

Stressreduktion durch Achtsamkeit und MBSR

Art.Nr.	Referent	Titel	Variante
Tag 1			
4045D	Britta Hölzel	Achtsamkeit - neurowissenschaftliche Forschung und Praxis	Video
1084D	Thich Nhat Hanh	Achtsamkeit - die Energie die heilt	Video
JOK3725D	Jon Kabat-Zinn	Achtsamkeit praktizieren - Stress bewältigen	Video
3828Z	Yesche U. Regel	Tonglen und Dankbarkeits-Meditationen	Audio
BS18-WD	Sylvia Wetzel	Achtsame Kommunikation	Video
ID17-V1C	Luise Reddemann	Wie Achtsamkeit und Mitgefühl zu Kreativität beitragen können	Audio
ISFT17-WS1D	Matthias Lauterbach	Achtsamkeit in Beruf und Alltag	Video
3751D	Dami Charf	Körper und Gemeinschaft als Schlüssel zur Heilung	Video
ADZ14-V1D	Remo Largo	Die Individualität der Kinder achten und pädagogische Mythen aufgeben	Video
MLK18-V7D	Rudi Ballreich	An Mindfulness führt kein Weg vorbei!	Video

Tag 2			
MLK18-V5D	Britta Hölzel	Achtsamkeit ist "in", auch in Organisationen	Video
29C	Thich Nhat Hanh	Achtsamkeit - Die heilende Kraft	Audio
AS12-V2D	Jon Kabat-Zinn	Am Zusammenfluss von Wissenschaft und Dharma	Video
1736C	Yesche U. Regel	Mitgefühls-Meditation (Metta und Tonglen) an der Seite Kranker und Sterbender	Audio
LPW12-G1-MoD	Sylvia Wetzel	Achtsamkeit	Video
LPW10-A3-FrC	Luise Reddemann	Achtsamkeit in der Behandlung von persönlichkeitsgestörten und traumatisierten PatientInnen	Audio
ISFT17-V3D	Matthias Lauterbach	Achtsamkeit und die Rhythmen des Lebens	Video
AS16-V1D	Christopher Germer	Achtsamkeit und Mitgefühl: Damit der Vogel fliegen kann (Englisch/Deutsch)	Video
ZT16-Y1D	Dagmar Härle	Traumaisensitives Yoga	Video
JOK3900D	Thomas Metzinger	Achtsamkeit und mentale Autonomie	Video
GLE14-S4D	Caroline Balogh	Atem als Ressource	Video

Tag 3			
JOK3678D	Britta Hölzel	Das meditierende Gehirn	Video
147D	Thich Nhat Hanh	Achtsamkeit im Alltag	Video
AMP09-WS1D	Jon Kabat-Zinn	Core Issues in Mindfulness-Based Interventions - a Dialogue, Inquiry and Contemplation (english)	Video
3829M	Yesche U. Regel	Tonglen - Selbstmitgefühl und altruistisches Mitgefühl durch Meditation	Audio
LP14-ECC	Sylvia Wetzel	Achtsamkeit und Mitgefühl	Audio
AS16-V7C	L. Reddemann, / P. Gros	Was haben Achtsamkeit, Ethik und Therapie miteinander zu tun?	Audio
MEG18-V6D	Ortwin Meiss	Kalte und warme Empathie / Die Grenzen unseres Mitgefühls	Video
ZT16-V5D	Bessel van der Kolk	Erinnerung an die Angst, Fokus auf das Embodiment	Video
RIW14-WSetD	Ben Furman	Von der Kraft der Wertschätzung I +II (Workshop)	Video
WS19-MD	Vivian Dittmar	Gemeinsame Meditation	Video
ZPT19-W3D	John Beaulieu	Intuition und Gesundheit (engl/dt.)	Video

Stressreduktion durch Achtsamkeit und MBSR

Tag 4			
NYM3225D	Britta Hölzel	Heilen mit dem Geist	Video
1285D	Thich Nhat Hanh	Die Kunst der achtsamen Kommunikation	Video
IVS07-V3D	Jon Kabat-Zinn	Die intrinsische Komplementarität	Video
3830C	Yesche U. Regel, Angelika	Wurzeln der Achtsamkeit im Buddhismus	Audio
AN3170D	Daniel Siegel	Mindsight - Geist, Seele und Gehirn mit Methoden moderner Hirnforschung entschlüsseln	Video
AA18-V1D	Harald Walach	Achtsamkeit in Unternehmen - Die Quadrierung des Kreises?	Video
SBF19-V4D	Paki Heisserer	Traumaisensitives Qi Gong	Video
HF19-V8D	Anna Gamma	Achtsamkeit als Führungskunst	Video
MEG12-W3D	Michael Bohne	Achtsamkeit mit PEP! oder Tiefgang mit Leichtigkeit und Humor	Video
MEG12-V8D	Thomas Heidenreich	Achtsamkeitsbasierte Ansätze	Video

