

Raum der Stille - Meditationsraum



in der Kaldaha-Volksschule

Kahl am Main

Andrea Buhler-Schmitt

Schulpastorales Projekt

Bereits in der Auswertung der Schulanalyse wurden verschiedene Projektmöglichkeiten deutlich:

Erstellung eines regelmäßigen pastoralen Angebots für die Kinder der Mittagsbetreuung

Einrichten eines Stillerraums / Meditationsraums für Schüler und Lehrer

Intensivierung, bzw. Wiederbelebung der Partnerschaft in Ungarn im Zuge diakonischen Handelns

Eltern als Zielgruppe wahrnehmen, analysieren und eine schulpastorale Elternarbeit aufbauen

Aufbau eines (diakonischen) Gemeindeprojekts, z.B. mit den Seniorenheimen

Besondere Gestaltung geprägter Zeiten durch ein Theaterprojekt zur Passion

Letztlich fiel die Entscheidung auf die Einrichtung eines Raums der Stille / Meditationsraums. Dies hatte mehrere Gründe. Zum Einen wurde dieser Raum sowohl von evangelischen und katholischen Religionslehrern, als auch von der Schulleitung gewünscht. Zum Anderen ist der personelle Zeitaufwand zur Fortführung des Projekts gering, bzw. nicht an eine (Leistungs-)Person gebunden, was den begrenzten Ressourcen der Beteiligten zu Gute kommt.

Begründung des Projekts

Bereits im Arbeitstitel wurde deutlich, dass der Raum letztlich eine doppelte Nutzung erfahren sollte. Zum Einen als Meditationsraum, zum Anderen aber auch als sog. Raum der Stille. Inwiefern sich diese beiden Ansätze unterscheiden oder durchdringen, soll hier kurz aufgezeigt werden.

Auf die Frage, wie Gott zu uns spricht, antwortete ein siebenjähriges Mädchen: „Ganz leise!“¹ Diese Erkenntnis machte bereits der Prophet Elia im Buch der Könige. Gottes Gegenwart lässt sich in den stillen Momenten des Lebens besonders erfahren. Eine solche Stille kommt im Schulalltag so gut wie nicht vor. Nun könnte man argumentieren, dass es doch während Schulaufgaben oder auch zu Zeiten von Einzelarbeiten durchaus Stille in der Klasse gibt, die Form der Stille, welche für das Projekt richtungsweisend war und ist, hat jedoch eine andere Bedeutung und müsste eher mit „Schweigen“ übersetzt werden.

Der deutsche Begriff „Stille“ bezeichnet die empfundene Lautlosigkeit, die Abwesenheit jedweder Geräusche. Sie ist etwas Äußerliches, etwas, das unsere Sinnesorgane wahrnehmen. „Völlige Stille ohne jede Reflexion wird vor allem wegen der fehlenden akustischen Orientierung [... oft] als unangenehm und beängstigend empfunden.“² Der Mensch assoziiert mit völliger Stille nicht zuletzt das Herannahen unangenehmer Ereignisse („die Ruhe vor dem Sturm“) oder die Möglichkeit des eigenen Todes („Totenstille“).

Schweigen hingegen ist eine asketische Übung, die nur bedingt mit äußerer Stille zu tun hat. Es fällt leichter, in ruhiger (nicht zwangsläufig stiller) Umgebung zu schweigen. Diesen Aspekt möchte sich ein „Raum der Stille“ zu Nutzen machen. „Schweigen ist gefüllte Stille“³ –

¹ vgl. Sr. Clara Vasseur, OSB in: ruf in die Zeit 1/12, Zeitschrift der Abtei Münsterschwarzach

² siehe <http://de.wikipedia.org/wiki/Stille>, Download am 14.1.13

³ s. Marcel Steiner, Tiefe Stille-Weiter Raum, Kösel-Verlag, München 2009

mit diesen Worten umschreibt Marcel Steiner die Verbindung des äußerlich Wahrnehmbaren mit der inneren Haltung. Die innere Haltung zu schulen – im wahrsten Sinne des Wortes – soll ein Aspekt der Angebote im neu gestalteten Raum sein. Nach Prof. Dr. Tobin Hart haben besonders Kinder eine sehr scharfe spirituelle Intuition, eine besonders empfindliche Antenne für Gott, die es zu schützen und zu entwickeln gilt.⁴ Er fordert eine „integrative Pädagogik der Tiefe“⁵, und betont die Notwendigkeit der Verankerung im Curriculum. Im alten Mönchtum war das Schweigen ein zentraler Weg geistlichen Lebens, der durch Selbstbegegnung und Loslassen schließlich zur Gottesbegegnung führt. Ausgehend vom diesem Dreischritt lässt sich die Intention des Projekts erklären:

Selbstbegegnung: Durch die ruhige und angenehme Atmosphäre des Raumes wird eine innere Haltung des Schweigens begünstigt.

