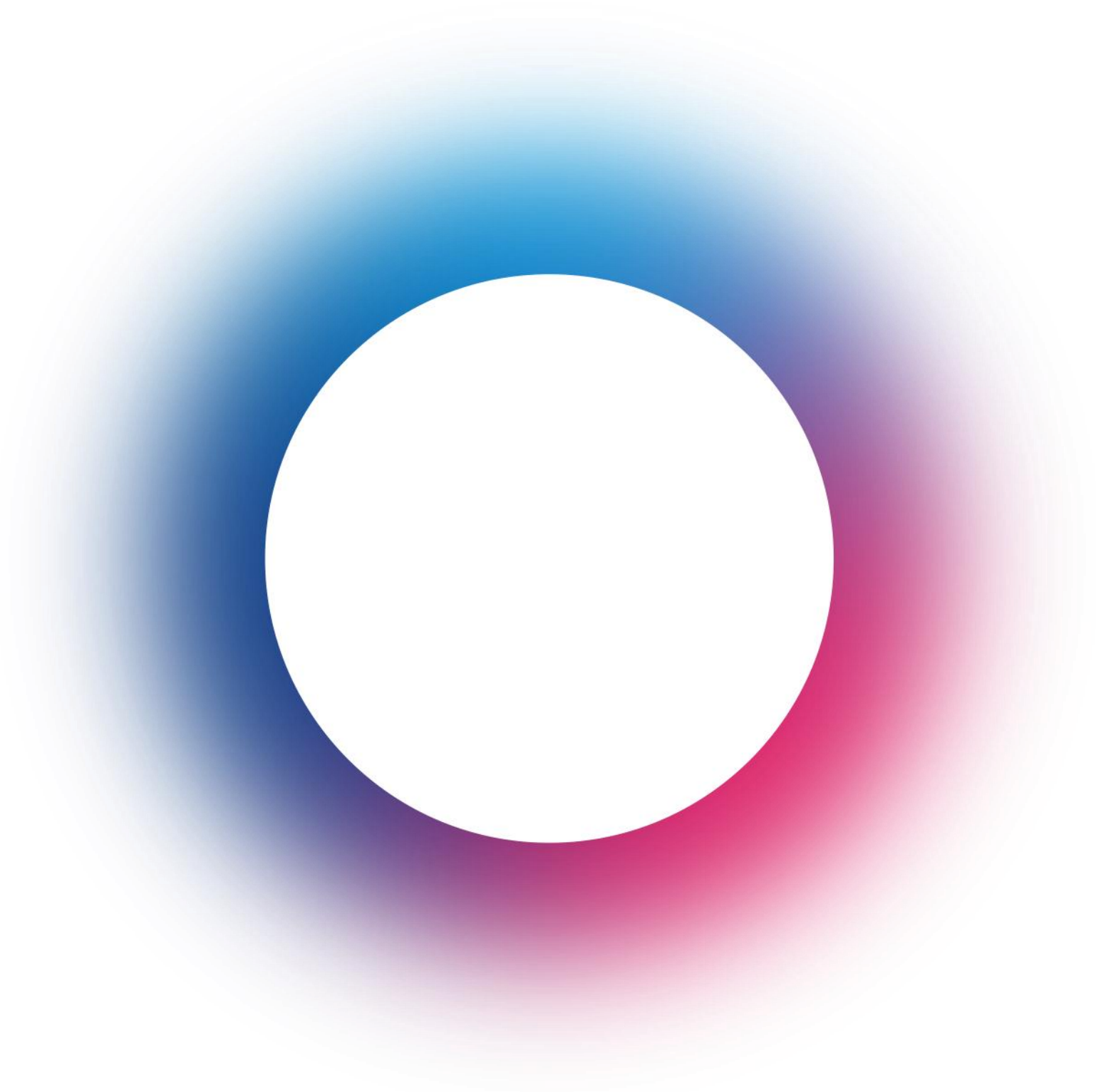
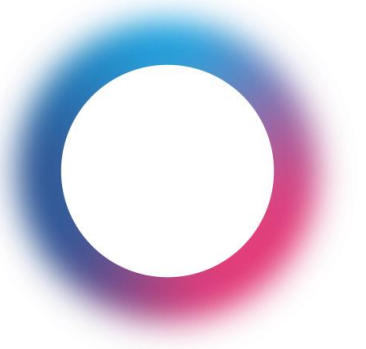




**embodiment
at work**



Wissenschaftlich basiertes und körperorientiertes Lernen im Arbeitskontext für nachhaltige Entwicklung.

