

KOMMUNALES IMMOBILIENMANAGEMENT



© Jorm Sangorn - AdobeStock

## goING.mindful® – Mindfulness als Schlüsselkompetenz für Architekten und Ingenieure der Hochbauverwaltung – Vertiefung

**Montag, 9. September 2024 bis Mittwoch, 11. September 2024**  
Kloster Steinfeld | NW240504

## Zielgruppe

Die Fortbildung richtet sich an:

Fach- und Führungskräfte im kommunalen Gebäudemanagement und der Landes- und Bundesbauverwaltung sowie Architekt:innen und Ingenieur:innen, die sowohl sich selbst als auch ihre Organisation und deren Mitarbeitende für das „Neue Bauen der Zukunft“ stärken wollen und mehr „Selbstwirksamkeit“ erfahren möchten.

Die Fortbildung ist auf maximal 16 Teilnehmende ausgelegt.

## Hinweis

thematische Vorkenntnisse im Bereich Mindfulness / Meditation / Achtsamkeit etc. oder die Teilnahme an der vorherigen Fortbildung „goING.mindful® – Mindfulness als Schlüsselkompetenz für Architekten und Ingenieure der Hochbauverwaltung“ sind Voraussetzung für die Teilnahme am Vertiefungs-Lehrgang.

goING.mindful® ist als Impuls der Einstieg in die bundesweit erste Mindful-Leadership-Initiative für Mitarbeitende und Führende im öffentlichen Bauwesen und somit hervorragend geeignet, Architekt:innen und Ingenieur:innen für die Gestaltung nachhaltiger Zukünfte zu befähigen.

Im Mittelpunkt dieser Initiative zur Führungskräfte-Entwicklung steht die Erkenntnis, dass eine nachhaltige Entwicklung im Außen ohne eine innere Entwicklung nicht möglich ist.

Führungsaufgabe der Zukunft ist es, die eigene Haltung und den „Inneren Ort“, von dem aus wir handeln, weiterzuentwickeln. Um dies zu ermöglichen, braucht es neue, zukunftsweisende Kompetenzen, Befähigungen und Methoden zur (Selbst-)Wirksamkeit.

Daher wird im Programm die Verbindung der Nachhaltigen Entwicklungsziele (Sustainable Development Goals = SDG's) mit den „Inner Development Goals“ (IDG's) hergestellt.

Übrigens: Die IDGs wurden am 22.06.2022 in einem Bericht des Europäischen Parlaments zur Erreichung der Nachhaltigkeitsziele als Führungskräfteentwicklung empfohlen.

In diesem Aufbaukurs werden die Grundlagen der achtsamkeits-basierten Führung vertieft. Dabei werden zeitgemäße, stärkende Methoden ganzheitlicher (Selbst-)Führung und bewusster Entscheidungsfindung vorgestellt und abgeglichen mit den eigenen, Denk-, Fühl- und Verhaltens-mustern.

Zudem werden die Teilnehmenden an das Konzept der „Green Meditation“, einem achtsamkeits-basierten Naturerleben herangeführt. Flankiert wird dies mit stärkenden Übungen aus dem Bereich „Wald-Gesundheitstraining“.

Der „Kraftort“ Kloster regt dazu an, herauszufinden, was „klare Entscheidungen“, „Präsenz“ und „Führen in Zeiten des Wandels“ mit mentalem Training bzw. meditativen Methoden zu tun hat und wie man sich selbst als Führender damit in der Bewältigung multipler Krisen stärken kann.

Übrigens: die Landschaft der Eifel lädt dazu ein, dieses Seminar mit ein paar Urlaubstagen zu verlängern und im „Hier und Jetzt“, vor allem aber bei sich selber anzukommen.

Versuchen Sie's!



## Ihr Dozent



### Dipl.-Ing./Dipl.-Kfm.(FH) Klaus Schavan

Technischer Geschäftsführer des Städtischen Gebäudemanagements Aachen. Lange Jahre war er sowohl im Bundes-, als auch im Landesbau in verschiedenen Bundesländern und Rechts- und Betriebsformen tätig. Zurzeit leitet er den Arbeitskreis „Kommunale Gebäudewirtschaft“ im Städtetag NRW. Als Architekt, Kaufmann und Wirtschaftsjurist, sowie als Sachverständiger für Nachhaltiges Bauen und Nachhaltigkeits-Manager für Kommunen bringt er verschiedene Denkansätze zusammen und setzt sich für „Gelingende Zukünfte“ ein.

