

## Werkstattprojekt: *Das Herz der Schule neu entdecken*

**Achtsamkeit und Mitgefühl** sind zu zentralen Themen der Schulpädagogik geworden, nachdem die Wissenschaft zeigen konnte, dass sie Aufmerksamkeit und Emotionsregulation sowie physische und psychische Gesundheit von Schüler\*innen und Lehrer\*innen entscheidend fördern. Im Mittelpunkt der Forschung standen dabei vor allem aktuelle Herausforderungen unserer Zeit, wie Stress und Depressionen im Jugendalter.

Es gibt darüber hinaus jedoch viele grundlegende **Themen der Pädagogik**, die durch Achtsamkeit und Mitgefühl in einem neuen Licht betrachtet werden können und die in der bisherigen Diskussion zu wenig angesprochen wurden.



Die **Veranstaltungsreihe *Das Herz der Schule neu entdecken*** greift diese Themen in praxisnaher Weise auf. Gemeinsam machen wir uns auf die Suche nach dem, was in unseren jeweiligen Praxisfeldern das *Herz* und den *Sinn* von Schule in unserer Zeit ausmachen könnte. Der Prozess geht dabei von kurzen Inputs und Leittexten sowie von interaktiven Übungen und persönlichen Erfahrungen aus und nutzt achtsamkeits- und mitgefühlsbasierte Kontemplation zur Klärung pädagogischer Fragen und zur Förderung persönlicher Entwicklung.

Die Veranstaltungen finden von Oktober bis Juni **einmal monatlich** statt. Sie bauen inhaltlich nicht aufeinander auf und können einzeln besucht werden – wobei eine wiederholte Teilnahme persönlich sinnvoll und für die gemeinsame Arbeit förderlich ist.

**Der Ablauf** der einzelnen Treffen gliedert sich in:

- Beginn mit kurzer Achtsamkeitspraxis und Austauschrunde
- Input und Leittext zum jeweiligen Thema sowie Übungen in Dyaden und Kleingruppen
- Plenare Diskussion, mit Besprechung von Fallbeispielen und persönlichen Fragen
- Reflexionsrunde, Anregungen zur Praxisintegration und meditativer Abschluss

## Termine und Themen

|            |  |
|------------|--|
| 10.03.2021 | <b>Soziales, emotionales und ethisches Lernen</b><br>– Grundlegende Aufgaben der Schule vor, während und nach Corona |
| 14.04.2021 | <b>Pädagogische Beziehungen</b><br>– Der zentrale Wirkfaktor schulischen Lernens                                     |
| 12.05.2021 | <b>Zuhören, Innehalten und Dialog</b><br>– Die Basis achtsamen Unterrichtens   |
| 09.06.2021 | <b>Präsenz und Empathie</b><br>– Lehren als körperliche, emotionale und mentale Arbeit                               |
| 06.10.2021 | <b>Aufpassen will gelernt sein</b><br>– Aufmerksamkeitsregulation im Unterricht                                      |
| 17.11.2021 | <b>Mitgefühl und Selbstmitgefühl</b><br>– Überleben im Lehrberuf als helfendem Beruf                                 |
| 15.12.2021 | <b>Der Ahnung auf der Spur</b><br>– <i>Contemplative Teaching</i> und die didaktische Relevanz subjektiver Erfahrung |
| 12.01.2022 | <b>Normalfall Unterbrechung</b><br>– Achtsamer und mitfühlender Umgang mit Störungen                                 |
| 16.02.2022 | <b>Wir sind Schule</b><br>– Kollegialität und Unterstützung im Lehrer*innenteam                                      |
| 16.03.2022 | <b>Umgang mit schwierigen Gefühlen</b><br>– Engagement und emotionale Hygiene im Lehrberuf                           |
| 20.04.2022 | <b>Sein und professionelle Identität von Lehrpersonen</b><br>– <i>What we teach is who we are</i>                    |
| 11.05.2022 | <b>Schulkultur und Klassenklima</b><br>– Zwei prägende Faktoren des Lebensraums Schule                               |
| 08.06.2022 | <b>Förderung von Selbstregulation</b><br>– Allgemein und speziell bei der Nutzung digitaler Medien                   |

Zielgruppe: **Lehrer\*innen** und angrenzende Berufsgruppen  
Leitung: **Dr. Karlheinz Valtl**, Leiter des Projekts ALBUS, Universität Wien  
Zeit: **jeweils Mittwoch**, 17:00 h – 20:15 h  
Ort aktuell: **Online** (den Link erhalten Sie nach Anmeldung)  
Ort nach Corona: **Zentrum für LehrerInnenbildung** der Universität Wien  
Porzellangasse 4 | A-1090 Wien  
Raum 436 (bei kurzfristiger Änderung siehe Aushang an Stiege 1)  
Teilnahmegebühr: **€ 30.-** (Ermäßigung auf Anfrage)  
Anmeldung: **Online:** <https://achtsamkeit.univie.ac.at/werkstattprojekt/anmeldung/>  
**Mail:** [nap.info@univie.ac.at](mailto:nap.info@univie.ac.at)

