



Achtsamkeit

Franz Sedlak

Achtsamkeit heißt: Acht geben auf etwas.

Und das bedeutet zweierlei: Aufmerksamkeit und Fürsorglichkeit.

Wichtige Faktoren der Achtsamkeit, die man aus den einzelnen Buchstaben von Achtsamkeit bilden kann!

Aufmerksamkeit
Courage
Hilfsbereitschaft
Toleranz
Solidarität
Achtung
Mündigkeit
Kritikfähigkeit
Erkenntnissuche
Integrationsbereitschaft
Taktgefühl

Auf diese Faktoren wird im Folgenden kurz eingegangen.