



Achtsame Hochschulen
in der digitalen Gesellschaft

Mindful Leadership @ University

Workshop

Eintägige Veranstaltung für akademische und administrative Führungskräfte an Thüringer Hochschulen

Veranstalter: Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*; gefördert von AOK PLUS und Thüringer Ministerium für Wirtschaft, Wissenschaft und digitale Gesellschaft

Freitag, 8. Juni 2018
Samstag, 9. Juni 2018
Donnerstag, 27. September 2018
Freitag, 28. September 2018
Mittwoch, 14. November 2018

Augustinerkloster (Luthersaal)
Augustinerstr. 10, 99084 Erfurt

Der eintägige Workshop findet von **10-18 Uhr** statt. Die Teilnehmendenzahl ist pro Workshop auf 20 Teilnehmende begrenzt. Es fallen **keine Teilnahmegebühren** an.

Die Veranstaltung richtet sich an Präsident*innen, Vizepräsident*innen, Dekan*innen, Prodekan*innen, Senator*innen, Leiter*innen von Forschungsgruppen, Kanzler*innen, Dezernent*innen, Referatsleiter*innen und andere Führungskräfte an Thüringer Hochschulen.

Die Anmeldung erfolgt durch die Hochschulleitungen.

Der praxisnahe Workshop macht Sie auf eingängige Weise mit der Theorie und Praxis der Achtsamkeit vertraut, trifft Aussagen zu den nachweislich positiven Effekten von **Achtsamkeit in der Führungskultur von Hochschulen**, vermittelt leicht in den Führungsalltag zu integrierende Achtsamkeitsübungen und geht auf den ganzheitlichen Gewinn einer achtsamen Hochschulkommunikation ein.

Der amerikanische Managementforscher Otto Scharmer (MIT, Cambridge) definiert Achtsamkeit (engl. *mindfulness*) als **Aufmerksamkeit auf unsere eigenen Aufmerksamkeits-Ressourcen**. Aktuelle Forschungsergebnisse des Max-Planck-Instituts für Kognitions- und Neurowissenschaften (Leipzig) belegen, dass ausgewählte Achtsamkeitsübungen zu einer signifikanten Verbesserung von Führungsqualitäten wie **Konzentration, Kreativität, Klarheit und Mitgefühl** beitragen.

Wir freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsam einen Tag der wechselseitigen Achtsamkeit zu erleben, dessen positive Wirkungen weit darüber hinaus ausstrahlen werden!

Günter Hudasch

Dipl.-Biologe,
Vorsitzender des
Berufsverbandes der
Achtsamkeitslehrer
in Deutschland



Coach und Organisationsberater u.a. bei Berliner Stadtverwaltung, Daimler, Deutsche Bahn, Generali, Sanofi, Vattenfall und ZEIT Wirtschaftsforum

Ansprechpartner:

Martin Weber (M.A.)

Projektkoordination

www.achtsamehochschulen.de

info@achtsamehochschulen.de

03641 / 205-842