Tag 5			
MEG12-V3D	Britta Hölzel	Neurobiologische Mechanismen der Achtsamkeitsmeditation	Video
930D	Thich Nhat Hanh	Die Kunst des achtsamen Lebens	Video
AMP09-MMC	Jon Kabat-Zinn	Metta-Meditation (englisch/deutsch)	Audio
TIM12-V2D	Michaela Huber	"Ich krieg es einfach nicht auf die Reihe!"	Video
PPB16-WSD	Daniel Siegel	Praxisworkshop Mindsight (Teil I+II)	Video
HF13-W2C	Harald Walach	Kann man Achtsamkeit und Bewusstsein messen? Wenn ja wie?	Audio
ZT15-V1D	Norman Farb	Achtsamkeit und chronische Schmerzen (englisch/deutsch)	Video
HF13-V1bD	Niko Kohls	Achtsamkeit - eine ganzheitliche Ressource für das private und berufliche Leben	Video
JOK3658M	Katharina Ceming / Ingrid	Über das rechte Maß und die Entwicklung von Bewusstsein	Audio
1311D	Sue Carter	Oxytocin und die Neurobiologie der Liebe	Video

Tag 6			
AS13-V5D	Britta Hölzel	Neuronale Mechanismen der verbesserten Emotionsregulation durch Achtsamkeitstraining	Video
15C	Thich Nhat Hanh	Geleitete Meditation	Audio
AS12-WS1D	J. Kabat-Zinn / S. Santore	A Strategic Tutorial on Current Issues and Challenges in Mindfulness-Based Teaching and Research	Video
3878D	Michaela Huber	Täterinnen. Zerstörerische Mütter: ihre Behandlung, ihre Kinder	Video
WS07-V2D	Daniel Siegel	The Mindful Brain - Das achtsame Gehirn	Video
616C	Ilse Middendorf	Der erfahrbare Atem	Audio
AS16-V5D	Ronald D. Siegel	Weisheit und Mitgefühl in der Psychotherapie (Englisch/Deutsch)	Video
AS16-V4D	Susan Bögels	Achtsamkeit für Eltern (Englisch/Deutsch)	Video
KITA13-HV6D	Danie Beaulieu	Kindern helfen indem man ihre emotionale Intelligenz fördert	Video
AS16-V6D	Thorsten Barnhofer	Wie Achtsamkeit zur Behandlung von Depressionen beitragen kann	Video

Stressreduktion durch Achtsamkeit und MBSR

Tag 7			
4258Video	Britta Hölzel	Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR) (Teil 1)	Video
DLF09-PG2D-de	Dalai Lama	Frankfurt 2009 - Podium 2 - Beeinflusst Meditation unser Gehirn - (deutsch)	Video
SBF19-V5D	Peter A. Levine	Trauma und Meditation (engl./dt.)	Video
JOK3022D	Fred Gallo	Die Integration von Energiepsychologie und Achtsamkeit	Video
2352C	Wolf Büntig	Beachtung - ein menschliches Grundbedürfnis	Audio
42C	Anselm Grün	Anleitungen zur Meditation	Audio
1840M	Joachim-Ernst Berendt	Die Welt ist Klang - Nada Brahma	Audio
BF17-V5D	Ulrike Gedeon-Maaz	Mütterliche Beziehungskultur	Video
AS16-V2D	Linda Graham	Veränderung geschieht: Achtsamkeit und Mitgefühl... (Englisch/Deutsch)	Video
AS13-V2D	Rick Hanson	Neuro-Bhavana: Durch Achtsamkeit Mitgefühl im Gehirn verankern	Video

Tag 8			
4258Video	Britta Hölzel	Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR) (Teil 2)	Video
3203C	Eugen Drewermann	Atem des Lebens	Audio
SBF16-V3D	Jim Feil	Polarity und Achtsamkeit (Englisch/Deutsch)	Video
IFW12-V5D	Hans Jellouschek	Die Würde des Partners und die Übung der Achtsamkeit	Video
HF19-P1D	Joachim Galuska	Das Potential der Achtsamkeit	Video
JOK3044M	G. Hüther / B. Dorst / V. K	Wegstrecken	Audio
DCAP11-V4D	Johannes Michalak	Die Rolle des Körpers in der achtsamkeitsbasierten Psychotherapie	Video
IIBP16-W11D	Olga Mokhina	Jenseits des Geistes: Von alten spirituellen Praktiken zu modernen Meditationstechniken	Video
3014D	Klaus Renn	Focusing - ein Weg der inneren Achtsamkeit	Video
HUK14-V1D	Michael Metzner	Humor und Achtsamkeit	Video

Tag 9			
4258Video	Britta Hölzel	Achtsamkeitsbasierte Stressreduktion (MBSR) (Teil 3)	Video
1268D	Robert Gonzales	Gelebtes Mitgefühl - Living Compassion	Video
386C	Karlfried Graf Dürckheim	Körper, den ich habe - Leib, der ich bin	Audio
DGSF10-WF13D	Gunther Schmidt	Das "Prinzip des polynesischen Segelns"	Video
4217V	Virginia Satir	Jeder Mensch ist einzigartig	Video
HF19-V18D	Thilo Hinterberger	Achtsamkeit - Eine bewusstseinswissenschaftliche Perspektive	Video
HF19-W13C	Jörg Mangold	Elternsein mit Achtsamkeit und Selbstmitgefühl	Audio
698C	Ingrid Riedel	Von der Kunst, sich abhängig zu machen - Von Abhängigkeit, Anhänglichkeit und Bezogensein	Audio
SMMR13-V6D	Michael Matthis	Wie Meditation das Herz schützt! Wirkung von Meditation auf Herz-Kreislauf Erkrankungen	Video
MLK18-P2D	Guido Becke	Gestaltung organisationaler Achtsamkeit in Unternehmen	Video

Tag 10 Wiederholung Tag 1-9			
-----------------------------	--	--	--

Änderungen vorbehalten!