Achtsamkeit
Mitgefühl
Training
Potenzialentfaltung
Coaching
Beratung

Ihr Partner (Seite 1 von 2)

Geistreich - Achtsamkeitscoaching, Training und Beratung e.U.

Mag. Klaus Kirchmayr

- ✓ Unternehmensberater (FN 443087z)
- ✓ Zertifizierter Mindfulness-Based Stress Reduction (**MBSR**)-Lehrer/-Trainer nach Jon Kabat-Zinn
- ✓ Zertifizierter Mindfulness-Based Compassionate Living (**MBCL**)-Lehrer/-Trainer
- ✓ Dozent und Supervisor am **Institut für Achtsamkeit (IAS)** von Dr. Linda Lehrhaupt
- ✓ Österreichischer Kooperationspartner vom **IAS**
- ✓ Dozent an der **PH Wien**
- ✓ **Supervisor** für **Mindfulness-Based Programs (MBP)**
- ✓ Dozent im Masterlehrgang "Achtsamkeit in Bildung, Beratung und Gesundheitswesen" an der **KPH Wien/Krems** (03/2018 – 01/2022)
- ✓ In Ausbildung zum Mindfulness-Based Strenghts Practice **(MBSP)**-Lehrer/-Trainer bis Herbst 2025
- ✓ **EUPPA**-zertifizierter Trainer für Positive Psychologie
- ✓ Zertifizierter breathworks-Lehrer/-Trainer - Mindfulness-Based Pain Management **(MBPM)**
- ✓ Trainer am **BFI Wien / BFI Salzburg** (geplant ab 2026)
- ✓ Trainer an der **pro mente Akademie**

- ✓ Achtsamkeits-Trainer, -Coach, -Berater, Enabler und Potenzialentfalter
- ✓ Mitglied der MBSR – MBCT Vereinigung Österreich
- ✓ Mitglied des MBSR-MBCT Verband Deutschland
- ✓ Mitglied vom Europäischen Dachverband für Achtsamkeit (EAMBA)

- ✓ Studium der Betriebswirtschaftslehre (Innsbruck, Uppsala/Schweden)
- ✓ Studium der „Spirituellen Theologie im interreligiösen Prozess“ (Salzburg)
- ✓ Studienaufenthalte in Thailand, China, Vietnam, Philippinen
- ✓ Universitätslehrgang am Management Center Innsbruck (MCI)

- ✓ Über 20 Jahre Erfahrung in der Wirtschaft (Management, Vertriebssteuerung, Produktentwicklung, Business Development, Private Banking), **ab 2016** freiberuflich

- ✓ Ergänzende Informationen/Profile: LinkedIn https://www.linkedin.com/in/klauskirchmayr/

- ✓ Langjährige Achtsamkeits- und Mediationspraxis (rund 4.600 h)
- ✓ Rund 270 Tage Retreat-Erfahrung in Klöstern und Meditationszentren in Asien und Europa in unterschiedlichen Traditionen
- ✓ Laufende (internationale) Aus- und Weiterbildungen (15 – 25 Tage pro Jahr!)

- ✓ https://geist-reich.jetzt/ueber-mich/

Mitglied bei/m

MBSR - MBCT Vereinigung Ö | Verband der Achtsamkeitslehrenden MBSR-MBCT D | Europäischer Dachverband | ARGE proEthik

MBSR MBCT Vereinigung Österreich
VERBAND DER ACHTSAMKEITSLEHRENDEN MBSR-MBCT
MEMBER OF eamba EUROPEAN ASSOCIATIONS FOR MINDFULNESS
proEthik

Achtsamkeit
Mitgefühl
Training
Potenzialentfaltung
Coaching
Beratung

Ihr Partner (Seite 2 von 2)

Geistreich - Achtsamkeitscoaching, Training und Beratung e.U.

Trainings-, Workshop- und Kursangebot

- ✓ **Keynote-Speaker** rund um die Themen Mindfulness, Mitgefühl und Positive Psychologie, Beispiele von durchgeführten 1-2-stündigen Formaten (in Präsenz oder online)
    - Sich selbst führen und dann die anderen
    - Aufmerksamkeitsregulation und Emotionsregulation – Wie Achtsamkeitspraxis die Wahrnehmung schärft
    - Den Autopiloten verstehen lernen - Wie Achtsamkeitspraxis im (Arbeits)Alltag unterstützen kann
- ✓ **Workshop-Formate** (halbtägig oder 1-2 ganz Tage), Beispiele von durchgeführten Workshops (in Präsenz oder online)
    - Resilienz! Was genau ist das ... und kann ich Lebensfreude (wieder) lernen und entwickeln?
    - Achtsamkeit als Weg zu mehr Zufriedenheit, Wohlbefinden und Lebensfreude
    - Gesundheit stärken, Stress reduzieren und Selbstfürsorge kultivieren durch Achtsamkeit
    - Achtsam sein? „Simple but not easy!"
    - Mit Achtsamkeit und Mitgefühl das (Stress)Toleranzfenster vergrößern?
- ✓ Alle auf Seite 1 genannten **Trainingsprogramme** können standardisiert in Präsenz oder online für ihre Organisation angeboten werden:
    - **MBSR** - Mindfulness-Based Stress Reduction
    - **MBSP** - Mindfulness-Based Strengths Practice
    - **MBCL** - Mindfulness-Based Compassionate Living
    - **MBPM** - Mindfulness-Based Pain Management (breathworks)
- ✓ **Individualisierte, ressourcenorientierte Workshops oder Trainingsprogramme** rund um die Schwerpunktthemen: Achtsamkeit, Mitgefühl, Positive Psychologie (Charakterstärken-Modell und/oder PERMA-Modell)
- ✓ **Webinare** mit internationalen Partner:innen
- ✓ **Einzel-Coachings** (*Privatpersonen und Unternehmen/Organisationen)*
- ✓ Geistreich(e) Retreats: 1-4-Tages-Formate. Muster-Ausschreibung: https://geist-reich.jetzt/wp-content/uploads/2025/04/Geistreich_Flyer_Final_3in1_Sommer_Wald4tel_2020.pdf oder https://geist-reich.jetzt/wp-content/uploads/2025/04/Flyer_Geistreich_Stadt_Retreat_12.4.2025.pdf
- ✓ Laufendes Kursangebot/Kurskalender | https://geist-reich.jetzt/kursekalender/
- ✓ Referenzliste | https://geist-reich.jetzt/referenzen/

Stand: August 2025