

Die Zukunft liegt in den Händen der Kinder – und deren Entwicklung liegt in unseren Händen.



Karolina Gutberlet und Melanie Wohnert präsentieren die Schulinitiative *mindscool* (Sitz in Hersbruck, DE)

Mindscool geht davon aus, dass wir als Menschheit heute mehr brauchen als Deutsch, Mathe und Geschichte. Wir brauchen auch ein Mehr an Bewusstsein, an Selbstwahrnehmung, Präsenz und Mitgefühl. Wer sich der eigenen Gedanken, Emotionen und Körperempfindungen bewusst ist, wird zum Gestalter seiner Selbst, statt Spielball seiner Umgebung zu sein. Wer mit sich selbst und den eigenen Herzenswünschen verbunden ist, kann sich mit anderen in positiver Weise verbinden, statt ständig Kraft in Vergleiche, Abgrenzung und Konkurrenz zu stecken. Wer eigene Präsenz erfährt und mehrt, verändert die Welt innerhalb des eigenen Wirkungskreises zum Positiven und erlebt sich selbst als selbstwirksamen sinnerfüllten Menschen. Die Entwicklung dieser Eigenschaften wird in Zukunft nicht nur die Qualität des menschlichen Miteinanders beeinflussen, sondern auch zur Lebensqualität unserer Welt beitragen.

Dazu unsere Gäste Karolina Gutberlet und Melanie Wohnert:

Aus unserer gemeinnützigen Schulinitiative *mindscool* heraus möchten wir an diesem Abend Impulse geben, gemeinsam ins Erleben kommen und miteinander Erfahrungen austauschen. Wir träumen von einem wachsenden gemeinsamen Netzwerk für Achtsamkeit in der Bildung, in welchem wir offen teilen und uns gegenseitig unterstützen.

Die Vision von *mindscool* ist eine Gesellschaft, die tief verinnerlicht hat, dass sich die Probleme dieser Welt nur durch bewusstes Handeln und durch echtes Miteinander lösen lassen. Eine Gesellschaft, in der die Menschen auf ihre angeborenen ganzheitlichen Ressourcen zurückgreifen. Achtsamkeit ist einer der Schlüssel dazu. Wir möchten als kleiner Puzzlestein dazu beitragen, dass Achtsamkeit in Österreichs und Deutschlands Schulen kommt und damit der jungen Generation schon früh zur Verfügung steht.

Karolina Gutberlet

ist Betriebswirtin, zertifizierte Trainerin für *Mindfulness in Organisationen* und Trainerin für *Gewaltfreie Kommunikation*. Mit großer Freude und Begeisterung begleitet sie Menschen sowohl als Mentorin für *Wertorientierte Persönlichkeitsbildung (WOP)* als auch in der Lebens- und Sozialberatung. Sie engagiert sich vor allem in Kinder- und Jugendeinrichtungen, indem sie Achtsamkeit lehrt und naturpädagogische Elemente mit einfließen lässt.



Melanie Wohnert

ist Mathematikerin, zertifizierte Trainerin für *Mindfulness in Organizations* und MSC-Lehrerin (i. A.). Sie war 15 Jahre in der IT-Branche tätig, davon mehr als 10 Jahre in leitenden Funktionen. Achtsamkeitspraxis, Meditation und die damit verbundenen Einsichten veränderten ihr Leben in kleinen Schritten, aber in vielerlei Hinsicht, was sie auf den Weg ihres Herzens führte. Sie ist heute selbständig und lehrt Achtsamkeit in Unternehmen und Schulen.