

# PRAXIS Fremdsprachenunterricht *Basis*

6·2018 Achtsamkeit

## GRUNDSÄTZLICHES

4 | Achtsamkeit – das Glück des Moments

Engelbert Thaler

## UNTERRICHTSPRAXIS

6 | The mindful classroom.

Fremdsprachen achtsam unterrichten

Heiner Böttger

10 | „It can't go on like this“ – Überlegungen zur Lernstressreduzierung im Fremdsprachenunterricht. Ein Beitrag zum Thema „Mindfulness“

Werner Kieweg

14 | Anleitung zur Un-Achtsamkeit. Der Kreuzweg zu UFU (Unachtsamer Fremdsprachenunterricht) führt über 14 Stationen

Engelbert Thaler

## BUCHTIPPS

17 | Bernd Morlock

## UMSCHAU

18 | Termine, Vorschau, Impressum

### Mindful Evolution

Weitere Beiträge der Autorinnen und Autoren aus dem vorliegenden Heft zum Thema „Achtsamkeit“ finden Sie im Band „Mindful Evolution“.

Heiner Böttger/Karla Jensen/Travis Jensen (Hrsg.) (2018): Mindful Evolution. Verlag Julius Klinkhardt, Bad Heilbrunn



Zu diesem Heft bieten wir die Folie zum Thema „Spielen“ als Download-Angebot an.



Mit Material im Internet [www.praxis-fremdsprachenunterricht.de](http://www.praxis-fremdsprachenunterricht.de) Den entsprechenden Beitrag herunterladen, das Material ist enthalten.



## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Entschleunigung, Empathie, Meditation, sich aufeinander Einlassen, Leben im Hier und Jetzt: Diese Schlagworte mögen Assoziationen an esoterische Irrationalität, Marketing-Hype und narzisstische Selbstoptimierung wecken. Vielleicht können sie uns aber auch Halt geben in Zeiten menschlicher, kultureller und politischer Orientierungslosigkeit sowie Polarisierung. Konzepte, Relevanz, Problematik und fremdsprachendidaktische Herausforderungen von *Mindfulness* beschreibt Engelbert Thaler im Basisbeitrag. Heiner Böttger erkundet einen sicheren Hafen für den Aufbau kommunikativen Selbstbewusstseins, Werner Kieweg stellt konkrete Überlegungen zur Lernstressreduzierung an, und auf ex-negativo-Lernen setzt die satirische Anleitung zur Un-Achtsamkeit (E. Thaler).

Wie der Französischunterricht mit Methoden der Achtsamkeitspädagogik auf die Sorgen und Ängste von Schüler/-innen reagieren kann, zeigen die unterrichtspraktischen Anregungen von Jessica Bial; sie schlägt zudem die Produktion individueller Videobotschaften (VLOGs) an Lernende einer französischen Partnerschule vor.

Im Russisch-Heft plädiert Ursula Behr für die Berücksichtigung von Achtsamkeit bei Sprachmittlungsaufgaben, während Grit Mehlhorn auf aktives Zuhören setzt und Stolpersteine auf dem Weg zu achtsamer Kommunikation in heterogenen Lerngruppen beseitigt.

Möge Ihnen das Glück des Moments nicht nur zur Weihnachtszeit widerfahren, sondern in möglichst vielen Situationen Ihres Unterrichts!

Engelbert Thaler für die Herausgeber/-innen