



Achtsamkeit in der Schule – AiSchu

- **Weiterbildungsreihen
des Staatlichen Schulamtes Frankfurt am Main**

Erster Durchlauf Februar 2018 bis Januar 2019 / Supervision 2018/2019/2020/2021

Zweiter Durchlauf März 2019 bis Januar 2020 / Supervision 2019/2020/2021

Implementierung an Schulen 2020 bis heute

Teilnehmer innen aus dem Ersten und Zweiten Durchlauf erarbeiten
Anwendungseinheiten für bestimmte Jahrgänge und Schulformen

Einbindung in die Schulentwicklungsarbeit (Elisabethenschule , Adorno-Gymnasium,
Wöhlerschule ets.)

- **Prozedere – Screening der Anmeldungen –Einbindung der Schulleitung**

Ausführliche Bewerbung von Teilnehmer/innen mit Auskunft über ihre Motivation, Achtsamkeit im Unterricht zu vermitteln, und über ihr Vorwissen und ihre Vorerfahrungen (Vertrautheit mit körperorientierten Übungsformen, z.B. Yoga,Qigong, Autogenes Training etc., Meditationserfahrung)

Einholen der Zustimmung des Schulleiters

- **Anmeldungen:**

Februar 2018 – 40 Lehrer/innen angemeldet– 24 wurden ausgewählt

März 2019 – 35 Lehrer/ angemeldet – 24 wurden ausgewählt

(alle Schulformen sind vertreten)

- **Durchführung:**

Neben der Präsenzpflcht bei mind 80% der Seminare kontinuierliche Achtsamkeitspraxis zwischen den Seminaren, Dyaden unter Anleitung

- **Evaluation nach dem Seminar, beim Zweiten Durchlauf – Fragebogen entwickelt von Prof. Dr. Kohls, Auswertung durch Prof.Dr. Kohls – Hochschule Coburg**
- **Abschlussarbeit als Voraussetzung für das Zertifikat**



• Implementierung an den Schulen

- **Supervisionstreffen:** Präsenztreffen ab März 2020 regelmäßige Zooms, geleitet von Daniele Schmitz-Weger
- **Fachtage** (geplant September 2021 in Präsenz) (Frau Merkel, Staatliches Schulamt Frankfurt)
- **„Achtsame 8 Wochen“ (Online Seminar)** – Blended Learning (Online und Präsenz im Wechsel)

Zwei Seminare mit 4 Präsenztermine – Herbst 2020 und Herbst 2021
(Schulpsychologin Frau Kempe, Generalistin Schule und Gesundheit, Staatliches Schulamt Frankfurt)

- **„Achtsame 8 Wochen“** – schulintern: Wöhlerschule Frankfurt, Beginn April 2021
<https://lernen.ave-institut.de/courses/achtsame-8-wochen/>
- AISCHU – schulinterne Schulungen / Adorno-Schule, Elisabethenschule etc.
- AISCHU für 5. Klassen -Weiterbildungsreihe (Herbst 2021) – Wie können Lehrer_innen Achtsamkeit in den Schulunterricht integrieren?

Staatliches Schulamt Frankfurt, Hessische Lehrkräfteakademie

Organisatorische Begleitung: Alexandra Merkel

Projektleitung: Vera Kaltwasser – Konzeption / Durchführung in einem Team von Kolleg_innen aller Schulformen

www.vera-kaltwasser.de, www.aischu.de

[STAND: April 2022](#)