



INSTITUT FÜR ACHTSAMKEIT VERBUNDENHEIT ENGAGEMENT

**AVE Pilotprojekt
ACHTSAMKEIT – VERBUNDENHEIT – ENGAGEMENT**

**Zusatzqualifikation zur *Expertin/zum Experten für achtsamkeitsbezogene
Lehrerinnen- und Lehrerbildung***

**Eine Weiterbildung für Achtsamkeitslehrende und Fachpersonen im Bildungswesen mit
den führenden Pionierinnen und Pionieren der Pädagogik der Achtsamkeit**

Lehrgang Dezember 2019 – November 2020

Inhalte und Ziele der Fortbildung

Achtsamkeit und Mitgefühl/Empathie werden in Zukunft professionelle Kernkompetenzen im Bildungswesen sein. Damit die Lehrerinnen und Lehrer der Zukunft über diese Kernkompetenzen verfügen, werden schon jetzt qualifizierte Lehrerbildner gebraucht, die Wissen und Erfahrung in diesem Bereich an Lehrerinnen und Lehrer und andere Bildungsakteure weitergeben können. Um die derzeit ansteigende Nachfrage nach professionell qualifizierten Lehrerbildnerinnen und -bildnern zu Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie zu befriedigen, haben Expertinnen und Pioniere auf dem Gebiet der Lehrerbildung im Auftrag des AVE Instituts gemeinsam ein Curriculum entwickelt.

Diese Weiterbildung stellt eine umfassende Qualifizierung zum Lehrerbildner dar, die die Teilnehmenden dazu befähigt, als Dozent oder Dozentin in der ersten und zweiten Phase der Lehrerbildung tätig zu werden. Die Absolventinnen und Absolventen sollen den Themenbereich Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie in einschlägigen Institutionen der Lehrerbildung professionell vertreten können und Lehrerinnen und Lehrer sowie pädagogisches Begleitpersonal darin ausbilden,

- in einer von Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie geprägten Weise zu unterrichten und
- diese Themen im Unterricht mit Kindern und Jugendlichen mit didaktischer Professionalität zu lehren.

Darüber hinaus sollen die Absolventinnen und Absolventen ihre Zielgruppe dazu qualifizieren können, die Akzeptanz des Themenfeldes Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie in Schulleitung und Schulverwaltung sowie bei Eltern zu fördern, die Implementierung dieser Themen im Rahmen einer wertebasierten Schulentwicklung zu begleiten und sie zu anderen Themen der Schulpädagogik und Schulentwicklung kompetent in Beziehung zu setzen.

Die Weiterbildung besteht aus 6 dreitägigen Modulen, einem optionalen Modul zur Vertiefung der Achtsamkeitspraxis sowie einem individuell durchgeführten Praxisprojekt im Bereich der Lehrerbildung. Die Inhalte basieren auf dem aktuellen Stand der Achtsamkeitsforschung sowie der Bildungswissenschaft zu Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie und beziehen die Konzepte und praktischen Erfahrungen der bisher im deutschen Sprachraum vertretenen Ansätze zu Lehrerbildung mit ein. Die Vermittlung folgt dem Prinzip des erfahrungsbasierten und interaktiven Lernens und basiert auf den Prinzipien des achtsamen Lehrens (*contemplative teaching*). Der Lehrgang ist weltanschaulich neutral.



Teilnehmerkreis und Voraussetzungen

Die Weiterbildung richtet sich an die Zielgruppe der im pädagogischen Kontext tätigen Fachpersonen, unabhängig vom jeweiligen Praxisfeld – also Lehrerinnen und Lehrer, Schulpsychologinnen und -psychologen, Erzieherinnen und Erzieher, Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter, (Universitäts-) Dozentinnen und Dozenten und alle anderen Personen, die im Setting Pädagogik arbeiten oder gearbeitet haben –, die die folgenden Voraussetzungen erfüllen:

1. Sie verfügen über ein Grundlagenwissen zu Achtsamkeit und Pädagogik der Achtsamkeit, pflegen eine regelmäßige Achtsamkeitspraxis und verkörpern die Haltung von Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie. In der Regel haben sie bereits einen Achtsamkeits-Kurs absolviert (z.B. MBSR, MBCT, Meditation, achtsamkeitsbasierte Körperarbeit oder vergleichbare Angebote).
2. Sie haben bereits eine Grundausbildung zu Achtsamkeit und Mitgefühl in der Schulpädagogik absolviert (wie beispielsweise AISCHU, GAMMA, AmiKi, Empathy Training, ALBUS, Achtsame Pause, CARE, MiSP, Mindful Schools, MindWell, Happy Panda o.Ä.).