- Führungskräfteentwicklung
- Teamentwicklung
- Innovationsprozesse



Bodies of Learning

How Embodiment Science
Transforms Education

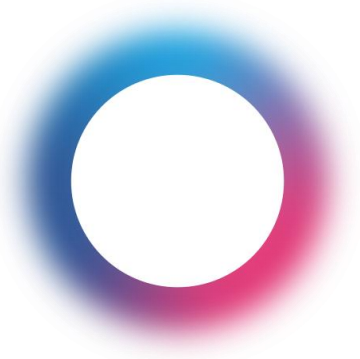


By Guy Claxton and Emily Poel

BOOK PROJECT:

Bodies of Learning

out
May 2026
with
Routledge



Meine Einladung an Sie

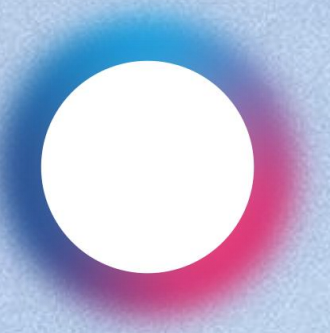
Meine Aufgabe ist es:

- Sie einzuladen, die Tagung auf eine neue Weise zu erleben und mit neuen Ideen und Impulsen nach Hause zu gehen.
- Sie dazu anzuleiten, Ihre eigenen Gewohnheiten zu reflektieren, damit Sie neue Möglichkeiten in Ihrem Bildungskontext entdecken können.
- Ihnen zu zeigen, dass kleine Veränderungen der Anfang sind und mit der Zeit einen großen Unterschied machen können.

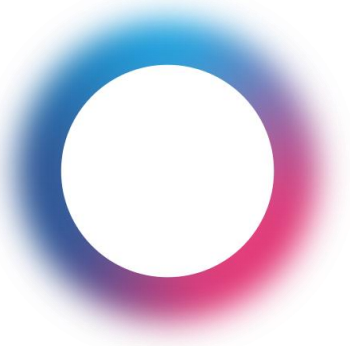
Herausforderung:

Sich bewusst zu werden, wenn unsere Standardmodi einsetzen, wenn wir in den Autopilot-Modus wechseln und weniger präsent sind.

56. Tagung Netzwerk Schulentwicklung
Schulentwicklung im Startchancen-Programm — Chancen und Herausforderungen
13.-14.11.2025



„Chancen und Herausforderungen“
mit Embodied Cognition
neue Perspektiven entdecken



Embodied Cognition

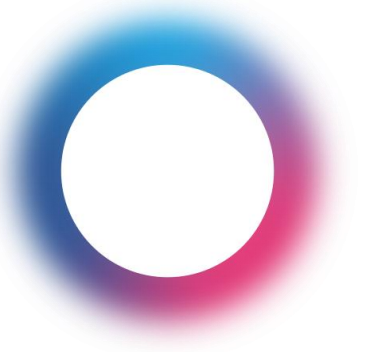
Kognition wird durch

„dynamische Interaktion zwischen dem Gehirn, dem Körper und der physischen und sozialen Umgebung“

geformt und strukturiert.

Nach Schiavio & Van der Schifff (2018)
Online Lexikon für Pädagogik und Psychologie, April 2022