Loslassen: Sorgen und Nöte, aber auch Dank oder Bitte können in diesem Raum einen Platz finden. In Krisensituationen kann er als Verortung dienen.

Gottesbegegnung: Wann und wo sich Gott im Leben eines Menschen zeigt, kann nicht bestimmt werden. Schon Mose vermochte Gott nicht zu begreifen oder festzuhalten (Ex 33,18-23). Schweigen kann jedoch als Weg verstanden werden.

Nach all diesen Überlegungen hätte der neue Raum eigentlich „Raum des Schweigens“ heißen müssen, dieser Titel wurde jedoch sofort verworfen, da er Assoziationen von Horror und Folter hervorruft. Frau W erklärte, dass sie unweigerlich an „Das Schweigen der Lämmer“, ein Horrorfilm der 90er, erinnert würde.

Somit ergab sich folgende Terminologie, die zugleich das Angebot des Raums umschreibt:

Meditationsraum	Raum der Stille
<p>Durch Lehrkräfte angeleitete Stilleübungen und Meditationen</p> <p>Erste Schweigeerfahrungen durch Anleitung</p> <p>Traumreisen</p> <p>Ruhige Themeneinstiege mit gestalteter Mitte</p>	<p>Stationen laden zum Nachspüren der eigenen Lebenswirklichkeit ein und ermöglichen Loslassen durch unterschiedliche Ausdrucksformen</p> <p>Ruhe eröffnet einen Raum zum Schweigen, zur Meditation</p>

Zielformulierung

Im Rahmen einer Projektarbeit ist es immer hilfreich, sich eine sog. Leitlinie zu geben, bei der es sich um lang-, mittel- und kurzfristige Zielsetzungen handelt. Diese Zeitbegriffe sind im Rahmen dieser Arbeit wie folgt zu verstehen:

Kurzfristig: 0 – 1 Jahr = Schuljahr 2012/13

Mittelfristig 1 – 3 Jahre = Schuljahre 2013/14 und 2014/15

⁴ vgl. Tobin Hart, Die spirituelle Welt der Kinder, München 2007. S. 336ff

⁵ s, ebda

Langfristig 3 – 5 Jahre = ab Schuljahr 2015/16

Gemeinsam mit dem Team (s. 5.3) wurden folgende Zielformulierungen erarbeitet:

Kurzfristig: Im Schulgebäude der Kaldaha-Schule wird das ehemalige Klassenzimmer von Frau Sch. zum Meditations- und Stillerraum umgebaut und eingerichtet. Ein Nutzungskonzept wird erstellt. Verantwortlich für die Projektleitung bin ich. Donnerstags wird von mir eine „Stille Pause“ angeboten.

Mittelfristig: Das Lehrerkollegium nutzt den Meditations- und Stillerraum regelmäßig mit Regelklassen und Religionsgruppen. Das Nutzungskonzept wird überprüft und ggf. angepasst.

Langfristig: Der Meditations- und Stillerraum ist selbstverständlicher Bestandteil der Schule mit reger Nutzung. Die Projektleitung wird nach meinem Weggang auf ein Mitglied der Fachschaft Religion übertragen.

Raum- und Sachangebot

Wie bereits in der Zielformulierung erwähnt, stand ab September 2012 ein Klassenraum leer, weil nun erstmals nur zweizügig eingeschult wurde. Dieses ehemalige „Klassenzimmer von Frau Sch.“ wurde beim Erstgespräch mit Rektorin Frau BF sofort als möglicher Raum vorgeschlagen und erwies sich als sehr wertvoll. Konkret handelt es sich um einen 76 m² großen Raum im Erdgeschoss des Seitengebäudes – unter einer Treppe, am Ende des Flurs. Zusätzlich konnte der Nebenraum als Eingangsbereich gewonnen werden. Dort wurde auch das Schuhregal untergebracht, so dass der Raum stets ohne Schuhe betreten wird.

