

# Schlüsselkompetenz Achtsamkeit



**Fortbildung  
für Beraterinnen, Therapeuten,  
Coaches, Supervisorinnen**

**9./10. Oktober 2020**

**Dr. med. Matthias Lauterbach  
Dr. phil. Reinhard Billmeier**

## Achtsamkeit als Schlüsselkompetenz

Der Begriff „Achtsamkeit“ umschreibt heute einen differenzierten Ansatz der Geistesschulung, der - aus buddhistischen Wurzeln abgeleitet - wichtige Impulse für die Arbeit mit Klienten bei unterschiedlichsten Fragestellungen und Symptomen gibt. Prozesse und Übungen der Achtsamkeit sind mittlerweile in verschiedene Settings integriert (Mind-Body-Medicine, kognitive Therapie, systemische Therapie, MBSR etc.) und wissenschaftlich gut untersucht.

Wir verstehen Achtsamkeit – vergleichbar einer Grundhaltung wie der „Klientenzentriertheit“ in der Gesprächstherapie - als Schlüsselkompetenz für eine jede Form von beziehungs- und entwicklungsorientierter Beratung, und zwar in Bezug auf drei wesentliche Dimensionen: einen gesunden Lebensstil des Beraters, eine Haltung innerhalb der Beratungsbeziehung und schließlich eine Möglichkeit des Supports und der experimentellen Übung für den Klienten. Jeder dieser drei Ebenen widmen wir einen inhaltlichen Schwerpunkt in der Fortbildung. Die Arbeitsweise ist erlebnisorientiert.

Die beiden Fortbildungstage richten sich besonders an Menschen, die bereits systemische und andere Weiterbildungen absolviert haben und den Ansatz der Achtsamkeit in ihre persönlichen Lebensprozesse und in die Arbeit mit ihren Klienten einbringen wollen; wir erwarten, dass die Teilnehmenden mehrjährige Erfahrung in ihrer jeweiligen Grundqualifikation haben und Interesse mitbringen für die Übertragung von Achtsamkeitsübungen in Ihren Arbeits- und Lebensalltag. Bei Fragen sprechen Sie uns gerne persönlich an (s.u.), Organisation/Anmeldung über das NIS Hannover.

### Termin / Ort / Kosten /Anmeldung:

Der nächste Durchgang findet vom 9. bis 10. Oktober 2020, Freitag und Samstag jeweils von 10 – 17 h, in 30175 Hannover, Leisewitzstr. 26 statt (Seminarraum NIS). Die TN-Gebühren betragen 540.- EUR (gesponserte Plätze über persönliche Anfrage). Anmeldung: [buero@nis-hannover.de](mailto:buero@nis-hannover.de), Weitere Informationen: [www.acht-sam-keit.de/41kernkompetenzask.html](http://www.acht-sam-keit.de/41kernkompetenzask.html)

### Leitung:

**Dr. med. Matthias Lauterbach**, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapeutische Medizin, Lehrender Therapeut, Supervisor, Coach (SG), T.: 0151 - 270 555 65, [mail@dr-lauterbach-coaching.de](mailto:mail@dr-lauterbach-coaching.de)

**Dr. phil. Reinhard Billmeier**, Psychologischer Berater und Coach, Supervisor (DGSv), Meditationslehrer, T.: 05121 – 13 07 07, [email@r-billmeier.de](mailto:email@r-billmeier.de)