



INSTITUT FÜR ACHTSAMKEIT VERBUNDENHEIT ENGAGEMENT

AVE-Weiterbildung:

Multiplikator*in für achtsamkeitsbasierte Bildung



Inhaltsverzeichnis

Was dich erwartet.....	3
Die Weiterbildung im Überblick	4
Unsere besonderen Inhalte.....	6
Zertifizierung und Ausblick.....	7
Expert*innen, die die Weiterbildung mitentwickelt haben.....	8
Nächste Termine, Info und Kosten	11
AVE Dozent*innen-Team in 2027/28	12
Beispiele für Weiterentwicklungen.....	13
Anmeldung und Kontakt	14



*„Ich möchte, dass Verbundenheit und Gemeinschaft
in Schulen wieder wichtig sind.“*
– Hanna Paulmann, Gründerin des AVE Institutes

Was dich erwartet

Dein eigenes Konzept der Achtsamkeitsschulung

Wir bieten dir die Möglichkeit, in einem respektvollen Miteinander dein eigenes Konzept der Achtsamkeitsschulung zu entwickeln. Das Konzept soll auf deine Bedürfnisse und die deiner Zielgruppe zugeschnitten sein. Du erlangst die Kompetenz, Achtsamkeit zu unterrichten, andere in Achtsamkeit auszubilden und Schulen auf Ihrem Weg zu begleiten.

Umfassende Unterstützung und Präsenz

Wir treffen uns bewusst persönlich an fünf Terminen im Jahr zu einem gemeinsamen Wochenende in einem schön gelegenen Retreathaus. Wir gehen dem Dreiklang Selbsterfahrung, Wissenschaft und Didaktik nach. Die Dynamik der Gruppe mit Unterstützung der Dozent*innen haben eine große Wirkung auf die Entwicklung der Teilnehmenden.

Zusätzlich bieten wir dir eine umfassende Unterstützung auch zwischen den Modulen. Es gibt ein breites Angebot an Online-Workshops zur individuellen thematischen Vertiefung, regelmäßige Austauschtreffen in Kleingruppen und Coaching-Gespräche mit Dozent*innen und ehemaligen Absolvent*innen.

„Für mich bedeutet diese Verbindung untereinander eine große Kraftquelle.“ – Sabine Gebhardt, Absolventin 2024

Das Curriculum der Weiterbildung wurde mithilfe angesehener Expert*innen in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Lehrer*innenbildung der Universität Wien und unter Mitwirkung (ehemaliger) Teilnehmender und Dozent*innen entwickelt, siehe dazu [Seite 8](#).



Die Weiterbildung im Überblick

Die Weiterbildung richtet sich an Fachpersonen aus dem Bildungswesen mit substanzieller eigener Achtsamkeitspraxis, die bereits achtsamkeitsbasiert arbeiten und sich nun zum/zur Multiplikator*in qualifizieren möchten.

Zeitraum: Die AVE Weiterbildung beginnt in jedem Jahr im Frühjahr und endet ungefähr ein Jahr später.

Inhalt: Sie besteht aus fünf Präsenz-Modulen in einem schön gelegenen Retreataus. Zwischen den Modulen gibt es zur thematischen Vertiefung ergänzende Online-Workshops, sowie mehrere Formate zum Austausch und des Coachings.

Aufwand: Erfahrungsgemäß beträgt der Zeitaufwand zusätzlich zu den Präsenz-Modulen (je 3-4 Tage) für alle Aufgaben ca. 2-3 Std. im wöchentlichen Durchschnitt.

Gruppengröße: 8 - 12 Personen

Ort: Alle Präsenzmodule finden derzeit im Retreathaus Berghof im Spessart statt.

Zertifizierung: Das Ziel ist ein individuelles Konzept der Achtsamkeitsschulung. Das Zertifikat trägt den Titel: „Multiplikator*in für achtsamkeitsbasierte Bildung“.

Kosten: Die Kosten der Weiterbildung sind gestaffelt (Selbsteinschätzung basierend auf dem Jahreseinkommen), von 1.225 Euro bis 2.450 Euro. Die Kosten für Unterkunft mit Verpflegung betragen pro Tag zwischen 81 und 115 Euro, je nach Zimmerwunsch.