Teamfindung und Öffentlichkeitsarbeit

Da sich das Team aus Lehrern und Eltern zusammensetzen sollte – Schüler erweisen sich im Zielgruppenalter als Teammitglieder noch eher schwierig – fing die Teamfindung mit einem Aufruf ans Kollegium durch Anschlag im Lehrerzimmer und Flyer in den einzelnen Lehrerfächern ihren Anfang. Für Mittwoch, 11. Juli 2012 war ein erstes Treffen im Anschluss an die sechste Unterrichtsstunde geplant, welches jedoch aus terminlichen Gründen (nahende Zeugnisse und dadurch entstandener Notenabgabedruck) auf das nächste Schuljahr verschoben werden musste.

Die Eltern der Schüler und auch die Schüler selbst wurden im Rahmen des Schulfestes am 20. Juli durch einen Infostand und Flyer⁶ im Zimmer der Religionsausstellung informiert. Vier Mütter trugen sich gleich in die Teamliste ein.

In der Anfangskonferenz des Schuljahres 2012/2013 bekam ich die Möglichkeit, dem Kollegium das Projekt und den geplanten Ablauf vorzustellen. Spontan erklärten sich zwei Lehrerinnen bereit, das Team zu unterstützen.

Somit ergab sich folgende Teamzusammensetzung:

⁶ s. Flyer in Anlage 6

Frau M	Mutter (Sohn in der 4.Jgst – hatte ich im Unterricht), selbst Theologin
Frau P	Mutter (Sohn in der 3. Jgst), Lehrkraft an einer Nachbarschule
Frau W	Mutter (Tochter in der 4. Jgst – hatte ich im Unterricht)
Frau L	Mutter (Tochter in der 3. Jgst – habe ich im Unterricht), Innenarchitektin, Lehrkraft an einer Nachbarschule, Tochter der Rektorin
Frau H	evangelische Kollegin, Klassenleitung einer 2. Jgst.
Frau B	evangelische Kollegin „im Kirchendienst“, an derzeit 5 Schulen
Frau BF	Rektorin der Schule, Kollegin in katholischer Religion
Ich	Gemeindereferentin im Ort und RL kath.

Wie die Tabelle zeigt, war das Team leider rein weiblich besetzt, was jedoch meine Erfahrungen in der Gemeindearbeit widerspiegelt. Ansonsten war es eine bunte Mischung, die sich als sehr fruchtbar, wenn auch nicht komplikationslos erwies.

Im weiteren Projektverlauf bot sich Herr A, Raumausstatter und Vater einer evangelischen Schülerin der 4. Jgst an, den Raum komplett ehrenamtlich zu streichen. So konnten wir am 17.11.2012, Regale aufbauen und Einbauschränke streichen. Eigentlich war dieser Tag als „Wand-Streichtag“ geplant und im Vorfeld im Team auch so kommuniziert⁷ worden.

Als Dank an Herrn A. ließ ich eine kostenlose Anzeige seiner Firma im Pfarrblatt der katholischen Kirche abdrucken und nach Abschluss des Projektes wird sowohl im Pfarrblatt als auch in der Schulzeitung ein Artikel über den Raum der Stille mit Würdigung der Beteiligten veröffentlicht.

Finanzierung

Frau BF machte es möglich, dass der Förderverein und der Elternbeirat insgesamt 1.200,00 EUR für das Projekt zur Verfügung stellten. Dieses Budget machte eine Finanzplanung leicht und konnte durch Rabatte und Spenden gut eingehalten werden. Die Finanzübersicht lag während des gesamten Einrichtungsverlaufs bei Frau BF, da sie dem Elternbeirat gegenüber rechenschaftspflichtig ist. Große Anschaffungen wurden gemeinsam getätigt; Materialkosten oder kleinere Einrichtungsgegenstände konnten immer in Absprache mit Frau BF gekauft werden.

Projektverlauf

Am 8. Oktober fand das erste Teamtreffen⁸ statt, welches mehrere Ergebnisse hervorbrachte: Zum Einen die zeitliche Leitlinie (s. 5.1), zum Anderen eine Materialbedarfsplanung, die sich an den Wünschen und Vorstellungen⁹ der Teammitglieder orientiert.