Interaktion

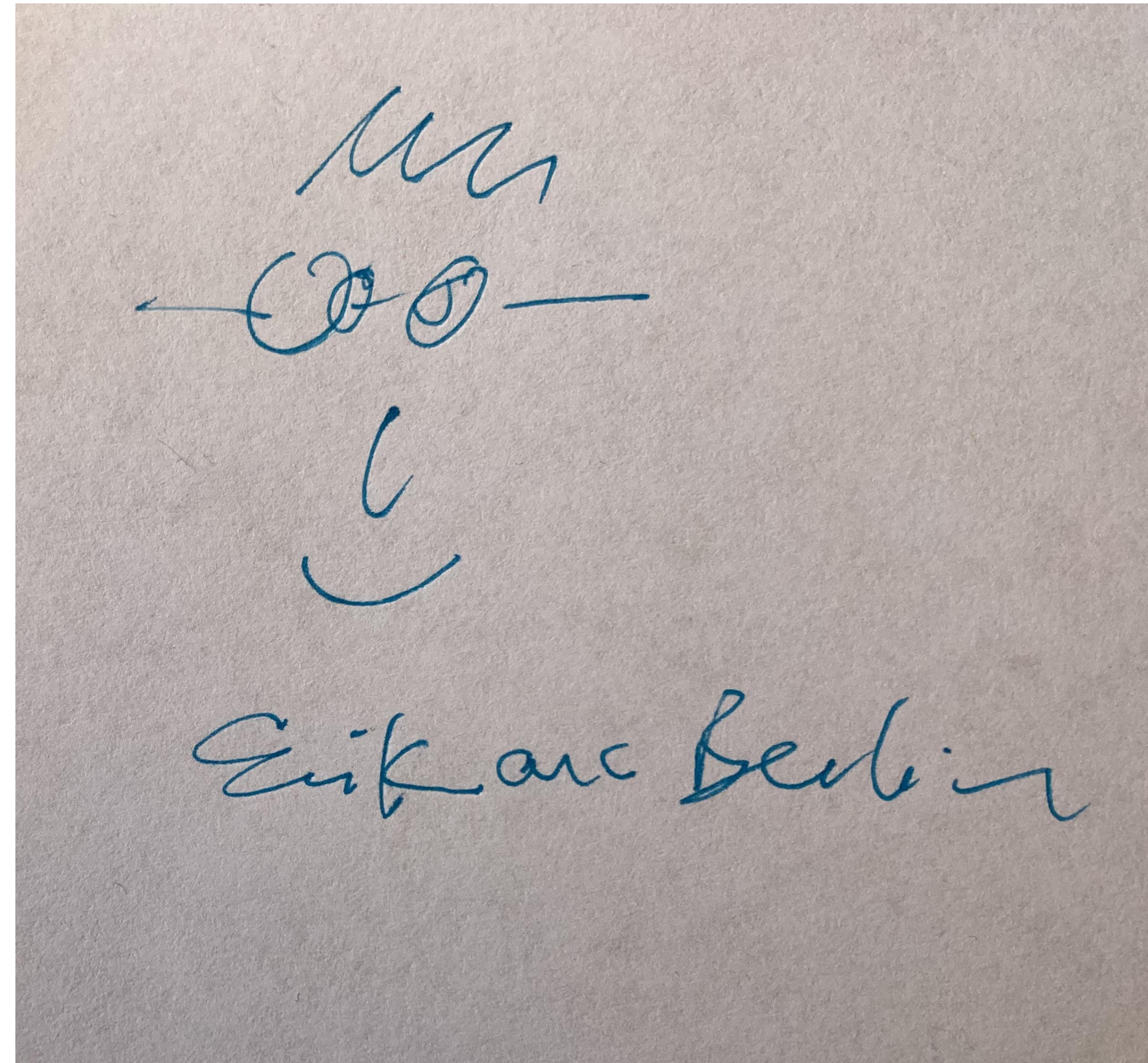


Zwei Partner stellen sich kurz vor und danach machen beide ein schnelles Skizzenportrait vom Gegenüber und zeigen dieses einander.

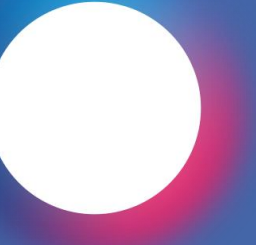
Hallo, ich bin...

Ich komme heute aus/von...

Ich freue mich in Bezug auf diese Veranstaltung am meisten auf...