Weitere Infos und Anmeldung: Auf der Website des AVE Instituts findest du weitere Infos, ein FAQ und die Anmeldung. Dort kannst du dich auch zu einem kostenlosen Orientierungsworkshop anmelden.

Modul 1

Einstieg:

Gruppenfindung, didaktisch-methodische Grundlagen und Einführung in die co-kreative und praxisbezogene Gestaltung der Weiterbildung

Modul 2

Vorbereitung:

didaktisch-methodische Vertiefung, wertschätzendes Feedback geben, Beziehungskompetenz, Selbstfürsorge kultivieren und Vorbereitung auf die eigene Umsetzungspraxis

Vertiefungs-Modul

Fünftägiges Eintauchen in die vorwiegend stille und naturbezogene Achtsamkeits- und (Selbst)Mitgefühls-Praxis

Modul 3

Lehr-Lern-Praxis:

konkret auf die eigene Umsetzung bezogene Freuden und Herausforderungen erkennen, feiern und nutzen

Modul 4

Ernte & Ausblick:

freudvolle Werkschau des Erreichten, Bezüge zu einer wertebasierten Organisations- und Kulturentwicklung



„Ich konnte mit allem da sein – sogar mit Konflikten – und habe dabei mein Vertrauen in Bildung zurückgewonnen.“

– Susan Bergerhoff, Absolventin 2026



„Ich bin zutiefst dankbar für die Zeit der AVE-Weiterbildung. Besonders geschätzt habe ich die Aktualität und Feinfühligkeit. Es hat mich sehr angeregt, vielschichtige, innovative achtsamkeitsbasierte Verfahren kennenlernen zu dürfen - in unmittelbarer Anbindung an den aktuellen wissenschaftlichen Stand sowie gesellschaftliche Bewegungen und Belange. Auf dieser Basis an meinen eigenen tiefsten Werten und Visionen anknüpfend ein ganz persönliches Projekt zu entwickeln, hat mich tief mit Motivation, Zuversicht und Sinn erfüllt.“

– Milena Slauson, Absolventin 2025

Unsere besonderen Inhalte

Anders als bei anderen Formaten geht es in dieser Weiterbildung nicht ausschließlich darum, ein vorgefertigtes Curriculum zu vermitteln. Es geht darum, die Teilnehmenden zu unterstützen, ein individuelles, auf die Bedürfnisse ihrer Zielgruppen zugeschnittenes Konzept der Achtsamkeitsschulung selbst zu entwickeln. Das wird durch die Arbeit in Präsenz, in der Gruppe und durch Unterstützung und Gemeinschaft ermöglicht. Nach Abschluss aller Aufgaben und Erstellung des Konzeptes erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat, das von dem AVE Institut und der Uni Wien ausgestellt wird.

Selbsterfahrung, Wissenschaft und Didaktik

In vier Modulen plus einem Vertiefungsmodul (die wir alle in Präsenz durchführen, da wir das gemeinsame Erleben als sehr wichtig erachten), gehen wir dem Dreiklang Selbsterfahrung, Wissenschaft und Didaktik nach. Getragen von einer partizipativen Grundhaltung vermitteln wir erfahrungsbasiert Kenntnisse in Bezug auf den aktuellen Forschungsstand und eröffnen innerhalb der Weiterbildung Räume für Diskussion, Austausch und Selbstreflexion. Das Vertiefungsmodul dient der Verinnerlichung der Inhalte, indem die körperliche Entspannung und das Erfahren des Selbstmitgefühls und der Verbundenheit im Vordergrund stehen.

Konkrete (didaktische) Impulse und die Vorstellung exemplarischer Methoden regen die Entwicklung eigener Konzeptionen an, die innerhalb verschiedener Gruppensettings erprobt, diskutiert und überarbeitet werden. Zuletzt werden sie präsentiert und für die Zertifizierung eingereicht. Die Konzeptionierung erfolgt in den Zeiträumen zwischen den einzelnen Modulen und wird von den Dozent*innen innerhalb der Module initiiert und durchweg begleitet.