⁷ s. Flyer in Anlage 7

⁸ s. Verlauf in Anlage 8

⁹ s. Bodenbild und Aufstellung in Anlage 9

Einrichtung des Raumes

Im Zeitraum Oktober bis Ende November 2012 wurde von Frau L ein Farbkonzept für den Raum erstellt. Als Innenarchitektin legte sie besonderen Wert auf die Auswahl der Farben, da ihnen auf der Ebene der menschlichen Psyche unterschiedliche Wirkungen zugeschrieben werden¹⁰: Die Farben Blau und Gelb, welche die Rahmen der Fenster dominieren, wirken harmonisierend, entspannend, lösend (Blau) und konzentrationsfördernd, nervenstärkend und stimmungsaufhellend (Gelb). Generell also für einen Raum der Stille hilfreich – daher entschied man sich auch, die Wand hellgelb zu streichen – vom Farbspektrum eher den kühlen Farben zuzuordnen. Nun wollte man weder einen „kühlen, kalten Raum“, noch einen Raum, der von unterschiedlichen Farben überladen war. Frau L erarbeitete daher ein Konzept, in welchem als einzige weitere Farbe Violett vorkommt. Eine Farbe, die ausgleichend und meditativ wirkt. Als Füllfarbe für Teppich und Kleinigkeiten dient ein helles Grau, welches als Mischfarbe der „Nicht-Farben“ Schwarz und Weiß für Neutralität und Übergang steht.

Gemeinsam mit mir und Frau BF wurden Teppichboden und Sitzkissen eingekauft und zwischengelagert. Wie bereits erwähnt bot sich Herr A an, den kompletten Raum in seiner Freizeit zu streichen.¹¹ Stoffe wurden gekauft und von meiner Mutter in Gardinenform gebracht.

Zuvor hatten Hausmeisterin Frau H und ihr Mitarbeiter Herrn S den Raum komplett leer geräumt, alle Löcher in den Wänden frisch verputzt und kleinere Schäden an Schränken repariert.

Die Planung der einzelnen Stationen lag bei mir und orientierte sich wesentlich am Konzept der Hauptschule Uffenheim¹², das Frau BF aus einer Fortbildung in Heilsbronn mitbrachte. Das nötige Material wurde besorgt und schließlich am 12. November 2012 von Frau BF und mir in Grundzügen eingerichtet. Leider konnte an diesem Samstag kein weiteres Teammitglied helfen; eine Verlegung der Aufbauten auf ein anderes Wochenende war jedoch für mich nicht möglich, da alle weiteren Wochenenden bis Weihnachten bereits durch Gemeindetermine belegt waren.

Herr S, Mitarbeiter der Hausmeisterin bot sich an, die Gardinenleiste für die Tafelkaschierung an der Zimmerdecke anzubringen, so dass ich zunächst hierfür nur das Material besorgen musste.

Die Fenster wurden mit Pergamentpapier beklebt und in Absprache mit den Kolleginnen der Fachschaft Religion im weiteren Verlauf des Schuljahres zum Sonnengesang des Franziskus gestaltet. Dazu wurden die zehn Fenster in Themenbereiche des Sonnengesangs eingeteilt und jede Gruppe suchte sich ein Fensterthema zur Gestaltung aus. Material hierfür, sowie eine CD mit einer kindgerechten Vertonung des Sonnengesangs¹³ lag im Lehrerzimmer bereit. Über eine Anbringung von Gardinen wurde

¹⁰ vgl. http://www.farbenundleben.de/farbwirkung/farbwirkung_psychisch.htm, Download am 11.12.2012

¹¹ s. Bild in Anlage 10

¹² vgl. http://www.rpz-heilsbronn.de/fileadmin/user_upload/daten/arbeitsbereiche/seelsorgeberatung/schulseelsorge/projekte_qualifikurs_2011/stromberger_raum-der-stille.pdf, Download vom 11.6.2012

¹³ Raischl, Tanz der Schöpfung, RPA-Verlag, Landshut 1999

lange kontrovers diskutiert, schließlich entschied man sich dagegen und verdeckte lediglich Fenstersimse und Heizung mit einem leichten Stoff.

5.6.2 Stationen und Fenster

Wie bereits erwähnt, orientierten sich die einzelnen Stationen im Wesentlichen am Konzept der Hautpschule Uffenheim. In Kombination mit den Wünschen des Teams ergaben sich so folgende Einzelstationen, an welchen jeweils eine Karte kurze Informationen zum Hintergrund der Station gibt.

Die Stationen stellen stets eine Verbindung mit dem christlichen Glauben dar. Obwohl der Raum der Stille von allen Schülern genutzt werden kann, ergibt sich hierdurch keine Verkürzung der Zielgruppe, sondern eine einmalige Chance, den Glauben an „den Einen“ als Wert zu transportieren.

Es wurden vier ständige Stationen eingerichtet:

Klagemauer

Fünf Hohlblocksteine bilden eine Art kleiner Mauer mit vielen Schlitzten. Die Infokarte erklärt den Zusammenhang mit dem Westteil der Tempelanlage in Jerusalem. Ein Block in der Mitte bietet ausreichend kleine Zettel, um seine persönliche Klage zu Papier zu bringen und in die Schlitzte der Mauer vor Gott zu bringen.