4E Kognition at Work



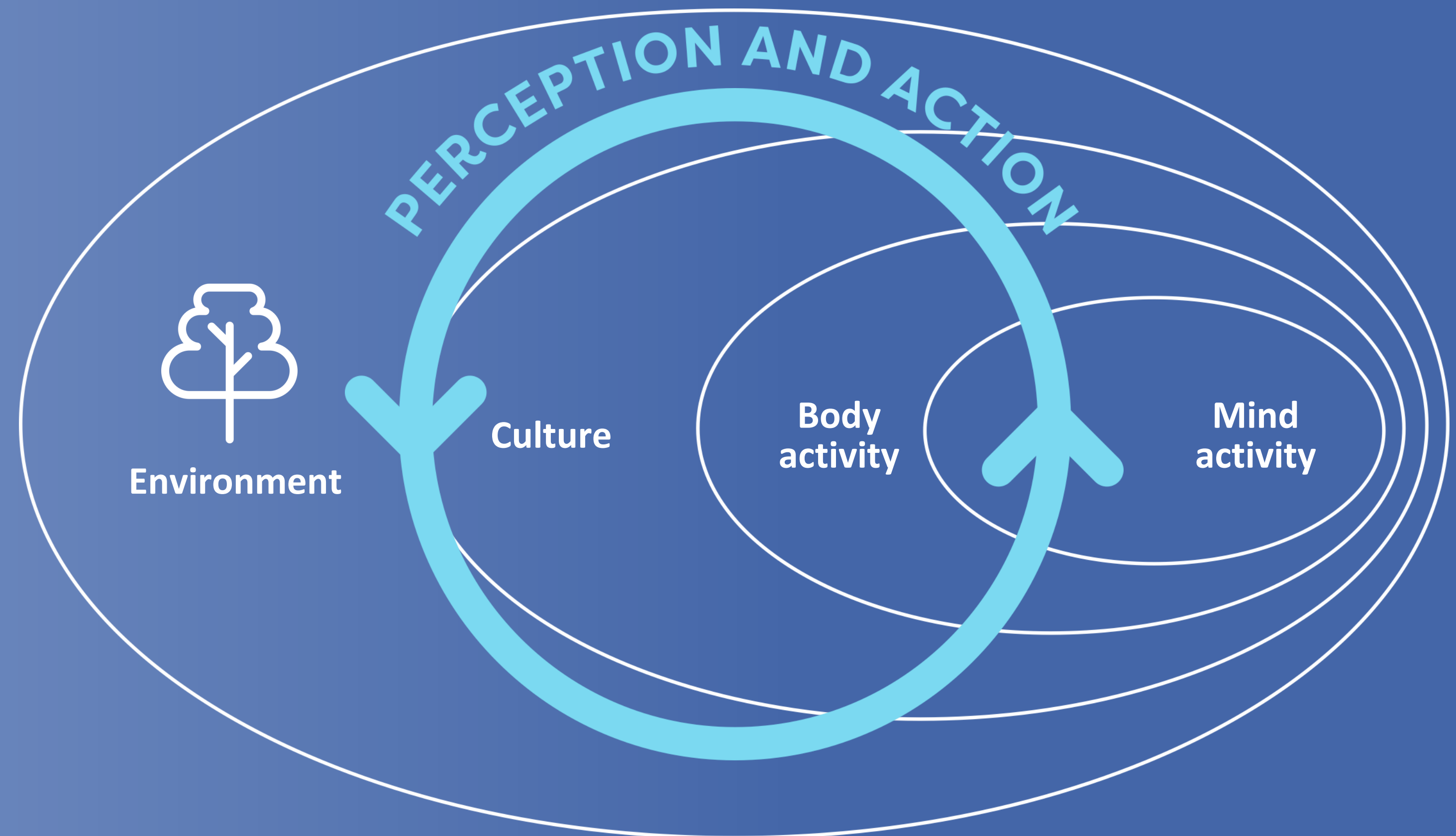
Embodied > Verkörpert

Embedded > Eingebettet

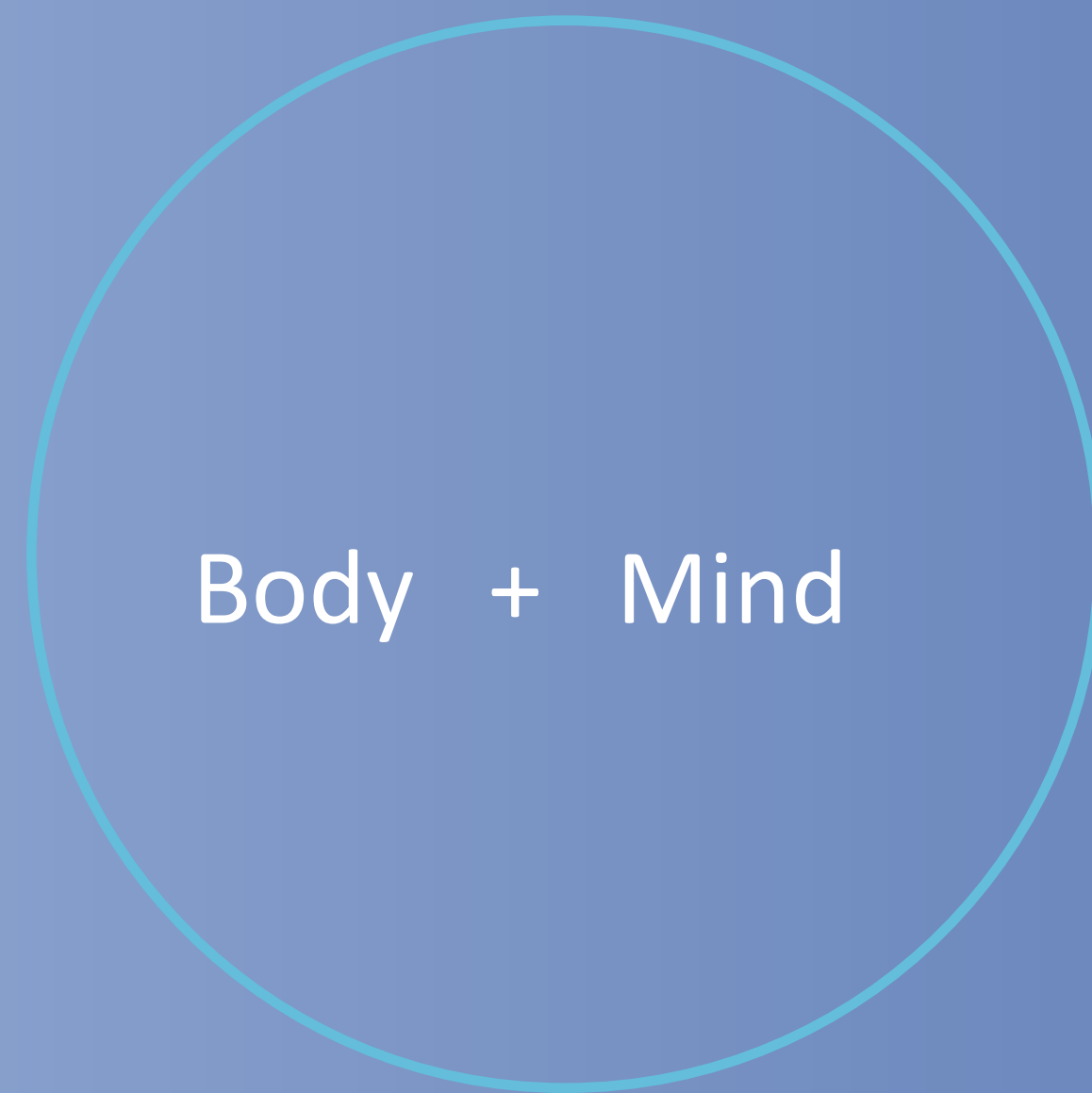
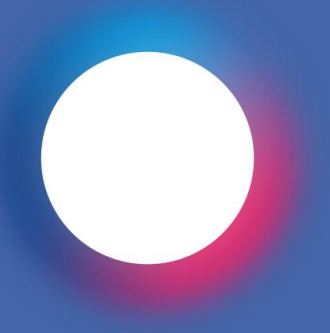
Enacted > Enaktiv

