



Werkstattprojekt: *Das Herz der Schule neu entdecken*

Achtsamkeit und Mitgefühl sind zu wichtigen Themen der Schulpädagogik geworden, da 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 stehen dabei vor allem aktuelle Herausforderungen unserer Zeit wie Stress und Depressionen im Jugendalter.

Es gibt darüber hinaus aber auch noch viele weitere **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 **Werkstattprojekt *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 ausmacht. Der Prozess geht dabei von kurzen Inputs und Leittexten sowie von interaktiven Übungen und persönlichen Erfahrungen aus und nutzt achtsamkeits- und mitgefühlsbasierte Reflexion zur Klärung pädagogischer Fragen und zur Förderung persönlicher Entwicklung. Eine zentrale Arbeitsform ist die Erforschung unserer eigenen Erfahrung durch *Contemplative Inquiry*.

Die Veranstaltungen finden von Oktober bis Juni **einmal monatlich** statt und können einzeln besucht werden. Eine wiederholte Teilnahme ist persönlich sinnvoll und für die gemeinsame Arbeit förderlich.

Der Ablauf der einzelnen Treffen gliedert sich in:

- Beginn mit kurzer Achtsamkeitspraxis und Austauschrunde
- Input 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 im Schuljahr 2022/2023

07.12.2022	Contemplative Inquiry – Die tieferen Dimensionen unserer pädagogischen Erfahrung erschließen
11.01.2023	Soziales, emotionales und ethisches Lernen – Persönlichkeitsentwicklung als zentrales Bildungsziel für Schüler*innen (und Lehrer*innen)
22.02.2023	Pädagogische Beziehungen – Beziehung als zentraler Motivations- und Wirkfaktor schulischen Lernens
15.03.2023	Zuhören, Innehalten und Dialog – Authentischer Kontakt als Basis achtsamen Unterrichtens
12.04.2023	Präsenz und Empathie – Körperliche, emotionale und mentale Gegenwärtigkeit im Schulalltag
17.05.2023	Mitgefühl und Selbstmitgefühl – Überleben im Lehrberuf als helfendem Beruf
14.06.2023	Sein und professionelle Identität von Lehrpersonen – <i>What we teach is who we are</i> : Ein Blick auf Berufsbiografie und <i>professional self</i> Unser gemeinsamer Weg (integriert) – Unsere Entwicklung in diesem Schuljahr: Reflexion und Ausblick

Zielgruppe: **Lehrer*innen** und angrenzende Berufsgruppen

Leitung: **Dr. Karlheinz Valtl**, Leiter des Projekts ALBUS, Universität Wien

Zeit: **jeweils Mittwoch**, 17:00 h – 20:00 h

Ort: **Online** (Link:
<https://univienne.zoom.us/j/96438259240?pwd=SHkxeGZ3RzZlSS3p5Wxc3V2l4cDlPZz09>)

Teilnahmegebühr: Einzelveranstaltung: € 30.-
bei kontinuierlicher Teilnahme: € 20.- pro Termin
(die Zahlung der Teilnahmegebühr erfolgt als Spende auf das Konto der Universität Wien, Details dazu unter: <https://achtsamkeit.univie.ac.at/spenden/>)

Ermäßigung für Studierende u.a. gerne auf Anfrage

Anmeldung: Um Anmeldung wird gebeten unter: karlheinz.valtl@univie.ac.at.

