

Achtsamkeit in Schule und Unterricht

Beitrag von „Krabappel“ vom 9. Februar 2019 00:00

Ich hab Dokus aus den USA gesehen (Region mit sehr brennendem Brennpunkt) dort macht die ganze Schule morgens Atemübungen über Lautsprecher angeleitet. Ausrastende Kinder gehen in den Meditationsraum. Das ganze wirkte etwas trocken oder mechanisch in der eher drögen und mager ausgestatteten Schule aber schien zu funktionieren.

Ich finde das eine fantastische Idee und freu mich für euch, dass alle Kollegen mitmachen. Erzähl gerne mal, wie's läuft 😊