

## Achtsamkeit als Fundament einer wert(e)vollen Schule

Informationen zum Fortbildungsangebot	
Kurzbeschreibung	<p>Achtsamkeit als bewusstes Wahrnehmen lässt uns den gegenwärtigen Augenblick offen und urteilsfrei erleben.</p> <p>Lehrer/innen sind Sender, die mit Sprache und Haltungen bewusst oder unbewusst in der Schule auf Dauersendung sind. Achtsamkeit schafft hier Bewusstheit.</p> <p>Achtsamkeit verfeinert unsere Selbstwahrnehmung und könnte uns helfen zu lernen für uns zu sorgen ohne andere zu vernachlässigen und führt so u.U. zu einer „gewaltfreien Schule“ vgl. M.B. Rosenberg.</p>
Zielgruppen	Referendare/innen; Lehrer/innen; Seminarlehrer/innen, Schulleiter/innen
Teilnehmerzahl	20 – 40 Teilnehmer (nach Wunsch)
Methoden, Medien	Power-Point-Präsentation, Übungen
Zeitlicher Umfang	2 – 3 Stunden
Referent	StD Hermann Bestle, Gymnasium Spardorf

### Kontakt über

StDin Katharina Seuring-Schönecker Löbleinstraße 10, 90409 Nürnberg 0911-231-8384 [rffb@mb-gym-mfr.de](mailto:rffb@mb-gym-mfr.de)

OStR Tobias Herber, Hans-Sachs-G. , Löbleinstraße 10, 90409 Nürnberg herber@hans-sachs-gymnasium.de