



# Achtsame Hochschulen

in der digitalen Gesellschaft

**ZWEITES ARBEITSTREFFEN DER ÜBERREGIONALEN KOOPERATIONSPLATTFORM**  
**16./17. November 2018, Friedrich-Schiller-Universität Jena**  
**Fürstengraben 27, 07743 Jena**  
**Rosensäle, Kleiner Sitzungssaal, Raum 101**

**Freitag, 16. November:**

**18:00 Uhr**

Karin Krudup (Institut für Achtsamkeit, Bedburg)  
Abendmeditation zum Ankommen

**20:00 Uhr**

Abendessen im "Nollgarten" des Restaurants *Zur Noll* (Oberlauengasse 19, 07743 Jena)

**Samstag, 17. November:**

**10:00 Uhr**

Grußwort des Präsidenten der Friedrich-Schiller-Universität Jena, Prof. Dr. Walter Rosenthal  
Grußwort des Bereichsleiters Gesundheit der AOK PLUS Sachsen/Thüringen, Heiko Kotte

**10:15 Uhr**

PD Dr. Reyk Albrecht (Friedrich-Schiller-Universität Jena)  
Prof. Dr. Mike Sandbothe (Ernst-Abbe-Hochschule Jena)  
Eröffnung und Vorstellungsrunde

**11:00 Uhr**

PD Dr. Reyk Albrecht, Lena Güngör, M.Sc. Psych. (Technische Universität Ilmenau),  
Prof. Dr. Mike Sandbothe  
Das Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*

**11:30 Uhr**

Karin Krudup  
Gespräche in Dyaden und Achtsamkeitsübungen

**12:00 Uhr**

Susanne Krämer (Universität Leipzig)  
Das Leipziger Konzept *Achtsamkeit in der Lehrer\*innenausbildung* und bestehende Netzwerke im Hochschulkontext an den Beispielen *Forschungsnetzwerk Achtsamkeit in der Pädagogik* und *Achtsamkeit an Hochschulen*

**12:30 Uhr**

Karin Krudup  
Achtsamkeitsübungen



# Achtsame Hochschulen

in der digitalen Gesellschaft

**12:45 Uhr**

Mittagspause

**14:00 Uhr**

Antragswerkstatt mit Achtsamkeitsübungen

mit Beiträgen von Prof. Dr. Elke Gemeinhardt (Hochschule Nordhausen), Prof. Dr.-Ing. Frank Helmus und Christiane Leiste (Hochschule Osnabrück), Heiko Kotte (AOK PLUS), Karin Krudup (Institut für Achtsamkeit, Bedburg), Prof. Dr. Bettina Völter (Alice Salomon Hochschule Berlin) und anderen

**16:00 Uhr**

Kaffee, Tee und Kuchen

**16:45 Uhr**

Zusammenfassung und Ausblick

**18:00 Uhr**

Ende



## Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft

### Teilnehmerinnen und Teilnehmer:

**PD Dr. Reyk Albrecht**, Ko-Leiter des Thüringer Modellprojekts *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, MBSR-Trainer und Wissenschaftlicher Geschäftsführer des Ethikzentrums der Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Hanna Beneker, Dipl.-Soz.**, Gastdozentin, Lehre Soziale Arbeit/Hochschuldidaktik, Alice-Salomon-Hochschule Berlin

**Bennet Bergmann, M.A.**, Doktorand am Max-Weber-Kolleg Erfurt, Universität Erfurt

**Dr. habil. Peter Braun**, Leiter Schreibzentrum, Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Prof. Dr. Elke Gemeinhardt**, Professorin für Sozialtherapie, Fachbereich Wirtschafts- und Sozialwissenschaften, Hochschule Nordhausen

**Alexander Götmann, M.Sc.**, Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Lehrstuhl für Leadership, EBS Universität für Wirtschaft und Recht Oestrich-Winkel

**Lena Saniye Güngör, M.Sc.Psych.**, Wissenschaftliche Mitarbeiterin im Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, Technische Universität Ilmenau

**Rita Herwig, M.A.**, AOK PLUS - Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen, Bereich Gesundheitsförderung (Nichtbetriebliche Lebenswelten), Dresden/Erfurt

**Prof. Dr.-Ing. Frank Helmus**, Professor für mechanische Verfahrenstechnik, Fakultät Ingenieurwissenschaften und Informatik, Hochschule Osnabrück

**Otmar Iser, M.A.**, Doktorand im Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, Ernst-Abbe-Hochschule Jena

**Dr. Birgit Jäpelt**, Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Sonder- und Sozialpädagogik, Erziehungswissenschaftliche Fakultät, Universität Erfurt

