



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**
- ✓ **Supervisor für Mindfulness-Based Programs (MBP)**
- ✓ Zertifizierter Mindfulness-Based Strengths Practice (MBSP)-Lehrer/-Trainer
- ✓ **EUPPA-zertifizierter Trainer für Positive Psychologie**
- ✓ Trainer am **BFI Wien / BFI Salzburg**
- ✓ Dozent im Masterlehrgang "Achtsamkeit in Bildung, Beratung und Gesundheitswesen" an der **KPH Wien/Krems** (03/2018 – 01/2022)
- ✓ Zertifizierter **Deep Rest Meditations**-Lehrer/-Trainer (nach Nicole Stern)
- ✓ Zertifizierter **breathworks**-Lehrer/-Trainer - Mindfulness-Based Pain Management (**MBPM**)



- ✓ 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 25 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 (über 4.800 h)
- ✓ Rund 280 Tage Retreat-Erfahrung in Klöstern und Meditationszentren in Asien und Europa in unterschiedlichen Traditionen
- ✓ Laufende (internationale) Aus- und Weiterbildungen (10 – 15 Tage pro Jahr!)
- ✓ <https://geist-reich.jetzt/ueber-mich/>

Mitglied bei/m

MBSR - MBCT Vereinigung Ö | Verband der Achtsamkeitslehrenden MBSR-MBCT D | Europäischer Dachverband | VIA – MBSP-Trainer





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
  - **Deep Rest Meditation**
  - **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](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](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: Juni 2026**

Mitglied bei/m

MBSR - MBCT Vereinigung Ö | Verband der Achtsamkeitslehrenden MBSR-MBCT D | Europäischer Dachverband | VIA – MBSP-Trainer