Er absolvierte an der Uni Witten-Herdecke die 2-jährige Ausbildung zum „Trainer für Mindful Leadership“ und am Mindful Leadership Institut/ MLI (Salzburg) zum „Trainer für Mindfulness in Organisationen“. Als ausgebildeter Naturcoach, Wald-Gesundheitstrainer (univ.) und zert. Meditationsleiter stellt er den Zusammenhang her zwischen Entwicklung im Außen und eigener, innerer Entwicklung. Zurzeit schließt er eine zweijährige Ausbildung zum „Green Meditation-Lehrer“ am Fritz-Pearls-Institut (Europäische Akademie für Gesundheit/ EAG) ab.

## Gute Gründe für Ihre Teilnahme

Das Öffentliche Bauen steht vor einem nie bekannten Paradigmen-Wechsel und erheblichen Druck. Die notwendige Klima-Wende ist ohne eine Bau-Wende nicht möglich!

Welche neuen Kompetenzen und Befähigungen stärken uns bei den anstehenden Transformationsaufgaben. Wie rückverbinden wir uns wieder mit uns selbst, den anderen und der Natur? Was gilt es als am Bau Beteiligte wieder „ins Leben“ zu holen? Wohin lenken wir unsere Aufmerksamkeit? Von was wollen wir Teil sein? Wofür setzen wir uns ein? Und: Wie kommen wir in Zeiten anhaltender Multi-Krisen noch zu „klaren“ Entscheidungen und „guten“ Organisationen?

**Sie fühlen sich getrieben von den in immer kürzeren Abständen eintretenden Krisen?**

→ Unser Seminar zeigt Ihnen, wie Sie in brüchigen, angstgetriebenen, nicht-linearen, unbegreiflichen Zeiten die Fähigkeit zur Selbststeuerung zurückgewinnen.

**Sie fragen sich, wie sich die Qualität „guter“ Führung steigern lässt?**

→ Wir zeigen Ihnen, was dies mit dem Bewusstmachen der eigenen Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster, sowie mit Wiedererlangung von Klarheit, Präsenz und Mut zu tun hat.

**Und was hat dies mit Nachhaltigem Bauen zu tun?**

→ Sie erfahren in unserem Seminar, wie wirkmächtig Nachhaltigkeit und Achtsamkeit - gemeinsam gedacht - für die Zukunftsgestaltung sind.

**Sie wollen als Architekt:in und Ingenieur:in Teil der Lösung sein und Position beziehen?**

Wir zeigen Ihnen, wie sich eine achtsame, innere Haltung im Führungsalltag positiv auf die eigene Person, die anderen und die ganze Organisation auswirken kann.

Dieses Seminar bietet einen einzigartigen geschützten Raum, um sich mit Bauenden gemeinsam auf Neues, Unbekanntes einzulassen, denn: wenn man immer nur das tut, was man bisher getan hat, wird man immer nur das bekommen, was man bisher bekommen hat!



# Inhalt

## **goING.mindful® - Mindfulness als Schlüsselkompetenz für Architekten und Ingenieure der Hochbauverwaltung - Vertiefung**

- Von VUCA zu BANI - neue Führungskompetenzen für disruptive Zeiten
- Warum Mindful Leadership für am Bau Beteiligte? – Mentales Training als Grundlage für die Gestaltung „gelingender Zukünfte“
- Wandel des Bewusst-Seins, SDG18, dessen Voraussetzung und Notwendigkeit
- Stand der Wissenschaft über achtsamkeitsbasierte Führung, neuro-biolog. Grundlagen
- Wirkung von Stressdynamiken und deren Reduktion durch mentales Training
- Selbststeuerung/-wirksamkeit und eigene Denk-, Fühl- und Verhaltensmuster
- Position beziehen: wie stehe ich in der Welt, zu anderen, zu mir selbst?
- Mindfulness und Innovation/ Kreativität/ Resilienz/

- Achtsamkeits-basiertes Naturerleben, Konvivialität und Green Meditation
- Bauende Verwaltung als Vorbild und Treiber nachhaltiger Entwicklung
- Inner Development Goals (IDG's)/ Zukunftskompetenzen zur „Inneren“ Führung
- Transfer in den Arbeitsalltag/ Achtsame Organisationen

Das Programm beinhaltet viele Praxis-Übungen. Das ausführliche Programm stellt Herr Schavan vor Ort vor. Kaffeepausen, Mittag- und Abendessen werden in das Programm integriert.

### **Methoden:**

Vorträge, intensiver Austausch, achtsamkeitsbasierte Übungen wie z.B. Atem-/ Körperübungen, Selbst-Erforschung (Inquiry), Green-Meditation-Elemente, Waldgesundheits-Training, Bodyscan, Mikro-Übungen für den Arbeitsalltag, Logbuch, Kleingruppen-Arbeit, Peercoaching.

