

Achtsame Organisation – systemische Gestaltung und Team Mindfulness

Short Advanced Studies SAS S117

Der Arbeitsalltag lässt wenig Raum zur Reflexion von Verhaltensweisen, welche wir gegenüber uns selbst und Anderen an den Tag legen. Eine achtsame Organisation stellt dazu nötigen Rahmenbedingungen für eine gemeinsame Haltung und Strukturen für das Team bereit. Sie schafft damit Raum für gute Arbeitsbeziehungen und eine ausgeglichene Arbeitsweise.

Die gesundheitlichen Vorteile einer achtsamen Haltung sich selbst und Anderen gegenüber, auch Mindfulness genannt, sind wissenschaftlich breit untersucht und vielfach belegt worden. Gleichsam gibt es noch nicht viele Formate, welche diese Erkenntnisse bewusst auf den beruflichen Fokus ausrichten und vermitteln. In diesem SAS lernen Sie die organisationalen Zusammenhänge kennen, die mit einer achtsamen Haltung innerhalb einer Einrichtung in Verbindung stehen.

Sie entwickeln eine Perspektive für Organisationsentwicklungsprozesse unter Berücksichtigung einer achtsamen (Werte-)Haltung und lernen die Zusammenhänge kennen zwischen dem Fällen von guten Entscheidungen und einer gelebten Achtsamkeitspraxis. Sie lernen das Konzept der Team Mindfulness kennen und wie Sie dieses in Ihrem Arbeitskontext einführen können. Wir reflektieren über den Sinn und potenziellen Mehrwert solcher Mass-nahmen und wie sich das Zusammenspiel zwischen individueller und kollektiver Haltung auf das Arbeitsklima auswirkt. Die theoretischen Impulse werden jeweils unmittelbar auf bestehende Organisationskontexte angewendet und von praktischen Übungen begleitet.

www.fhnw.ch/s117

Ziele
- Verständnis einer systemischen Sichtweise-se auf Achtsamkeit
- Ausdehnung des eigenen Erfahrungswissens auf organisationale Kontexte
- Erfahren des Mindfulness-Ansatzes als potenzielle Verbesserung für das Arbeitsklima
- Kennenlernen von Werkzeugen für eine achtsame Organisationsentwicklung
- Verständnis von Team Mindfulness und dessen potenziellen Wert für den eigenen Arbeitskontext

Zielpublikum
Fach- und Führungspersonen aus dem Profit- sowie Nonprofitbereich, die sich mit dem Thema Achtsamkeit im Arbeitskontext auseinandersetzen wollen.

Voraussetzungen
Die Zulassungsbedingungen richten sich nach dem Programmreglement des CAS Mindful Leadership.

Abschluss
Short Advanced Studies SAS FHNW Achtsame Organisation / 3 ECTS-Kreditpunkte

Voraussetzung zur Erlangung des Abschlusses sind der Besuch der Lehrveranstaltungen (Erfüllung der Anwesenheitspflicht laut Modulbeschreibung) sowie der erfolgreiche Abschluss der Kompetenznachweise.

Daten
Mittwoch, 26.1.28,
Donnerstag, 27.1.28
Sozial und systemisch gestalten

Donnerstag, 24.2.28
Team Mindfulness

Jeweils von 9.00–16.45 Uhr

Zusätzlich werden online drei Randtermine vereinbart:
- Erfahrungsbericht Achtsame Organisation (17.30–19.00 Uhr)
- Erfahrungsbericht Netzwerk Achtsame Wirtschaft (17.30–19.00 Uhr)
- Mindful Lunch (11.30–13.00 Uhr)

Ort
Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW
Hochschule für Soziale Arbeit, Olten

Kosten
CHF 1 670

Dozierende
Lutz Hempel

Leitung
Sarah Bestgen, Dozentin, Institut Beratung, Coaching und Sozialmanagement, Hochschule für Soziale Arbeit FHNW
T +41 62 957 21 01
sarah.bestgen@fhnw.ch

Kontakt
Christian Roth, Leiter Weiterbildungsadmin., Hochschule für Soziale Arbeit FHNW
T +41 62 957 30 32
christian.roth@fhnw.ch

Weiterführende Programme
Dieses SAS ist Teil des CAS-Programms «Mindful Leadership». Weitere Informationen: fhnw.ch/s04.

Anmeldung
fhnw.ch/s117

Änderungen und Preisanpassungen vorbehalten.