Das Curriculum wurde entwickelt von:

- Dr. Corina Aguilar-Raab, Universität Heidelberg, *Project Social Emotional and Ethical Learning (SEE-Learning)*
- Dr. Nils Altner, Universität Duisburg-Essen, *Projekt Gesundheit, Achtsamkeit und Mitgefühl im menschenbezogenen Arbeiten (GAMMA)*
- Helle Jensen, Deutsch-Dänisches Institut für Familientherapie, *Projekt Empathie macht Schule (gebe)*
- Vera Kaltwasser, Oberstudienrätin, *Achtsamkeit in der Schule (AISCHU)*
- Mag. Helga Luger-Schreiner, Universität Wien, *Projekt Achtsame Schule (PAS)*
- Mirjam Luthe, Arbor Seminare, *Achtsamkeit mit Kindern (AmiKi)*
- Dörte Westphal, Arbor Seminare, *Achtsamkeit mit Kindern (AmiKi)*
- Dr. Karlheinz Valtl, Universität Wien, Zentrum für LehrerInnenbildung, *Projekt Achtsamkeit in LehrerInnenbildung und Schule (ALBUS)*
- Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg (Prof. Dr. Josef Keuffer, Barbara Tiesler)

Detailbeschreibung der einzelnen Module

Modul 1

EINFÜHRUNG – Überblick über die wissenschaftlichen und personalen

Grundlagen von Achtsamkeit und Mitgefühl sowie deren Implementierung im schulischen Kontext

Modul 1 führt in die wissenschaftlichen, praktischen und personalen Grundlagen von Achtsamkeit und Mitgefühl im Schulkontext ein und diskutiert die Prinzipien ihrer Vermittlung. Dabei wird die für den gesamten Lehrgang zentrale Differenzierung in primäre Zielgruppe (Vermittlungskompetenzen in der Arbeit mit Lehrerinnen und Lehrern als Zielgruppe von Lehrerbildnern) und sekundäre Zielgruppe (Vermittlungskompetenzen in der Arbeit mit Schülerinnen und Schülern als Zielgruppe der primären Zielgruppe) erarbeitet.

Das Modul bietet darüber hinaus einen Überblick über den Aufbau des Lehrgangs und seiner zentralen didaktischen Elemente und führt in die Aufgaben zum Selbststudium zwischen den Blöcken sowie in die interaktiven und selbstgesteuerten Lernsettings ein.

Referentin und Referent: Dörte Westphal, Dr. Karlheinz Valtl



Modul 2

DIE EIGENE HALTUNG – Vom ICH zum DU zum WIR: Kultivieren einer fürsorglichen, wohlwollenden Haltung gegenüber sich selbst, anderen und der Umwelt

In Modul 2 vertiefen wir Selbstkompetenz und Selbstfürsorge, Beziehungsgestaltung und Handlungs- sowie Entscheidungsfähigkeit als personale Voraussetzungen und als Vermittlungsinhalte von der Lehrerbildung. Wir erforschen sowohl den Umgang mit schwierigen Gefühlen und herausfordernden Alltagssituationen (z.B. Stress durch Multitasking, Überforderung durch Reizüberflutung, Suchtgefährdung z.B. bezüglich digitaler Medien) als auch das Erleben und den Ausdruck positiver psychischer Qualitäten. Wege der Stärkung von sozialen und kooperativen Kompetenzen für die primäre (Lehrerinnen und Lehrer) und die sekundäre Zielgruppe (Schülerinnen und Schüler) werden erarbeitet. Wir reflektieren wissenschaftliche Grundlagen zu Embodiment, Fürsorge und Beziehungsgestaltung und üben deren methodische Umsetzung im Rahmen der Lehrerinnen- und Lehrerbildung.

