



Der Zauber des Da-Seins **Wege zu mehr Achtsamkeit und Mitgefühl im Unterricht**

Datum: 24. Juni 2022

Zeit: 09:15-16:45 Uhr

Ort: Paulus Akademie, Pfingstweidstrasse 28, 8005 Zürich

Das Ziel unserer Weiterbildung: Kinder durch Achtsamkeit fördern und stärken können. Der Alltag überflutet Kinder und Jugendliche in Familie und Schule ständig mit Informationen und Reizen. Da bleibt wenig Freiraum für entspannte, bewusst erlebte Momente. Das wirkt sich auch auf den Religionsunterricht aus. Achtsamkeit hilft, Stress und Ruhelosigkeit bei Kindern und Erwachsenen entgegenzuwirken. Achtsamkeit fördert den Zugang zu Schöpfung und Glauben. Der Bildungswissenschaftler und namhafte Achtsamkeitsexperte, Dr. Nils Altner, wird die Teilnehmenden auf den neusten Stand im Bereich Achtsamkeitsarbeit bringen und an diesem Tag seine «Schatzkiste» mit zahlreichen Impulsen, Übungen und Spielideen für die Praxis teilen. Die Teilnehmenden erfahren so den Effekt von Entschleunigung, Achtsamkeit und Mitgefühl und können diesen im Anschluss bei Kindern fördern.

Kompetenz

Achtsamkeit bewusst für die eigene Arbeit und den Einsatz im Unterricht einsetzen und erfahrbar machen.

Lehrplanbezug

«Identität entwickeln»; «Christliche Spiritualität leben», alle Zyklen, Lehrplan konfessioneller Religionsunterricht und Katechese.

Inhalte

- Innere Achtsamkeit: Persönliche Entwicklung der (Lehr-) Person
- Achtsamkeit im Miteinander: Kollegiale Beziehungen und Beziehungen zu Schüler*innen
- Achtsamkeit im Unterricht: Praxis und Gestaltungsmöglichkeiten

Ziele

Die Teilnehmenden

- setzen sich mit ihrer eigenen Achtsamkeit auseinander und versuchen, diese reflektierend wahrzunehmen.
- erleben Achtsamkeit in Impulsen und Übungen.
- lernen Methoden der Achtsamkeitsübung kennen und können diese für sich, ihre Schüler*innen und den Unterricht anwenden.

Methoden

- Inputreferat
- Impulse und Praxisübungen
- Austausch

Zielgruppe

Katechetisch Tätige und alle am Thema Interessierten

Leitung

Barbara Bartl, Fachstelle für Religionspädagogik Zürich

Referent

Nils Altner, Dr. phil., Bildungswissenschaftler und Autor

Veranstaltungsdatum

Tag: Freitag, 24.06.2022

Zeit: 09:15-16:45 Uhr

Ort: Paulus Akademie, Pfingstweidstrasse 28, 8005 Zürich

Kosten

CHF 50.- (unentschuldigte Absenz wird verrechnet, siehe AGB auf der Homepage FaRP)

Verpflegung

Die FaRP stellt im Rahmen der Weiterbildungen Kaffee, Tee, Mineralwasser und Obst zur Verfügung.

Anmeldung bis Freitag, 10. Juni 2022

Fachstelle für Religionspädagogik

Hirschengraben 66, 8001 Zürich, Tel. 044 266 12 89

barbara.bartl@zhkath.ch

[Allgemeine Geschäftsbedingungen der FaRP](#)

