



## ***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**
  - **Fachtage (geplant September 2021 in Präsenz)**
  - **„Achtsame 8 Wochen“ (Webinar) – Blended Learning (Online und Präsenz im Wechsel)**
  - **(Lehrer\_innen aller Schulstufen Frankfurt) (Sept-Nov 20)**
  - **„Schule und Gesundheit“ – Schulamt Frankfurt – Herbst 2021 – Achtsame 8 Wochen**
  - **„Achtsame 8 Wochen“ – schulintern: Wöhlerschule Frankfurt, Beginn April 2021**
  - **AISCHU – schulinterne Schulungen**
  - **AISCHU für 5. Klassen -Weiterbildungsreihe (verschoben, bis wieder Präsenz möglich ist) (Herbst 2021)**

---

**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](http://www.vera-kaltwasser.de), [www.aischu.de](http://www.aischu.de)