Baum des Dankes und der Bitte

Äpfel und Birnen können mit Dank oder Bitte beschriftet, ausgeschnitten und an die Äste des „Baumes“ geklammert werden.

Zwei Maltische

Die ausgelegten Farbstifte und Ölpastellkreiden laden dazu ein, sich in Stille kreativ zu beschäftigen. Mandalavorlagen ermöglichen einfaches Tun. Die gestalteten Werke können an der Seitenpinnwand aufgehängt werden.



Lesecke mit „stillen“ Büchern

In dieser Ecke des Raums stehen Bücher mit ruhigem Inhalt zur Verfügung. Darunter sind Kinderbibeln in diversen Ausfertigungen ebenso, wie Bücher zum Thema Tod oder Abschied. Die großen Sitzsäcke laden zum gemütlichen Liegen ein.

Wie bereits deutlich gemacht, wurden die Fenster von den einzelnen Religionsgruppen zum Sonnengesang des Hl. Franziskus gestaltet. Ich habe mich für dieses Loblied entschieden, da hier meines Erachtens die Möglichkeit besteht, das Lied sowohl christlich fundiert zu betrachten (als Lob auf Gottes Schöpfung), als auch rein nüchtern als Ausdruck des Staunens vor der Natur und den Gegebenheiten der Welt. So sollte auch den Ethikgruppen ein positiver Zugang zu den Fensterbildern ermöglicht werden.



Bruder Sonne

Schwester Mond und Sterne



Bruder Wind



jegliches Wetter



Schwester Wasser



Bruder Feuer



Schwester und



Mutter Erde



jene, die verzeihn



Bruder Tod.

5.6.3 Segnung und Übergabe

In Absprache mit Herrn Pfarrer Uwe Hartmann (kath.) und Herrn Pfarrer Klaus Dotzer (evang.) fand am Donnerstag, 13.12.2012 um 12:30 Uhr die Segnung des neuen Raums im Rahmen einer kleinen Feier¹⁴ mit den Religionsgruppen der 4. Jahrgangsstufe statt. Leider war Pfarrer Hartmann kurzfristig verhindert, was bedeutete, dass ich als Gemeindereferentin den Part der kath. Kirche übernehmen musste.

Die Religionsgruppen der vierten Jahrgangsstufe hatten sowohl ein Lied: „Zeit für Ruhe – Zeit für Stille“ eingeübt, als auch Wünsche für den Raum formuliert. In meditativer Stimmung wurden diese vorgetragen und durch das Anzünden von Kerzen zum Ausdruck gebracht. Ein Segensgebet und die Segnung des Raums durch Weihwasser rundeten die kleine Feier ab.¹⁵

¹⁴ s. Anlage 11, Ablauf

¹⁵ s. Anlage 12, Bilder der Feier

Da der Förderverein und der Elternbeirat die Finanzierung des Raums im Wesentlichen übernommen hatten, wurde diesem Gremium der Raum im Zuge der ersten Sitzung des Jahres 2013 vorgestellt. Zu diesem Termin wurden auch die Mitglieder des Projektteams eingeladen. Am 31. Januar um 20:00 Uhr traf sich der Elternbeirat dann nicht wie gewohnt im Lehrerzimmer, sondern startete vor dem Raum der Stille. Dort nahm ich die Eltern in Empfang und erläuterte das Konzept des Raums. Nachdem die Schuhe im Regal verstaut waren, nahmen alle auf dem Teppich Platz. Frau BF dankte ausführlich und betonte, dass die Ausstattung ohne die Unterstützung nicht möglich gewesen wäre. Meine Aufgabe war es, die einzelnen Stationen, sowie die Gestaltung der Fenster zu erklären. Mit dem Anhören des Sonnengesangs von o.g. CD wurde der „Sitzungseinstieg“ abgerundet. Ein kleines Dankeschön-Geschenk an die Teammitglieder beendete dann auch diese Zusammenarbeit.

5.6.3 Einführungsveranstaltungen

Damit der Raum nicht nur von den Kolleginnen des Teams genutzt, sondern dem ganzen Schulpersonal als Option bewusst wird, wurden das Kollegium und die Mitarbeiterinnen der Mittagsbetreuung zunächst durch ein Schreiben¹⁶ informiert.

In den darauf folgenden Wochen fand je eine eigene Einführung in das Raumkonzept statt.

Nachdem Frau R., Leiterin der Mittagsbetreuung auf das o.g. Schreiben hin den Kontakt zu mir suchte und um einen zeitnahen Einführungstermin bat, fand dieser am 23. Januar 2013 um 10:45 Uhr statt. Dazu bat Frau R. alle ihre Mitarbeiterinnen eine halbe Stunde früher zur Arbeit.

