

PASo - schulexterne Fortbildung

Pädagogik mit **A**chtsamkeit und **S**elbstmitgefühl offen für Menschen aus pädagogischen, sozialen und therapeutischen Berufen

Wollen Sie Ihre eigene Achtsamkeits- und Selbstmitgefühlspraxis beginnen oder vertiefen?
Möchten Sie gerne Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl in Ihren pädagogischen Alltag integrieren? Sind Sie an kreativer, lebendiger Achtsamkeitsvermittlung interessiert?
achtsam - selbstmitfühlend – kreativ



Fortbildung aus 2 Elementen

Element 1) Online-Selbstlernkurs 8 Module

Achtsamkeit, Selbstmitgefühl, Kreativität - damit Lebendigkeit blühen kann

Element 2) Präsenzkurs ein WE Fr 16.00 - So 16.00

Fortbildung SOMMERSEMESTER 2022

E 1) Online-Selbstlernkurs persönlicher Start jederzeit ab Ende März 2022

E 2) Präsenzkurs: Fr 24. Juni 2022 ab 16.00 bis So 26. Juni 16.00

Fortbildung WINTERSEMESTER 2022/23

E 1) Online-Selbstlernkurs persönlicher Start jederzeit ab Ende März 2022

E 2) Präsenzkurs: Fr 18. Nov 2022 ab 16.00 bis So 20. Nov 16.00

Zeitausmaß:

Element 1) Online-Selbstlernkurs: 8 Module á ca. 30 min Video, plus 160min Audio, plus schriftliches Begleitmaterial im eigenen Tempo

Element 2) Präsenzkurs: 23 UE á 45min, geblockt Fr 16.00 bis So 16.00

Kosten:

Element 1) Online-Selbstlernkurs: € 159 „Achtsamkeit, Selbstmitgefühl und Kreativität - damit Lebendigkeit blühen kann“ von Helga Luger-Schreiner
Vertrieb: AVE Institut <http://lernen.ave-institut.de/selbstmitgefuehl>

Element 2) Präsenzkurs: € 340 + € 40 für Materialien u. Raum

Ort Präsenzkurs:

Wien

Anmeldung Präsenzkurs:

kann nur mit abgeschlossenem Online-Selbstlernkurs „Achtsamkeit, Selbstmitgefühl und Kreativität - damit Lebendigkeit blühen kann“ erfolgen

helga.luger-schreiner@powerful-heart.at kontakt.pas@univie.ac.at

Bei Interesse von Gruppen kann für den Präsenzkurs ein individueller Termin und eigener Ort vereinbart werden.

Ebenso besteht die Möglichkeit für Einzelcoaching



Inhalte der Fortbildung:

Element 1) Online-Selbstlernkurs:

eine persönliche Achtsamkeitspraxis beginnen und vertiefen, Anfängergeist und Körpergewahrsein, Wohlwollen als Basis für pädagogische Beziehung, Selbstmitgefühl, Umgang mit schwierigen Gefühlen, neue Beziehung zu Schwierigem, Freude, Leichtigkeit, kreative Ressourcen stärken....

Element 2) Präsenzkurs:

Vertiefung der Inhalte und Praxis in Präsenz, - Verkörperung und Reflexion; achtsame, wohlwollende Kommunikation; Team- und Organisationskultur achtsam gestalten; Ermutigung zu schulstrukturellen Veränderungen; Vernetzung und gegenseitige Inspiration; kreative, altersgerechte Vermittlung von Achtsamkeit und Selbstmitgefühl;

Die **schulexterne Fortbildung PASo** unterstützt sie dabei Achtsamkeit und Selbst-Mitgefühl zu kultivieren, Authentizität, Lebendigkeit und Engagement zu leben, und inspiriert eigene Potenziale und Quellen von Kreativität zu entdecken PASo richtet sich an Pädagog*innen (von Elementarpädagogik bis Erwachsenenbildung), Betreuer*innen und Sozialarbeiter*innen PASo entspricht inhaltlich den 3 Phasen der schulinternen Fortbildung PAS



Die Teilnahme an PAS oder PASo erfüllt eine der Teilnahmevoraussetzungen für die AVE- Train-the-Trainer-Weiterbildung für Pädagog*innen zur Lehrerbildner*in

Leitung der Fortbildung:

Mag.a Helga Luger-Schreiner

Zertifizierte Lehrerin für MSC Mindful Self-Compassion,

Mindful Compassionate Parenting MCP Trainerin, Metta-Meditationslehrerin,

multimediale Kunsttherapeutin, Kunstpädagogin, Montessori-Pädagogin, Dozentin,

Leitung Projekt PAS Pädagogik mit Achtsamkeit u. Selbstmitgefühl UNI Wien ZLB,

im Entwicklungsteam des Hochschullehrgangs mit Masterabschluss "Achtsamkeit"

sowie im Team der AVE-Weiterbildung für Pädagog*innen AVE-Institut,

Ko-Autorin des Buches TherapieTools Selbstmitgefühl (Beltz 2020);

eigenes Institut www.powerful-heART.at

kunstbasierte Meditation und meditationsbasierte Kunst:

Seminare, Meditationsabende, Workshops, Retreats und Einzelberatung

Fragen an: helga.luger-schreiner@powerful-heart.at kontakt.pas@univie.ac.at



ACHTSAMKEIT ist Offenheit für das was ist

SELBSTMITGEFÜHL trägt durch die turbulenten Wellen der Erfahrungen

KREATIVITÄT ist Offenheit für das was sein kann

GEMEINSAM - STÄRKEN, INSPIRIEREN, ERMUTIGEN UND VERNETZEN!