Referentin und Referent: Mag. Helga Luger-Schreiner, Dr. Nils Altner

Modul 3

UNSERE BEZIEHUNGEN ZU ANDEREN – Pädagogisches Selbstverständnis und Beziehungsgestaltung: Beziehungen reflektieren und erproben

In diesem Modul liegt der Fokus auf der Bedeutung der Beziehungsgestaltung im pädagogischen Kontext. Die wissenschaftlichen Erkenntnisse aus den Bereichen der Entwicklungspsychologie, der Forschungen zu Empathie und Mitgefühl und zu Resonanzphänomenen einerseits und die praktische Erprobung unterschiedlicher Vermittlungswege andererseits ermöglichen den Teilnehmer/innen einen erfahrungsorientierten Lernprozess. Es werden unterschiedliche Dialogformen erprobt und auf ihre methodische Umsetzung hin reflektiert.

Referentinnen: Helle Jensen, Vera Kaltwasser

Modul 4

HANDLUNGSFELD LEHRERBILDUNG – Pädagogische Praxis und Didaktik: Das Potential von Achtsamkeit in Lehrerbildung und Schule

Die Teilnehmenden vertiefen in diesem Modul ihr theoretisches Wissen zu Lehrerinnen- und Lehrerbildung, Bildungskonzepten und erfahrungsorientiertem Lernen. Wir reflektieren und erproben das Potenzial und die Vielfalt der Umsetzungswege von Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie im schulischen Kontext. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erarbeiten dabei die zentralen Bildungsziele der primären Zielgruppe (Lehrerinnen und Lehrer), wie z. B. Kompetenzen zu authentischer Beziehung, achtsamer Didaktik und Vermittlung von Achtsamkeitsübungen, sowie die der sekundären Zielgruppe (Schülerinnen und Schüler), wie z. B. Förderung von Aufmerksamkeitsregulation, Emotionsregulation und Propriozeption. Darüber hinaus erhalten sie Einblick in Praxiserfahrungen mit der Implementierung von Achtsamkeit in Unterricht und Schulkultur am Beispiel des Rahmencurriculums AISCHU.

Referentin und Referent: Vera Kaltwasser, Dr. Karlheinz Valtl



Modul 5

AKTIV WERDEN – Wege des achtsamen Engagements für sich und die Welt: Von der Intention zur konkreten Projektentwicklung

In einer globalisierten Welt mit zunehmender Interkonnektivität stehen wir vor der Herausforderung, uns in Schulpädagogik und Lehrerbildung in Verbundenheit miteinander zu begreifen, eigene Entscheidungs- und Handlungsprozesse unter Berücksichtigung der Folgen vorausschauend abzuwägen sowie engagiert in der Welt zu wirken. Auf Basis von Selbstreflexion und Wissensvermittlung zu Themen der Intentionsbildung und Selbstwirksamkeit sowie von Kompetenzen, die wichtig sind, um ins Handeln zu, wird in Modul 5 der Rahmen für eine konkrete Projektentwicklung und -gestaltung gegeben. Die Ergebnisse sind darauf ausgerichtet, sie in der Lehrerbildung zu vermitteln.

Referentinnen: Dr. Corina Aguilar-Raab, Mag. Helga Luger-Schreiner, Vera Kaltwasser

Modul 6

RÜCKBLICK, AUSBLICK & SPRUNGBRETT – Achtsamkeit, Verbundenheit und Engagement leben und weitergeben: Nachhaltiges Engagement auf Basis globaler Kompetenz

Aufbauend auf den Grundlagen von Modul 5 entwickeln wir gemeinsam Wege, wie das Wissen um den prekären Zustand unserer Welt bei Kindern und Jugendlichen verbreitet wird. Wir erarbeiten Lösungen, wie Lehrende Kinder und Jugendliche darin begleiten können, ihre grundlegende Verbundenheit zur Welt und ihre menschliche Verantwortung für Beziehungen und ihre Umwelt zu erkennen – und wie die Kompetenzen dazu in der Lehrerbildung professionell vermittelt werden können.