Für die LehrerkollegInnen bot ich am 30. Januar 2013 eine ausführliche schulinterne Lehrerfortbildung zum Raum der Stille an.

Beide Einführungen hatten einen ähnlichen Ablauf und verfolgten folgende Ziele:

Die Mitarbeiter der Mittagsbetreuung / die LehrerkollegInnen lernen den Raum kennen

Sie verstehen die Intention des Projekts

Sie erahnen Nutzungsmöglichkeiten für ihren Arbeitsbereich

Sie erhalten Vorschläge zur Nutzung

Sie entdecken eigene Ideen und evtl. auch Verbesserungsvorschläge

Um die Nutzung und die Möglichkeiten des Raums so einfach wie möglich zu machen, wurde von mir ein Ordner erstellt, der einfache Traumreisen, Stilleübungen, Körpergebete und Lieder ebenso enthält, wie den offiziellen Leitfaden zur Krisenintervention an Schulen.

5.6.4 Nutzung des Raums

Gleich nach Fertigstellung des Raums wurde ein Belegungsplan für die Vormittage im Lehrerzimmer ausgehängt, welcher auch rege genutzt wird.

als Meditationsraum

Vor Allem die Religionsgruppen, aber auch die Klassenlehrerinnen der zweiten und dritten Jahrgangsstufen nutzen den Raum als klassischen Meditationsraum. Eine Kollegin geht auch mit ihrer Ethikgruppe regelmäßig hinein, um Stilleübungen oder Traumreisen zu erleben. Die besondere Atmosphäre und der runde Teppich mit individuell gestalteter Mitte macht es leicht, stille Formen einzuüben.

¹⁶ s. Anlage 13

als Raum der Stille

Im Unterschied zum (angeleiteten) Meditationscharakter des Raums bezeichnen wir als „Raum der Stille“ das Angebot, sich selbstständig mit den Stationen des Raums zu beschäftigen. Bereits in der ersten Woche nach den Weihnachtsferien fanden sich sechs Schülerinnen in der „Stillen Pause“ ein. Vier von Ihnen legten sich auf den Bodenkreis – eingepackt in Decken – und lauschten der meditativen Musik, die anderen beiden verbrachten Zeit an den Stationen. In den folgenden Wochen erhöhte sich die Zahl der Schüler auf acht, was der maximalen Anzahl an möglichen „Pausengästen“ entsprach. Diese Zahl wurde von mir festgesetzt, damit eine angenehme Atmosphäre bestehen bleibt. Kontrolliert wird dies über Karten¹⁷, welche außen an der Tür hängen. Jeder Schüler nimmt sich vor dem Betreten des Nebenraums eine Karte; sollte keine Karte mehr an der Tür hängen, so ist der Raum voll und der Schüler kann in der nächsten Woche einen neuen Versuch starten.

als Entspannungsraum

Zu diesem Zweck wird der Raum regelmäßig von der Mittagsbetreuung genutzt. Kinder, die „eine Auszeit brauchen“ gehen mit einer Betreuerin in den Raum, legen sich auf den Teppich und lauschen leiser Musik oder hören eine Geschichte. Im Mai traf sich erstmals eine Gruppe Kolleginnen zum Yoga – angeleitet von einer WTG-Lehrkraft, welche in Ihrer Freizeit Yoga-Trainerin ist.

Vor Elternabenden besteht das Angebot, sich mit meditativer Musik und Ruhe auf die Gespräche einzustimmen. Zum Tag der offenen Tür, bzw. zur Buchwoche werden Traumreisen angeboten.

als Krisenraum

Bisher hatten wir – Gott sei gelobt – noch keinen Todesfall in der Schule. Sollte dies einmal der Fall sein, wird der Raum der Stille als Anlaufpunkt der Trauer gestaltet werden. Als der Bruder einer Schülerin der vierten Jahrgangsstufe im laufenden Schuljahr plötzlich verstarb, nahmen einige ihrer MitschülerInnen das Angebot wahr, im Raum der Stille ihre Gedanken zu Papier zu bringen und in die Klagemauer zu stecken oder als Bitte formuliert an den Baum zu hängen; ohne dass dies großer Anleitung bedurfte.

Durch das Hand-in-Hand-Arbeiten von Schulleitung, Fachschaft, Ehrenamtlichen und der Hausmeisterin der Schule war auch die Umgestaltung und Einrichtung des Raumes in einem angemessenen zeitlichen Rahmen möglich. Rückblickend kann das Projekt insgesamt als sehr gelungen bewertet werden.

