

asp-Fortbildung 2022

„Achtsamkeit im Bildungssystem“

Vom 12. bis 13.2.2022 findet im Auftrag der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie (asp) eine Fortbildungsveranstaltung zum Thema „Achtsamkeit im Bildungssystem“ statt.

| | |
|-------------------------|--|
| Zielgruppe: | Personen im Schulkontext, Trainer*innen sowie Sportpsychologen*innen. |
| Voraussetzungen: | keine |
| Kapazität*: | mindestens (!) 10 und maximal 20 Teilnehmer/innen |
| Beginn: | 12.02.2022 ab 10:00 Uhr |
| Ende: | 13.02.2022 bis ca. 17:00 Uhr |
| Dauer /Umfang: | 16 UE (1 UE = 45 min) |
| Teilnahmegebühr: | 300 Euro (regulär) bzw. 200 Euro (ermäßigt für asp/dvs/SASP/ÖBS-Mitglieder) |

Organisation &

| | |
|------------------------|---|
| Durchführung: | Prof. Dr. Petra Jansen & Christiane Portele, Uni Regensburg |
| Ort: | online |
| Anmeldung*: | via Geschäftsstelle der asp unter der Mailadresse: office@asp-sportpsychologie.org von dort erhalten Sie weitere Informationen (Zahlungsmodalitäten etc.). |
| Anmeldeschluss: | 05.02.2022 |

Zum Inhalt:

Der Kurs führt theoretisch zum einen in die verschiedenen Theorien der Achtsamkeit ein, zum anderen wird die Bedeutung der Achtsamkeit für die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen anhand wissenschaftlicher Studien dargestellt. Der größte Teil des Kurses ist praxisorientiert: Verschiedene achtsamkeitsbasierte Verfahren und Übungen (Body-Scan, Stopp-Methode) sowie unterschiedliche Meditationsformen (Atem-, Mitgefühl-, Selbstmitgefühlsmeditationen) werden kennengelernt. Ein großer Teil des Kurses beinhaltet Übungen zur Durchführung und Gestaltung kindgerechter Achtsamkeitsübungen.

Die Fortbildung kann für den Verbleib auf der Expertendatenbank angerechnet werden.

*Eine Anmeldung ist erst nach erfolgter Zahlung der Teilnahmegebühr abgeschlossen. Bei weniger als zehn abgeschlossenen Anmeldungen (Stichtag 05.02.2022) wird die Veranstaltung nicht stattfinden. Die Anzahl an Teilnehmepätzen ist begrenzt (es können max. 20 Personen teilnehmen).