Extended > Erweitert

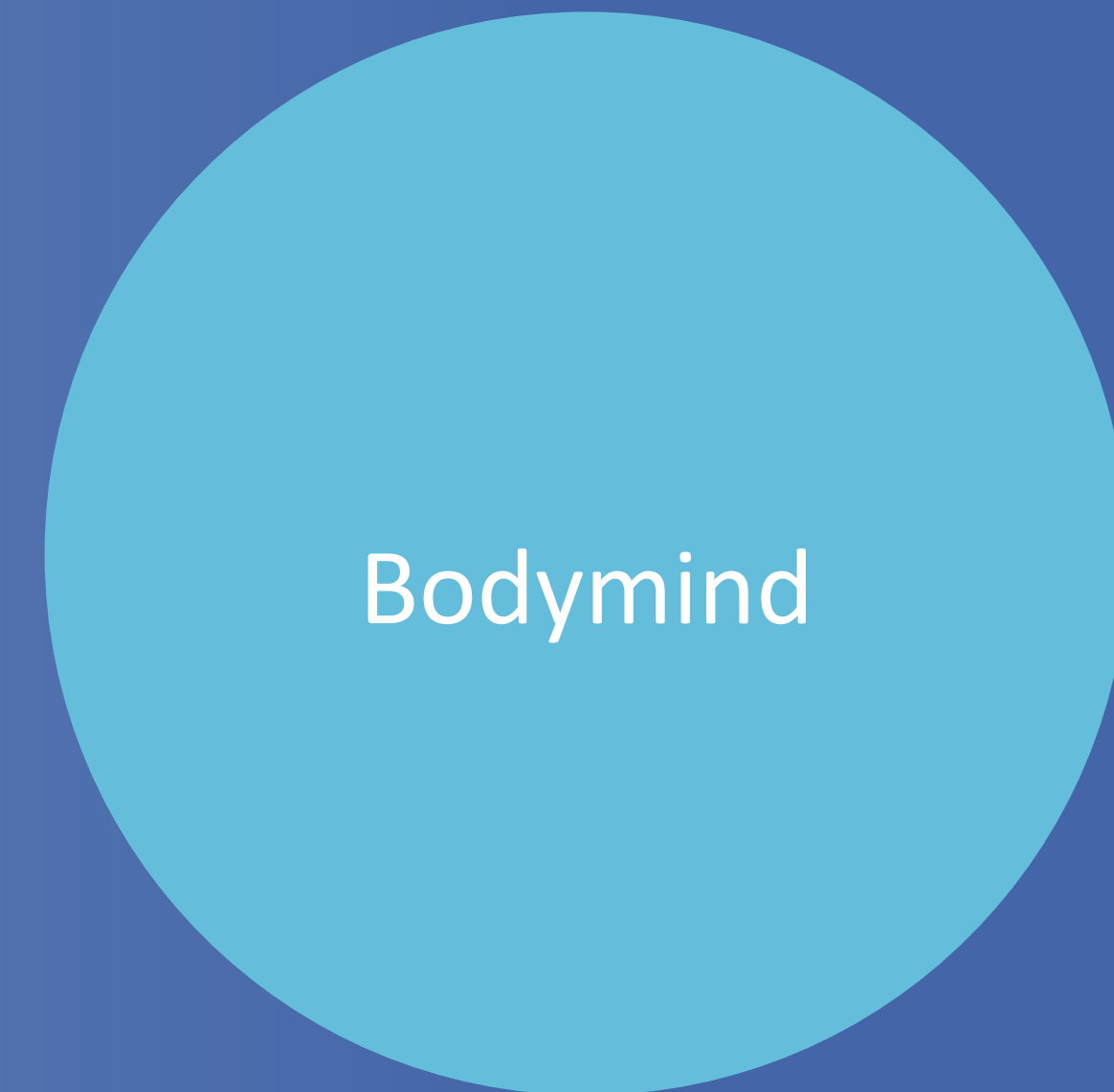
EMBODIED MODEL OF COGNITION



Eine wichtige Entwicklung...