¹⁷ s. Anlage 14

Anlagen

Grafik des Schulgebäudes



„Raum der Stille“

- ein Projekt von Eltern und Lehrern
für Schüler



Wozu?

Schule bedeutet nicht nur Anspannung, Lernen und Konzentration, sondern braucht auch Zeiten der Entspannung, der Entschleunigung, des Bei-Sich-Seins. Ein eigens eingerichteter Raum kommt diesem Bedürfnis entgegen.

Für wen?

Der Raum kann von allen Klassen während des Unterrichts genutzt werden zu Entspannungsübungen, Meditationen, Traum- und Fantasiereisen, Körperübungen, usw.

Wer?

Gemeindereferentin Andrea Greiner mit einem Projektteam aus Lehrern, Eltern und Interessierten.

Kontakt: greiner@kath-kirche-kahl.de
Tel: 06027-4065969

**MACHEN
SIE MIT!**

Raum der Stille

ES GEHT LOS!



Wir treffen uns zum **Streichen** des Raums
am

17. November 2012
um 9:00 Uhr (bis max. 13:00 Uhr)

Pinsel, Rollen und Farbe wird ausreichend vorhanden sein.
Bitte an alte Kleidung denken!
Den unteren Abschnitt bitte über euer Kind zurück an mich.
Danke!

Andrea Greiner

-
- JA, ich kann helfen!
- NEIN, ich kann an diesem Termin leider nicht!

Name: _____

Ablauf des Teamtreffens

Erstes Teamtreffen – 08. Oktober 2012 – 19:00 Uhr im zukünftigen Raum

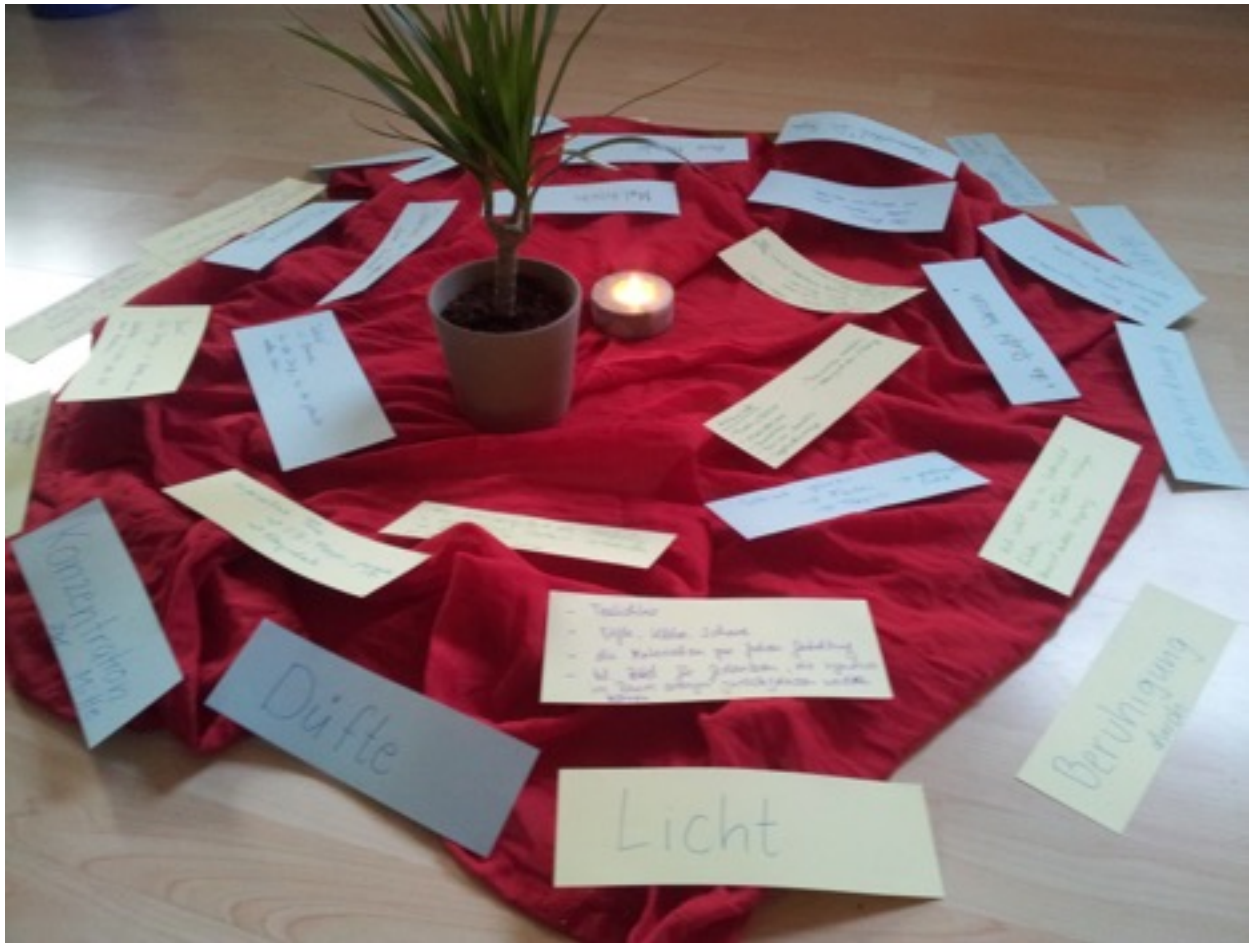
19:00 Uhr	Begrüßung und Dank für Interesse Kurze Info über Schulpastoralausbildung und Projektgedanke Begründung der Projektauswahl (Ausschlussverfahren)	
19:05 Uhr	Definition: Raum der Stille → Phantasiereise	CD + Text
19:15 Uhr	Einzelarbeit „Was ich gesehen habe“	TN schreiben
19:25 Uhr	Sammeln der Ergebnisse im Bodenbild	
19:40 Uhr	Erstellen einer Zeitachse - Leitlinie	Flipchart
20:00 Uhr	Übersicht über Finanziellen Grundstock	Fr. Fiebig
20:10 Uhr	Weiteres Vorgehen besprechen und Offene Fragen klären	
20:30 Uhr	Gebet/Segen und Verabschiedung	Samentütchen