Als Ausbildungsteam miteinander wachsen

In der Überzeugung, dass individuelle Wachstums- und Bildungsprozesse den gegenseitigen Austausch und das wertschätzende, kollegiale Feedback brauchen, um zu gedeihen, wird der Gedanke der Vernetzung nicht nur in den Modulen, sondern auch in den Zeiträumen zwischen den Modulen aufgegriffen. So finden sich die Teilnehmenden über den gesamten Zeitraum paarweise in „Buddy“-Konstellationen zusammen, die alle 1-2 Wochen im selbstorganisierten Austausch die gegenseitige Entwicklung begleiten und sich gegenseitig unterstützen. Coachings zu Beginn und zum Ende der Ausbildung mit Buddy und Dozent*in, eine Umsetzungsberatung mit einer/einem ehemaligen Teilnehmenden der Weiterbildung, Austausch in Kleingruppen sowie ein Halbzeitgespräch mit Buddy unterstützen außerdem die kontinuierliche Reflexion des Entwicklungsprozesses.

Zertifizierung und Ausblick

Das Zertifikat zum/zur „**Multiplikator*in für achtsamkeitsbasierte Bildung**“ erhältst du nach erfolgreicher Teilnahme an allen Modulen und Workshops, nach Abschluss aller Aufgaben und nach der Präsentation des eigenen Konzeptes.

Nach erfolgreichem Abschluss der Weiterbildung bist du in der Lage:

Achtsamkeit zu unterrichten,

- d.h. die Themen Achtsamkeit und Mitgefühl in der ersten und zweiten Phase der Lehrer*innenbildung sowie in Fortbildungen theoretisch und praktisch zu unterrichten.
- d.h. Lehrer*innen und pädagogisches Begleitpersonal darin auszubilden, in einer achtsamen, (selbst)mitfühlenden und engagierten Weise zu unterrichten.

Achtsamkeitslehrer*innen auszubilden,

- d.h. Menschen aus dem Bildungssektor dazu zu befähigen, Achtsamkeit, Mitgefühl und Engagement im Unterricht und anderer Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen mit didaktischer Professionalität und Herzlichkeit zu lehren.

Achtsamkeit in Schulen zu implementieren,

- d.h. die Themen Achtsamkeit, Mitgefühl und Engagement in einschlägigen Institutionen der Lehrkräftebildung professionell und authentisch zu vertreten.
- d.h. Personen aus dem Bildungsbereich dazu zu qualifizieren, die Akzeptanz der Themenfelder in Schulleitung und Schulverwaltung sowie bei Eltern zu fördern.
- d.h. die Implementierung dieser Themen im Rahmen einer wertebasierten Schulentwicklung zu begleiten und sie zu anderen Themen der (Schul-)Pädagogik und Organisationsentwicklung kompetent in Beziehung zu setzen.

Mit unserem Zertifikat können sich unsere Absolvent*innen an Landesinstituten und Qualitätseinrichtungen bewerben, um dort als Trainer*innen gelistet zu werden und sind qualifizierte Multiplikator*innen für achtsamkeitsbasierte Bildung.

*„Eure Arbeit ist ganz wichtig, um Schule zu einem besseren Ort zum Lernen und Wohlfühlen zu machen, für Schüler, Eltern und Lehrer – und alle, die sonst noch dazu gehören.“
– Michael Lauer, Absolvent 2026*

Expert*innen, die die Weiterbildung mitentwickelt haben

Das Curriculum der Weiterbildung wurde entwickelt mithilfe von angesehenen Expert*innen und unter Mitwirkung (ehemaliger) Teilnehmender und Dozent*innen, in Zusammenarbeit mit dem Zentrum für Lehrer*innenbildung der Universität Wien. Im Jahr 2022 wurde es noch einmal fundiert überarbeitet.