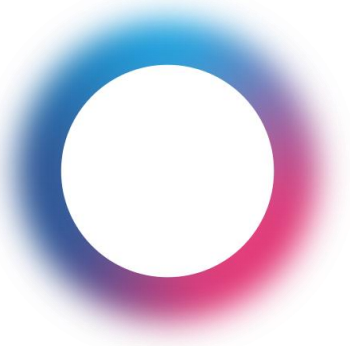


Descartes, u.a.
Maschinenmetaphern
Computer-Metaphern



Embodiment Forschung der letzten 30 Jahre
Neurobiologie, Philosophie, Psychologie,
Kognitionswissenschaften.

**Der Bodymind als lebender Organismus, der
mit der Umwelt interagiert.**



Interaktion

Machen Sie eine kleine Skizze in ihr Notizheft:

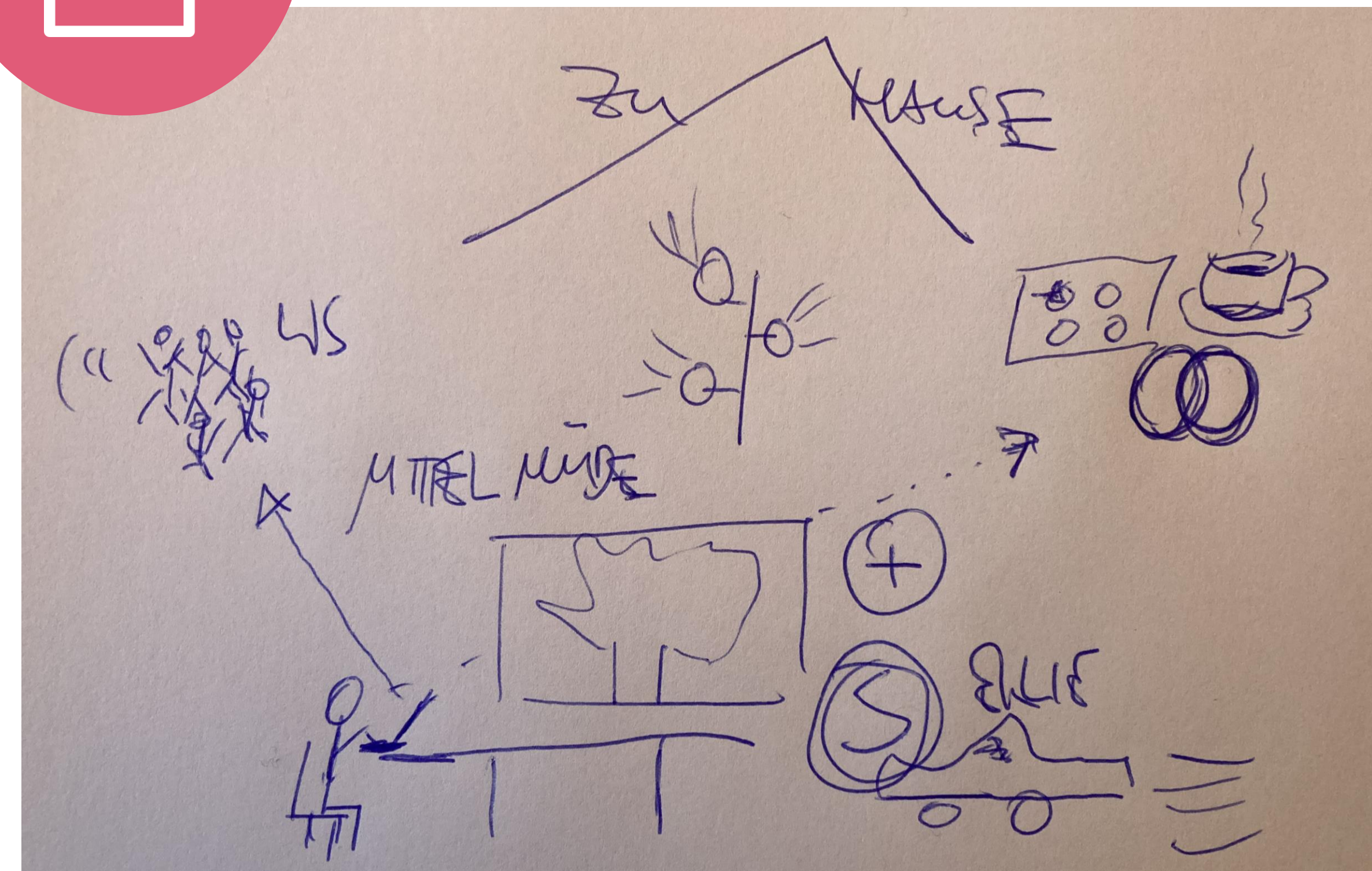
„Das bin ich am Dienstag zwischen 14:00 und 15:00 auf der Arbeit.“

Inklusive:

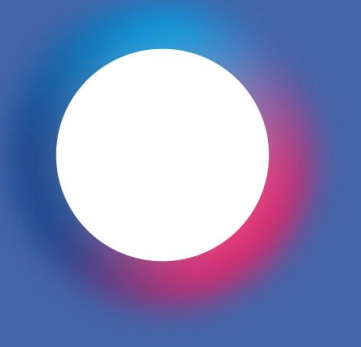
- Wo ich bin und was um mich herum ist
- Welche körperliche Haltung ich einnehme
- Wie ich mich bewege
- Wie ich mich fühle
- Was mir persönlich wichtig ist im Moment
- Mit wem ich interagiere und wie ich das tue
- Welche Mittel/Tools ich nutze und wofür

(ca. 3 Minuten)

Teilen sie diese mit einer (wenn möglich) neuen Person
neben/vor/hinter Ihnen (ca. 4 Minuten - 2 Minuten pro Person)



Gestaltungsprinzipien für verkörpertes Lernen



BODYMINDS IM KONTEXT

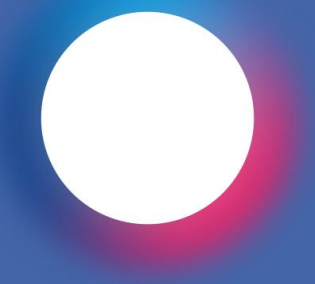
1. Körperbewusstsein ist entscheidend für Lernen und emotionales Wohlbefinden
2. Handlung treibt Denken an, und Bewegung aktiviert den Bodymind
3. Wir denken mit unseren Händen – und mit unseren Körpern; das Abstrakte entsteht aus dem Konkreten
4. Lernen wird durch Kontext, Umgebung und Sinneserfahrung geformt
5. Physische Räume beeinflussen das Lernen

BODYMINDS IN BEZIEHUNG

1. Lernen entsteht durch Beziehungen und Kommunikation
2. Emotionen sind integraler Bestandteil des Lernens
3. Bedeutung und persönliche Relevanz sind wesentlich für das Lernen
4. Spiel und Vorstellungskraft sind ernsthaftes Lernen in Verkleidung
5. Verkörpertes Lernen formt den Charakter – es ist der Weg, wie wir zu neuen Versionen unserer selbst heranwachsen



Gestaltungsprinzipien für verkörpertes Lernen



BODYMINDS IM KONTEXT

1. **Körperbewusstsein** ist entscheidend für Lernen und emotionales Wohlbefinden
2. Handlung treibt Denken an und **Bewegung** aktiviert den Bodymind
3. Lernen wird durch **Kontext, Umgebung und Sinneserfahrung** geformt

BODYMINDS IN BEZIEHUNG

1. Lernen entsteht durch **Beziehungen und Kommunikation**
2. **Emotionen** sind integraler Bestandteil des Lernens
3. **Bedeutung und persönliche Relevanz** sind wesentlich für das Lernen

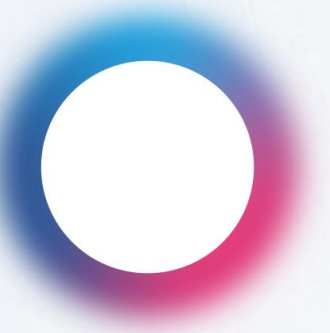


Für uns heißt das...

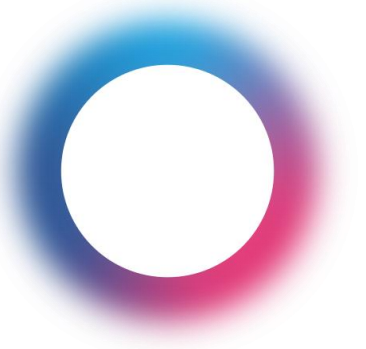


Als Teil unseres gemeinsamen Denk- und Lernprozesses wollen wir hier Folgendes tun:

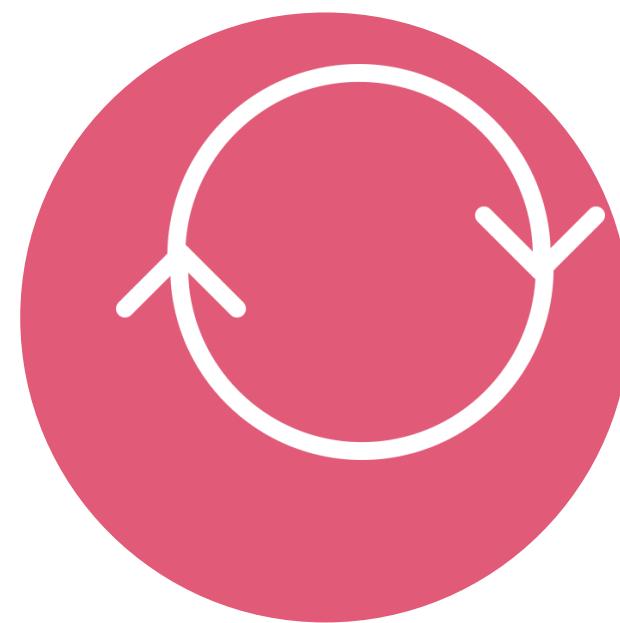
- Regelmäßig das Körperbewusstsein durch **verschiedene kurze Übungen** steigern.
Absichtlich Bewegung und Körperempfindungen mit dem Denken verbinden.
- Uns regelmäßig auf unsere **körperlichen und emotionalen Erfahrungen** einlassen.
- Das, **was uns persönlich wichtig ist**, aktiv in unseren Denkprozess einbeziehen.
- Unsere Erfahrungen als Teil unseres Denkprozesses **miteinander teilen und reflektieren**.



