

**1 Selbstführung und Stress-
management Teil 1**

06. Mai - 10. Mai 2024

*Zwischen Modul 1 & Modul 2: Online-Seminar
mit Dr. Britta Hölzel: Mindfulness-Forschung
und Mindfulness-Meditationsanleitung*

**2 Selbstführung und Stress-
management Teil 2**

15. Juli - 19. Juli 2024

*Zwischen Modul 2 & dem ersten
Schweigeretreat*

*Online-Seminar mit Kristin Bub & Irene Ossa:
Entscheiden mit dem inneren Team*

*Online-Seminar mit Joachim Bauer: Welchem
Menschenbild sollten wir folgen? – Eine
neurowissenschaftlich fundierte Perspektive*

3 Schweigeretreat 1

20. Oktober - 25. Oktober 2024

**4 Führung, Kommunikation und
Konfliktklärung Teil 1**

13 Januar - 17. Januar 2025

**5 Führung, Kommunikation und
Konfliktklärung Teil 2**

05. Mai - 09. Mai 2025

*Zwischen Modul 5 & dem zweiten Schweige-
retreat: Online-Seminar mit Susanne
Breuninger-Ballreich: Mindful Movements
unterrichten*

6 Schweigeretreat 2

06. Juli - 11. Juli 2025

**7 Führung und Zusammenarbeit in
Teams und in Teammeetings Teil 1**

06. Oktober - 10. Oktober 2025

*Zwischen Modul 7 & Modul 8: Online-Seminar
mit Yi-Cong Lu: Übung zu Mindful Facilitation
in Präsenz und im virtuellen Raum*

**8 Führung und Zusammenarbeit in
Teams und in Teammeetings Teil 2**

19. Januar - 23. Januar 2026

*Zwischen Modul 8 & Modul 9: Online-Seminar
mit Kai Splittgerber & Jassir Qushta: Agiles
Lernen im Team als Mindful Leadership
Trainings-methode*

**9 Leadership und
Kulturtransformation Teil 1**

20. April - 24. April 2026

*Zwischen Modul 9 & Modul 10: Online-
Seminar mit Niko Kohls & Rudi Ballreich:
Forschung zur Wirkung von Mindfulness-
Trainings in Organi-sationen*

**10 Leadership und
Kulturtransformation Teil 2**

13. Juli - 17. Juli 2026

Kontakt:

Marie Brämer
Beratung & Projektmanagement

Universität Witten/Herdecke
Professional Campus
Alfred-Herrhausen-Str. 50
58448 Witten

T [+49 \(0\)2302 / 926 768](tel:+49(0)2302926768)
E marie.braemer@uni-wh.de

Joos van den Dool
Mitarbeiter am WittenLab der UW/H, Berater für Ko-
kreativität und Potentialentfaltung, zertifizierter Trainer für
Mindful Leadership

E Joos.vandenDool@uni-wh.de

Veranstaltungsort:

Benediktushof – Seminar- und Tagungszentrum GmbH
Klosterstraße 10
97292 Holzkirchen (bei Würzburg)

T +49 (9369) 98 38 – 0, F – 38
E kurse@benediktushof-holzkirchen.de

www.benediktushof-holzkirchen.de