

NEWSLETTER

Frankfurt, Juni 2025

Hallo Ihr Lieben!

**Zuversicht zu kultivieren, das ist derzeit nicht so einfach,
aber schauen wir auf Ermutigendes:**

Gerade komme ich inspiriert vom **Kongress der Akademie Heiligenfeld** zurück: Inspiriert, weil die Brüche und Schwierigkeiten nicht geglättet, sondern als Herausforderungen für kreative Antworten in den Blick genommen wurden.

Joachim Bauers Vortrag – „Digitaler Einfluss auf die Psyche“ hat erschreckend deutlich gemacht, welche schädlichen Konsequenzen für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen die Entkörperlichung der Kommunikation durch die virtuellen Beziehungsmuster der „Social Media“ hat. Es ging in dem Vortrag auch um die Weiterungen von KI für uns. Bauers Buch „Realitätsverlust“ bei Heyne ist ein Muss für diejenigen, die bewusst ausloten, wie in den Schulen dem Erleben, Erfahren, Entdecken, der Kreativität und dem Begegnen ein Erfahrungsraum geöffnet werden kann. **DAS IST UNSERE TÄGLICHE CHANCE!** Den Entdeckergeist für den realen Erlebnisraum wecken.

Jede/ jeder von Euch hat eine ganz persönliche Art, diesen Erfahrungsraum mit den Schüler_innen zu gestalten.

Und da gibt es Grund zur Freude insofern, als auch allmählich in den Bildungsstrukturen die Bedeutung unserer Achtsamkeitsarbeit geschätzt wird.: Als ich 2008 in meinem ersten Buch zur Achtsamkeit den Satz „**Achtsamkeit zieht Kreise**“ als letzten Satz formulierte, da war das ein Wunsch – eine Vision. Nun haben wir in unserem gleichlautenden Frankfurter Projekt schon seit einiger Zeit eine vom Schulamt begleitete Implementierung von Achtsamkeit in die Schulentwicklung von Frankfurter Schulen. Eine Abordnung am Schulamt ermöglicht es, dass ausgebildete Multiplikator_innen an den Schulen für Lehrkräfte Weiterbildungen geben und dann die weiteren Schritte begleiten. Und es geht weiter – dank der Polytechnischen Stiftung. Lehrkräfteschulung mit „Achtsame 8“ und dann Vermittlung an Schüler_innen mit dem Curriculum AISCHU.

Die Berliner Ausbildung ging im Mai zu Ende und ich durfte die Zertifikate an die Teilnehmer_innen überreichen. Anne Dahl, Daniel Kaufhold und Bénédicte Sigalas waren die Trainer_innen. Sie haben den Geist der Achtsamkeit vermittelt und Begeisterungsfunken

gezündet. Am 12.9.2025 ist die Informationsveranstaltung für die nächste Runde mit drei Modulen, begleitenden Zooms, Dyaden. Beginn – 21.11.2025- Anmeldung und Info: aischu.berlin@gmail.com

Das Format „**Train the Trainer**“ für „**Achtsame 8 Wochen**“ fand im Mai im Pädagogischen Zentrum in Wiesbaden statt. Im nächsten Schritt bieten die Teilnehmer_innen vier Präsenzsitzungen für Lehrkräfte an, die das Online-Programm individuell und in Präsenz bearbeiten wollen. Nach der Durchführung bekommen Sie das qualifizierte Zertifikat als Trainer_in von „Achtsame 8“

Die Schulämter sind dem Thema gegenüber aufgeschlossen. Bundesweit wurden inzwischen schon viele Lehrer_innen auf diese Weise mit der Haltung der Achtsamkeit vertraut gemacht.

Save the date: Neue Trainerschulung am PZ : 7. Und 8.5.2026, info@pz-hessen.de
Voraussetzung Ausbildung AVE-Institut – www.ave-institut.de oder AiSCHU-Ausbildung

Und immer wieder – eine Einladung:

AiSCHU- Community sichtbar machen und Lehrer_innen ermutigen. Zeigt Eure Arbeit in einem kurzen Interview auf unserem Youtube-Kanal, dort gibt es auch kleine Clips aus dem Schulalltag, die zeigen, wie Achtsamkeit in den Unterricht integriert wird.

<https://www.youtube.com/watch?v=8oZFIfLRpYo>

Kontaktiert mich einfach über info@vera-kaltwasser.de

Ganz herzliche Grüße von Eurer Vera