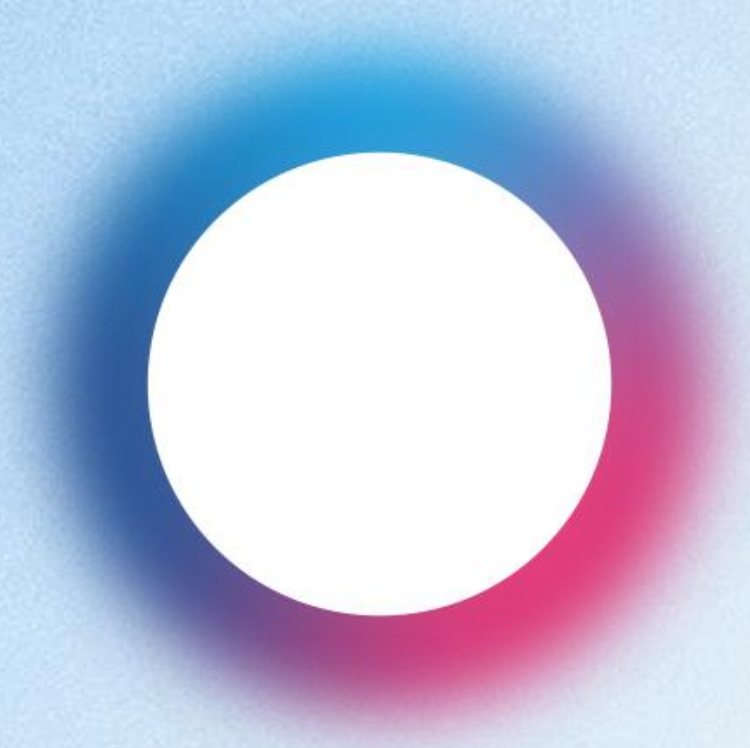
Let's go!



Verkörperptes Denken aktiv anwenden mit einem aktuellen Thema



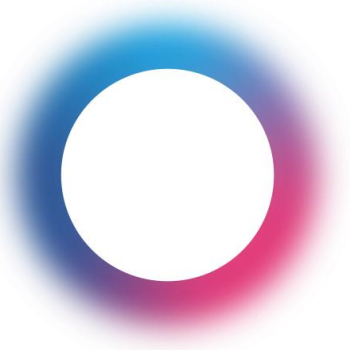
1. Denken Sie an eine Herausforderung im aktuellen Kontext, die Ihnen persönlich besonders wichtig ist. Schreiben Sie **diese in ein bis zwei Sätzen** in Ihrem Notizheft auf. (1 Min)
2. Machen Sie eine aktive Übung (z.B. sich strecken u. atmen, sich schütteln), überprüfen Sie, ob das Thema stimmig formuliert ist, und korrigieren Sie bei Bedarf. (1 Min)
3. Machen Sie eine grobe 4E Skizze der Herausforderung: Wo, Wann, Wie, mit Wem, usw. (2 Min)
4. Machen Sie eine aktive Übung (z.B. Chair Jogging, sich strecken, Push-ups). (1 Min)
5. Partner-Austausch: die Skizze beschreiben inklusive was persönlich wichtig ist und warum. (3 Min)
6. Lösungsorientierte Ideen und Perspektiven gemeinsam reflektieren und sammeln. (4 Min)



Herzlichen Dank fürs Mitmachen!

www.embodimentatwork.co

Warum ist 4E Kognition als Model für mich als BildungsexpertIn wichtig?



1. Fördert wirksamere Lernende, die sich flexibel und kompetent in ihren Lernumgebungen bewegen und orientieren können.
2. Erweitert unser wissenschaftliches Verständnis davon, wie wir mit der Welt in Beziehung treten – und was „Lernen“ wirklich bedeutet.
3. Erinnert daran, dass unsere Bodyminds dafür evolviert sind, mit Unsicherheit zu leben – also ständig zu lernen und sich anzupassen.
4. Entlarvt den mechanistischen Mythos, dass wir „defekte Roboter“ seien, deren Emotionen und Körperempfindungen nur stören statt wesentlich zum Lernen beizutragen.
5. Macht Lernen bedeutungsvoller und lebendiger – für Schüler:innen wie Pädagog:innen – wenn Lehrpläne und Lernräume nach den Prinzipien des 4E-Ansatzes (embodied, embedded, enactive, extended) gestaltet werden.