## Zitate unserer Teilnehmer

„Ganz herzlichen Dank für dieses engagierte Seminar! Es war immer von der Leidenschaft des Dozenten für die Sache geprägt. Für mich ist zudem sehr das breite fachliche Spektrum und der echte fundierte praktische Bezug, den der Dozent, mit- und einbringt eine ganz wesentliche Voraussetzung für diese gehaltvolle Seminar-Zeit.“

**Andreas Wojtja, Fachbereichsleiter Bau und Planung, Stadt Heide**

„Das Seminar war für mich ein „Augenöffner“, um die eigene Arbeitssituation und -belastung zu verstehen und zu reflektieren. Die Tipps und Kniffe für mehr Achtsamkeit auf mich selbst wirken nach und ich setze diese (zumindest teilweise) erfolgreich um!

Insbesondere der intensive Austausch und die tolle Atmosphäre unter den teilnehmenden „Leidensgenossen“ war super.

Ich hoffe, es findet eine Fortsetzung dieser Seminarveranstaltung statt und kann dieses Format nur weiterempfehlen!“

**Peter Zschippig, Abteilungsleiter Hochbau, Stadt Weinheim**

„Going mindful ist ein gewinnbringendes Seminar, das in einer geschützten und vertrauensvollen Arbeitsum-

gebung Anreize und Hilfestellung gibt, um im komplexen und oft unübersichtlichen Arbeitsalltag den Fokus wiederzufinden.“

„Going mindful ist gerade im technischen Baubereich ein ungewöhnliches Seminar – und deshalb unbedingt empfehlenswert: Neue Sicht-, Denk- und Herangehensweisen helfen dabei, im herausfordernden Arbeitsalltag den Fokus wiederzufinden.“

**Imme Lindemann, Abteilungsleiterin Stadtplanung, Stadt Itzehoe**

„Das Seminar Going Mindful war für mich eine besondere Erfahrung. Es hebt sich deutlich von den von mir bisher wahrgenommen Seminaren ähnlicher Thematik ab. Die Inhalte wurden von Herrn Klaus Schavan gut vermittelt. Ich denke wir Teilnehmer: innen haben alle viele Denkanstöße mit in unseren Berufsalltag mitgenommen.

Die Gruppengröße und der Seminarort waren perfekt auf einander abgestimmt.

Im Nachgang gibt es immer wieder Momente, die mich persönlich an die Achtsamkeit bei kleinen und großen Dingen erinnern und mich für einen Augenblick innehalten lässt. Vielen Dank noch einmal dafür.“

**Eva Engelbrecht, Amt für Gebäudemanagement, Stadt Witten**

## Umfang der Fortbildung

Der Umfang der Fortbildung beträgt 17,5 Nettostunden, verteilt auf drei Tage.

## Termin und zeitlicher Ablauf

**Montag, 9.09.2024 bis Mittwoch, 11.09.2024**

Steinfeld | NW240504

Kloster Steinfeld GmbH & Co. KG

Hermann-Josef-Str. 4

53925 Kall-Steinfeld.

**T** 02441 88 90

**Uhrzeit:** 10.00 Uhr (1. Tag) bis 14.00 Uhr (3. Tag)

**NW240504**

## Preise

**1.190 €** für Mitglieder des vhw

**1.390 €** für Nichtmitglieder

In den Teilnahmegebühren sind eine Materialsammlung, das Mittagessen und Getränke/Kaffee/Tee während der Pausen enthalten.

Hinweis: In den Seminargebühren sind auch zwei Übernachtungen (9.-11.09.2024 ) sowie die Verpflegung im Hotel zu den Mahlzeiten während der Seminarzeiten enthalten.

## Ansprechpartner für inhaltliche Fragen

Jens Becker

**T** 05624 5089 590

**E** jbecker@vhw.de

## Ansprechpartner für organisatorische Fragen

Ulrike Ferg

**T** 030 390473-360

**E** uferg@vhw.de

## Hinweis

Die Veranstaltung wurde von der Architektenkammer Nordrhein-Westfalen als Pflichtfortbildung mit 23 Unterrichtsstunden zu 45 Minuten in den Fachrichtungen Architektur, Innenarchitektur, Landschaftsarchitektur und Stadtplanung mit der Reg-Nr. 24-500009-353 anerkannt.

## Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

Alle Infos und Anmeldung unter [vhw.de/fortbildung/](https://www.vhw.de/fortbildung/) und Eingabe der Veranstaltungsnr. **NW240504** in das Suchfeld. Oder einfach QR-Code scannen:

Sie haben Fragen zu unseren Veranstaltungen?

Rufen Sie unsere Servicehotline Fortbildung an oder schreiben Sie uns:

**T** 030 390473-610

Mo bis Do 8:00 – 16:00 Uhr, Fr 8:00 – 13:00 Uhr

**E** kundenservice@vhw.de

[vhw.de](https://www.vhw.de)



