



Achtsamkeit zieht Kreise

Wenn nicht jetzt, wann dann!

Im September 2021 startet der 5. Ausbildungszyklus in Berlin. Werden Sie Teil der AiSCHU-Community und gestalten Sie mit am Paradigmenwechsel im Bildungswesen. Begleiten Sie Kinder und Jugendliche dabei, ihre Persönlichkeit zu entfalten und gemeinsam eine (Schul-)Kultur der Achtsamkeit zu gestalten: Vom ICH zum DU zum WIR.

Das Potential der Achtsamkeit für die Selbstregulation, Selbstwirksamkeit und Beziehungsfähigkeit von Kindern und Jugendlichen ist inzwischen umfangreich erforscht – vor allem im angelsächsischen Raum. Zu dem Rahmencurriculum AiSCHU gibt es bislang vier wissenschaftliche Studien, die belegen, welche nachhaltigen Wirkungen eine kontinuierlich in den Unterricht integrierte Achtsamkeitspraxis für die Persönlichkeitsentfaltung von Kindern und Jugendlichen hat.

Näheres zu den wissenschaftlichen Studien, zu dem nachhaltigen Modellprojekt in der Frankfurter Lehrerbildung und zu den vorhandenen Materialien etc. finden Sie auf www.aischu.de

„Nach dieser Ausbildung bin ich hochmotiviert, die für mich selbst praktizierte Achtsamkeit in die Schulen zu tragen.“ (Sascha Hasse, Lehrer)

Inhalte der Weiterbildung

4 Wochenendmodule über ein Jahr verteilt

In dem Ausbildungsjahr verfeinern Sie Ihre persönliche Achtsamkeitspraxis und erproben Schritt für Schritt Umsetzungsmöglichkeiten der Haltung der Achtsamkeit in Ihrem Unterricht. AiSCHU ist ein Rahmencurriculum, das Sie Ihren ganz persönlichen Erfordernissen anpassen und mit Ihrer persönlichen Kreativität gestalten können. (Weitere Infos: www.aischu.de)

Zwischen den Modulen verbinden Sie sich in der Dyaden-Arbeit (wechselnde, telefonische Partnerarbeit) miteinander und wachsen zu einer Gemeinschaft, die von gegenseitigem Verständnis und Unterstützung geprägt ist.

Grundlagenmaterial ist das *Praxisbuch Achtsamkeit in der Schule*, Beltz 2016, das *Kartenset Achtsamkeit in der Schule*, Beltz 2020, und Audio- und Video-Material zu einigen Übungen.

Ausbildungsorte sind die Evangelische Schule Berlin Zentrum und das Bodhicharya Zentrum in Berlin (Modul 2). Dozentinnen sind Vera Kaltwasser (Modul 1, 3, 4) und Sarina Hassine, Achtsamkeitslehrerin aus Berlin (Modul 2).

***„Ein großartiger Mix aus inspirierendem theoretischem und praktischem Input, spannender Selbsterfahrung und lebhaftem Austausch in der Gruppe“
(Laura Potthoff, Lehrerin)***

Bewerbungsablauf: Melden Sie sich auf www.mbsr-verband.de unter „Veranstaltungen“ an und füllen Sie den Vorab-Fragebogen aus. Sobald Sie angenommen sind, beginnt die Vorfreude! Voraussetzung für die Weiterbildung ist ein MBSR-Kurs, eine fundierte körperorientierte Praxis und die Bereitschaft, die theoretischen Hintergründe der Achtsamkeit mit der praktischen Umsetzung zu verbinden.

Zertifizierung: Im Laufe der Ausbildung erproben Sie die Elemente von AiSCHU in Ihrem persönlichen pädagogischen Setting, verfassen abschließend eine Dokumentation und erhalten dann ein qualifiziertes Zertifikat. Danach sind Sie Teil der AiSCHU-Community und können sich vor Ort und bundesweit vernetzen.

Kosten: 1290,00 (incl. Grundlagenmaterial)

Die Teilnahmegebühren werden oft von den Schulen als Teil des Schulentwicklungsprozesses bezuschusst. Nachfragen lohnt sich, AiSCHU hat inzwischen im Bildungsbereich eine hohe Akzeptanz – auch wegen der wissenschaftlichen Studien.

Werden Sie Teil der AiSCHU-Community mit über 100 Teilnehmer:innen und treffen Gleichgesinnte in unseren Zoom-Veranstaltungen und auf unseren Fachtagen!

Wir freuen uns auf Sie!

Vera Kaltwasser und Sarina Hassine



Weitere Informationen und die Anmeldung finden Sie hier:



www.akiju.de

www.aischu.de

www.mindfulnessberlin.de

www.mbsr-verband.de