



Berner
Fachhochschule



CAS Mindfulness in Organisationen

Wie der Wandel zum agilen Unternehmen fröhlich
und gelassen gelingt

Erfolgreicher Kulturwandel durch achtsame Führung

Beschreibung und Konzeption

Sie wollen Ihre Organisation mit Achtsamkeit und Positive Leadership erfolgreicher machen? Lernen Sie in dieser berufs- begleitenden Weiterbildung neue Führungsansätze kennen und anwenden. Holen Sie sich hier Fachwissen und Inspiration für den Kulturwandel in Ihrem Unternehmen. Erfahrung in Management oder Personal- und Organisationsentwicklung ist Voraussetzung für dieses CAS.

Drei Fachkurse – ein CAS

Das CAS Mindfulness in Organisationen besteht aus drei Fachkursen, die Sie auch einzeln besuchen können. Der Fachkurs Mindful Leadership und der Fachkurs Achtsamkeitsbasierte Organisationsentwicklung sind Pflicht-Fachkurse, die Fachkurse Positive Leadership oder Agile Teamführung stehen als dritter Fachkurs zur Auswahl.

Der Fachkurs «Mindful Leadership» muss vor dem Fachkurs «Achtsamkeitsbasierte Organisationsentwicklung» absolviert werden. Ansonsten ist die Reihenfolge frei wählbar.

Ausbildungsziele

Entwickeln Sie sich selbst weiter und inspirieren Sie andere.

- Sie können Mindfulness und verwandte Ansätze in Ihrer Organisation verankern.
- Sie wissen, wie Sie Achtsamkeit in Ihrer täglichen Berufspraxis integrieren können.
- Sie erzeugen über alle Hierarchiestufen und Fachdisziplinen hinweg Resonanz, wenn Sie über Achtsamkeit sprechen.
- Sie kennen Methoden und Instrumente, um Achtsamkeit in Organisationen zu verankern und diese mit Prinzipien der Agilen oder Positiven Führung zu kombinieren.
- Sie wissen, wie Sie die typischen Herausforderungen bei derartigen Formen der Organisationsentwicklung anpacken können.

Steckbrief

- Titel/Abschluss: Certificate of Advanced Studies (CAS)
- Dauer: ca. 20 Studientage, gemäss Fachkursen
- Studientage: variabel, gemäss Fachkursen
- Anzahl ECTS-Credits: 12
- Kosten: CHF 8'500, je nach Fachkursen
- Studienort: Schwarztorstrasse 48, 3007 Bern
- Durchführung: variabel, gemäss Fachkursen

Themen

Wählen Sie neben den beiden Pflicht-Fachkursen einen weiteren Kurs, der am besten zu Ihnen passt.

Mindful Leadership (Pflicht)

- Kurze Fachinputs und viele praktische Übungen zu Achtsamkeit
- Achtsame und wirksame Leadership
- Burn-Out-Vorsorge und Integrieren von Achtsamkeit im Führungsalldag
- Gelassenheit im Umgang mit Herausforderungen

Achtsamkeitsbasierte Organisationsentwicklung (Pflicht)

- Mehr Achtsamkeit im beruflichen Alltag anwenden
- Erfolg dank Achtsamkeit im Team
- Gelassene Problemlösung als Normalität
- Digitale Transformation und Change Management als Chance für Achtsamkeit sehen

Positive Leadership (Auswahl)

- Eigene Stärken kennen und anwenden und so stärkenorientiert führen
- Positive Rahmenbedingungen schaffen, Mitarbeitende aufblühen lassen
- Unkonventionelle Massnahmen entwickeln und begründen
- Positive Leadership Club: Werden Sie Mitglied dieser inspirierenden Community.

Agile Teamführung (Auswahl)

- Kräfte und Treiber von Gruppen und Teams
- Team-Ressourcen nutzen und Störungen aktiv bearbeiten
- Empowerment und Teamentwicklung
- Selbstorganisation und Selbstverantwortung von Teammitgliedern in der agilen Welt
- Praxistransfer aus Ihrem Berufsalltag in der Teamführung mit Besprechung und Lösung der Herausforderungen

Kontakt

Dr. Alexander Hunziker

Studiengangsleiter

+41 31 848 34 85

alexander.hunziker@bfh.ch

Priska Gigaud

Studienorganisatorin

+41 31 848 34 13

priska.gigaud@bfh.ch