(Von links oben nach rechts unten)



universität
wien

Zentrum für LehrerInnenbildung

Prof. Dr. Nils Altner ist Bildungs- und Gesundheitswissenschaftler, Autor. Er hat Projekt-, Forschungs- und Lehraufträge u.a. an der Universität Duisburg-Essen, der Harvard Medical School und der Norwegian University of Science and Technology. Nils Altner hat die Weiterbildung GAMMA entwickelt, an der Entwicklung des Curriculums der AVE Weiterbildung mitgearbeitet und ist hier auch als Dozent tätig. Mehr Infos auf seiner Website: www.achtsamkeit.com

Susanne Dannhorn ist Grundschullehrerin, systemische Business Coachin, und bildet als Fach- und Kernseminarleiterin am ZfSL Duisburg angehende Grundschullehrkräfte aus. Sie ist Absolventin des GAMMA-Programms, ausgebildete Happy Panda Trainerin und hat 2021 die AVE Weiterbildung abgeschlossen. Für das AVE Institut hat sie am Curriculum der AVE Weiterbildung mitgearbeitet, die sie seit 2023 auch als Dozentin begleitet.

Dörte Westphal ist Referentin und Projektleiterin für "Mit Kindern wachsen" und Arbor Seminare im Bereich Achtsamkeit und achtsames Selbstmitgefühl, Grund- und Hauptschullehrerin, Montessori-Pädagogin, Seminarleiterin und Referentin für Montessoripädagogik sowie 2014 Ausbildung zur MSC-Trainerin bei Chris Germer. www.doertewestphal.de

Dr. Dominik Weghaupt ist Hochschullehrer und Bildungswissenschaftler an der Pädagogischen Hochschule Burgenland, Pädagoge und Gymnasiallehrer sowie Mindfulness-Based-Stress-Reduction-Trainer. Seine Arbeitsschwerpunkte sind die Pädagogik der Achtsamkeit in der Lehrer*innenbildung. Dominik Weghaupt hat am Curriculum der AVE-Weiterbildung mitgewirkt.

Mirjam Luthe unterrichtet international als MSC-Lehrerin, arbeitet als MBSR- und Yogakursleiterin, und ist „Awake in the Wild“-Lehrerin. Im Schulkontext integriert sie Inhalte des Mindful Schools Curriculums und Elemente der Selbstmitgefühlspraxis. Sie kombiniert achtsamkeitsbasierte Interventionen mit 15 Jahren Erfahrung in der Beratung in der internationalen Entwicklungszusammenarbeit und mit engagierter Dharma-Praxis. Mehr auf ihrer Website: www.walk-in-beauty.org

Helga Luger-Schreiner leitet in Kooperation mit der Bildungsdirektion Wien das Projekt Achtsame Schule (PAS) an der Universität und hat den Masterlehrgang zur Achtsamkeit an der KPH Wien/Krems mitentwickelt. Sie ist Lehrerin für Selbstmitgefühl (MSC), Kunstpädagogin, Montessori-Pädagogin. Auf der Lernplattform des AVE Institutes bietet sie einen Online-Kurs zur Praxis des Selbstmitgefühls an. Mehr über sie auf ihrer Website: www.powerful-heART.at

Vera Kaltwasser, Oberstudienrätin, Theaterpädagogin und Autorin, ist in der Lehrkräftefortbildung tätig und ausgebildete MBSR-Lehrerin. Weitere Ausbildungen: Qigong und Freiburger Lehrercoaching (Prof. Bauer). Sie hat das Rahmencurriculum AiSchu entwickelt und bietet dazu eine Weiterbildung an. Auf der AVE Lernplattform bietet sie Pädagog*innen mit einem 8-wöchigen Online-Kurs einen Einstieg in das Thema Achtsamkeit. Mehr über Vera auf ihrer Website: www.vera-kaltwasser.de

Dr. Karlheinz Valtl entwickelte und leitet das Projekt Achtsamkeit in Lehrer*innenbildung und Schule (ALBUS). Er lehrt seit 1994 Bildungswissenschaft an der Universität Wien. Darüber hinaus ist er Mit-Entwickler und wissenschaftlicher Leiter des Masterstudiengangs Achtsamkeit in Bildung, Beratung und Gesundheitswesen und Autor zahlreicher Veröffentlichung zur Pädagogik der Achtsamkeit. Für das AVE Institut hat er das Curriculum der AVE Weiterbildung mitentwickelt.