Ein besonderes Augenmerk des Moduls liegt auf dem „Ernten der Früchte“ der Erfahrungen der Teilnehmenden während des gemeinsam gegangenen Weges, der Wertschätzung der Engagement-Projekte und dem Ausblick auf die zukünftige, eigene Tätigkeit der Absolventinnen sowie auf dem Aufbau eines gemeinsamen Netzwerks.

Referentinnen: Dörte Westphal, Mirjam Luthé

ZUSATZMODUL – Vertiefung und Praxis

IN DIE TIEFE GEHEN – Tiefe Praxis als wesentliche Basis für verkörperte achtsame Haltung und die Begleitung transformativer Prozesse

Dieses optionale Modul bietet eine wesentliche Ergänzung zu den weiteren Ausbildungsmodulen, indem es ein vertiefendes Praktizieren von Achtsamkeit, Wohlwollen und Selbst-Mitgefühl ermöglicht. Stille öffnet einen Raum, in dem sich die Teilnehmenden sich selbst und einander zuwenden können und Achtsamkeitspraxis als fortwährenden Prozess erfahren.

Die vertiefende Praxis ist wesentliche Basis für die verkörperte achtsame Haltung von zukünftigen Lehrerbildnerinnen und Lehrerbildnern und ebenso Vorbereitung zur Begleitung von transformativen Prozessen.

Referentin und Referent: Mag. Helga Luger-Schreiner, Dr. Nils Altner



Termine 2019 bis 2020

Die Module finden jeweils Donnerstag 19.00 h bis Samstag 17.00 h statt:

Modul 1:	05. – 07. Dezember 2019
Modul 2:	20. – 22. Februar 2020
Modul 3:	26. – 28. März 2020
Modul 4:	21. – 23. Mai 2020
Modul 5:	24. – 26. September 2020
Modul 6:	19. – 21. November 2020

Optionales Vertiefungsmodul: 14. – 18.10.2020 (Mittwoch 18.00 h bis Sonntag 14.00 h)

Umfang und Zeitbedarf für Teilnehmende

Präsenz-Module:

- 6 dreitägige Module á 28 UE (168 UE)
- Optionales 5-Tage-Modul zur Vertiefung der Achtsamkeitspraxis (52 UE)

Zusätzlicher Zeitaufwand für:

- regelmäßige Achtsamkeits- und Meditationspraxis
- intensives Eigenstudium
- Kleingruppenarbeit zwischen den Modulen sowie Tandems
- supervidierte Umsetzung in der Lehrerinnen- und Lehrerbildung
- Hospitation in den Lehrerbildungs-Programmen der beteiligten Referenten (s.u.)

Zertifizierung

Die Ausbildung wird mit einem Zertifikat des *AVE Instituts für Achtsamkeit, Verbundenheit und Engagement* abgeschlossen. Eine Zertifizierung durch das Landesinstitut für Lehrerbildung und Schulentwicklung Hamburg ist vorgesehen, nach der die Arbeit als Dozentin und Dozent an einem Institut für Lehrerbildung zu den Themenfeldern Achtsamkeit und Mitgefühl möglich ist. Ebenso ist eine Zertifizierung durch die Universität Duisburg-Essen möglich.

Teilnahmegebühr

Teilnahmegebühr:	€ 1.960
Gebühr Zusatzmodul:	€ 450

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind nicht enthalten. Der Betrag kann in Raten bezahlt werden. Auf Antrag kann in Härtefällen ein Kostennachlass erfolgen.

Veranstaltungsort

Alle Module werden als residenzielle Seminare (mit Übernachtung im Haus) in einem Seminarhaus durchgeführt. Der genaue Ort (Zentral-Deutschland mit guter Anbindung an die Bahn) wird noch bekannt gegeben.

Anmeldung / Bewerbung

Wenn Sie sich für die Teilnahme an der Weiterbildung interessieren, senden Sie uns bitte eine E-Mail an: info@ave-institut.de

Stand: 13.08.2019, (Änderungen vorbehalten).