühle-Saar
Termin 7: 15. – 17. September 2023 Ort: Akademie im Park, Wiesloch
Termin 8: 27. – 29. Oktober 2023 Ort: Akademie im Park, Wiesloch

Referent_innen

Petra Meibert

Diplom-Psychologin, Ausbilderin und Supervisorin für MBSR und MBCT, Buchautorin

Jörg Meibert

Dipl. Sozialpädagoge, MBSR- und MBCT-Lehrer, Ausbilder und Supervisor

Sie haben Fragen?

Inga Weise

Bildungsreferentin

Telefon: 06222 55-2752
inga.weise@akademie-im-park.de