„Ich habe in der Weiterbildung Klarheit, Struktur und Freiraum in einem abwechslungsreichen Spielfeld erlebt.“ – Sabine Koch, Absolventin 2024



*„Wir müssen veränderungsbereit bleiben, ohne die lebendige, selbstbestimmte Verbindung zueinander zu verlieren. AVE lebt diesen Anspruch, indem es unterstützt, Veränderungsprozesse so zu gestalten, dass Menschen gehört werden, Verantwortung teilen und gemeinsam tragfähige Lösungen entwickeln.“
– Ulrich Stockem, Absolvent 2026*

Nächste Termine 2027, Info und Kosten

Start der aktuellen Gruppe 6 in 2027:

25. Februar 2027 im Seminarhaus "Berghof" im Spessart

Die Module 1- 4 beginnen an einem Donnerstagabend und enden sonntagmittags nach dem Essen, das Vertiefungsmodul beginnt an einem Mittwochabend und endet ebenso. Alle Module finden im Retreathaus ‚Berghof‘ im Spessart statt. Die weiteren Termine für die Workshops, die Arbeit in Praxisgruppen und Coaching-Gespräche finden online oder telefonisch zwischen den Modulen statt.

Die aktuellen Termine gibt es auf der AVE Website.

Die Kosten

... für die AVE-Weiterbildung, exkl. Kosten für Unterkunft und Verpflegung, sind gestaffelt, gemessen am Jahreseinkommen. Die persönliche Angabe wird eigenständig im Zuge der Selbsteinschätzung gemacht, formale Nachweise werden dafür nicht benötigt.

- 50%/ 1.225 Euro: Stufe 1 für Referendar*innen, Studierende, Rentner*innen und Menschen mit einem Jahreseinkommen brutto bis 30.000
- 75 %/ 1.750 Euro: Stufe 2 für Menschen mit einem Jahreseinkommen brutto bis 45.000
- 100%/ 2.410 Euro: Stufe 3 für Menschen mit einem Jahreseinkommen brutto über 45.000

Die An- und Abreise

... wird jeweils eigenständig von den Teilnehmer*innen organisiert. Gerne können wir die Vernetzung für Fahrgemeinschaften unterstützen. Zudem bieten wir einen kostenlosen Shuttle ab dem Bahnhof Aschaffenburg an.

Die Unterkunft inkl. Verpflegung

... kostet (Stand 2026) zwischen 81 und 115 Euro pro Person und Tag, je nach Zimmerwunsch, und ist eigenständig zu buchen beim Retreathaus Berghof.

Zuletzt

Finanzielle Herausforderungen sollen für dich kein Grund sein, nicht teilzunehmen! Sprich uns gerne an, wir finden im Einzelfall immer eine Lösung. Kontaktdaten siehe Seite 12.

*„Ich habe die Coachin als sehr souverän empfunden.
Prima Moderation, authentisch, inspirierend...“
- Udo Bretschneider, Absolvent 2026*

AVE-Dozent*innen-Team im aktuellen Jahrgang 2027/28



(von links nach rechts)

Susanne Dannhorn wird die Module 1+2 leiten. Sie ist Grundschullehrerin, systemische Business Coachin und bildet als Fach- und Kernseminarleiterin am ZfsL Duisburg angehende Grundschullehrkräfte aus. Sie ist Absolventin des GAMMA-Programms, ausgebildete Happy Panda Trainerin und hat 2021 die AVE Weiterbildung abgeschlossen. Für das AVE Institut hat sie am Curriculum der AVE Weiterbildung mitgearbeitet, die sie seit 2023 auch als Dozentin begleitet.

Dr. Dominik Weghaupt wird die Module 3+4 leiten. Er ist Hochschullehrer und Bildungswissenschaftler an der Pädagogischen Hochschule Burgenland, Pädagoge und Gymnasiallehrer sowie Mindfulness-Based-Stress-Reduction-Trainer. Seine Arbeitsschwerpunkte sind die Pädagogik der Achtsamkeit in der Lehrer*innenbildung. Dominik Weghaupt hat am Curriculum der AVE-Weiterbildung mitgewirkt.