**Dorian Kolberg**, Studentische Hilfskraft im Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, Ernst-Abbe-Hochschule Jena

**Heiko Kotte, Diplomsporthlehrer**, AOK PLUS, Bereichsleiter Gesundheitsförderung, Dresden

**Susanne Krämer, Diplom Schauspielerin**, Leiterin des Bereichs Kommunikation am Zentrum für Lehrerbildung und Schulforschung, Lehrkraft für besondere Aufgaben und



## Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft

MBSR-Trainerin, Universität Leipzig

**Nadja Kreutzer, Dipl.-Psych.**, Koordinatorin für das Betriebliche Gesundheitsmanagement (alice gesund), Alice-Salomon-Hochschule Berlin

**Andrea Krieg**, Leiterin der Stabsstelle Campus-Familie, Technische Universität Ilmenau

**Karin Krudup, 2. Staatsexamen Lehramt**, Ausbildungsleiterin am Institut für Achtsamkeit, Bedburg

**Christiane Leiste, 2. Staatsexamen Pädagogik**, Programmleiterin Mindful Leadership, Hochschule Osnabrück

**André Mittelsdorf, Dipl.-Komm.-Psych. (FH)**, Wissenschaftlicher Mitarbeiter im Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, Technische Universität Ilmenau

**Heike Müller-Seckin, Dipl.-Berufspäd.**, Zentraleinrichtung Wissenschaftliche Weiterbildung und Kooperation, Technische Universität Berlin

**Romy Nitzschke, Ass. jur.**, Dozentin für Rechtswissenschaften am Fachbereich Polizei, Thüringer Fachhochschule für öffentliche Verwaltung Meiningen

**Vilma Pasche, 2. Staatsexamen Lehramt an Grundschulen**, Stammgruppenlehrerin und Leitungsmittglied für den Bereich Grundschule, Querwege e.V. Jena

**Katrin Richter, M.A.**, Fachreferentin Medien- und Kulturwissenschaften, Philosophie, Soziologie, Bauhaus-Universität Weimar

**Prof. Dr. Caroline Rosenthal**, Inhaberin des Lehrstuhls für Amerikanistik, Philosophische Fakultät, Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Prof. Dr. Walter Rosenthal**, Präsident der Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Prof. Dr. Mike Sandbothe**, Ko-Leiter des Thüringer Modellprojekts *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft* und Professor für Kultur und Medien am Fachbereich Sozialwesen, Ernst-Abbe-Hochschule Jena

**Wolfgang Sauer, Dipl.-Kfm.**, Achtsamkeitstrainer und Coach, Mannheim

**Prof. Dr.-Ing. Burkhard Schmager**, Professor für Betriebswirtschaftslehre und Produktionsmanagement, Fachbereich Wirtschaftsingenieurwesen, Ernst-Abbe-Hochschule



## Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft

Jena

**Nils Schmalenbach**, MBSR-Trainer, Gießen

**Prof. Dr. Matthias Schmidt**, Professor für Organisationspsychologie, Fakultät Sozialwissenschaften, Hochschule Zittau/Görlitz

**Tom Schmidt, M.A.**, Wissenschaftlicher Mitarbeiter im Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Dr. Monika Schwarze**, Programmkoordination Masterstudiengang Biomedizin, Medizinische Hochschule Hannover

**Dr. Anja Steinbacher**, Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Sportwissenschaft und Hochschulsport, Bergische Universität Wuppertal

**Dr. Sabine Trott**, MBSR-Trainerin, Leiterin Medienbearbeitung der Universitätsbibliothek, Technische Universität Ilmenau

**Prof. Dr. Bettina Völter**, Rektorin der Alice-Salomon-Hochschule Berlin

**Martin Weber, M.A.**, Projektkoordinator Thüringer Modellprojekt *Achtsame Hochschulen in der digitalen Gesellschaft*, Ernst-Abbe-Hochschule Jena

**Prof. Dr.-Ing. Christine Wegerich**, Professorin für Personalmanagement und -entwicklung, Hochschule für angewandte Wissenschaften Würzburg-Schweinfurt

**Dominik Weghaupt, Mag.** Wissenschaftlicher Mitarbeiter am Zentrum für LehrerInnenbildung, Universität Wien

**Theres Werner, 2. Staatsexamen Lehramt**, Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Deutsch als Fremd- und Zweitsprache und Interkulturelle Studien, Philosophische Fakultät, Friedrich-Schiller-Universität Jena

**Susanne Wille, M.A.**, Leiterin des Personal- und Organisationsentwicklungsprojekts *admINT - Internationalisierung der Administration*, Bauhaus-Universität Weimar