Lienhard Valentin wird das Vertiefungsmodul leiten. Er ist Gründer des Vereins „Mit Kindern wachsen“, des Arbor Verlags und des Veranstalters Arbor Seminare. Manchmal wird er als „Achtsamkeitshebamme“ bezeichnet, da er durch seine Arbeit und sein Wirken die Achtsamkeitsbewegung in Deutschland maßgeblich beeinflusst hat. Er ist Autor diverser Bücher, darunter „Die Kunst, gelassen zu erziehen“ und „Die Kraft des Selbstmitgefühls“.

Elisabeth Sussiek ist Co-Dozentin bei den Modulen 1-4. Sie ist Sonderpädagogin, Personalrätin sowie MBSR-MBPM-Lehrerin. Im Kontext der Schule und Kita begleitet sie Bildungseinrichtungen in diesen herausfordernden Zeiten dabei, achtsamkeitsbasierte Haltungen und Methoden kennen- und anwenden zu lernen. Sie ist als Gestalttherapeutin ausgebildet. Anfang 2024 schloss sie die AVE-Ausbildung ab.

Beispiele für Wege nach Abschluss der Weiterbildung

Christiane Kuhlmann, Teilnehmerin am 1. Weiterbildungsjahrgang:



Christiane ist Lehrerin und Theaterpädagogin, sie leitet Workshops und hält Vorträge an Schulen zu den Schwerpunkten „achtsames Bewegen“, „achtsames Sprechen“, Gesundheitsförderung, Resilienz und Selbstfürsorge. Sie gibt zudem regelmäßige Kurse, u.a. „achtsames Bewegen“ für Senior*innen.

Ihren zukünftigen Entwicklungsschwerpunkt sieht sie in Kursen zu Selbstmitgefühl und, anknüpfend an ihr

Konzept aus der AVE-Weiterbildung, in „Coaching in der freien Natur“.

Susanne Dannhorn, Teilnehmerin am 1. Weiterbildungsjahrgang:

Susanne Dannhorn arbeitet als Lehrerausbildnerin und Grundschullehrerin. Das Thema Achtsamkeit fließt in ihre Seminare und ihren Unterricht ein. Bei Thementagen zur Lehrer:innengesundheit bietet Susanne Achtsamkeitsworkshops an. Ritualisiert beginnt jede Seminaranbieterkonferenz seit der AVE Weiterbildung mit einem „Achtsamen Moment“.

Das Thema „Achtsamkeit“ befruchtet auch Susannes Arbeit als Coachin und Demokratiefitness-Trainerin, weil sich hier viele Synergien nutzen lassen. Künftig will Susanne ihre Expertise im Bereich „BurnOut-Prävention“ ausbauen.



Anmeldung und Kontakt

Für unsere Weiterbildung gibt es einen kurzen, dreistufigen Anmeldeprozess, mit dem wir dir die Möglichkeit geben wollen, herauszufinden, ob die Weiterbildung deinen Vorstellungen entspricht.

1. Fülle unser Formular aus, in dem du uns deine Kontaktdaten übermittelst und wir in fünf kurzen Fragen etwas über deinen Hintergrund in Pädagogik und Achtsamkeit erfahren wollen.
2. Nimm an einem zweistündigen Orientierungs-Workshop teil. Dieser gibt dir einen tieferen Einblick in die Ausrichtung der Weiterbildung. Danach melden wir uns innerhalb weniger Tage mit einem kurzen Follow-Up per Telefon oder E-Mail bei dir. Wenn dich der Workshop darin bestärkt hat, an der Weiterbildung teilzunehmen, meldest du dich an.
3. Bestätige dein Interesse durch eine schriftliche Anmeldung per E-Mail, die durch eine entsprechende Rückmeldung unsererseits inkl. aller Infos sowie Hinweisen zu Zahlungsmodalitäten bestätigt wird.

Termine und weitere Infos stehen auf unserer Website.



Kontakt

Wenn du dich für die Weiterbildung interessierst oder weitere Fragen hast, schreibe uns gerne eine E-Mail an:

[nina.buerklin\[@\]ave-institut.de](mailto:nina.buerklin[@]ave-institut.de)

oder rufe uns an unter: 06151 - 39 28 924

Wir freuen uns darauf, von dir zu hören!