Gebet:

Guter Gott,

wie kleine Samenkörner, so bringen wir heute unsere Ideen in das Projekt ein. Vielfältig und bunt sind unsere Vorstellungen. Wir danken dir für diese Vielfalt. Lass sie wachsen, gedeihen und Früchte tragen, die unseren Kindern und Schülern gut tun. Begleite uns auf dem Projektweg und begleite uns in unserem Tun, heute und alle Tage. Darum bitten wir durch Jesus Christus unsern Herrn. Amen.

Und so segne uns, unsere Schulfamilie und alle die wir im Herzen tragen der dreieine Gott, der Vater, der Sohn und der Hl. Geist. Amen



Auflistung der Inhalte

- | | |
|-------------------------|---------------------------------|
| passende Bodenkissen | Kästchen mit „Guten Worten“ |
| Teppichboden | „Wiese“ mit Dankesblumen |
| Klänge | Sitzsäcke |
| Farbkonzept | Matratzen |
| keine Tafel | Pflanzen |
| Licht | CD-Player mit CDs |
| Düfte | Projektor für Lichtsreflexionen |
| Konzentration zur Mitte | kühle Farben / warme Farben |
| „Baum“ für Sorgen | Maltische |
| Steine | Fenster abkleben |
| da fließt Wasser | Kerzen |
| Klangschale, Gong | Kreuz |
| Igelbälle | Mandalas |
| Gestaltungsmaterial | |

Bilder der Streichaktion – von Frau BF als Plakat gestaltet



Ablauf Segnungsfeier

Ablauf Segensfeier Raum der Stille - Meditationsraum - 12:30 Uhr

Kinder kommen still und gruppenweise an (Plätze sind vorbereitet;
keine Musik)

Lied: Zeit für Ruhe, Zeit für Stille - 1. Strophe erst summen, dann singen

Klangschale anschlagen - in Stille hören

Begrüßung (A. Greiner)

Erster Eindruck (K. Dotzer)

Wünsche der Kinder (aus jeder Religruppe 2 Kinder mit Gedanken; 2

Kinder entzünden jeweils ein Teelicht und stellen es in die Mitte auf die
Baumscheibe)

Lied: Zeit für Ruhe - 2. Strophe

Gebet (K. Dotzer)

Segnung (gemeinsam)

Übergabe der Geschenke der beiden Pfarreien

meditative Musik anschalten (S. Hofmann)

geordneter Auszug der Kinder

Bilder Segnungsfeier



Raum der Stille? - Stille Pause?

Liebe Kolleginnen, lieber Kollege,

nach Fertigstellung des Raums der Stille, möchte ich mit diesem Schreiben kurz über das Projekt und die Raumnutzung informieren.

Im Zuge meiner Weiterbildung im Bereich Schulpastoral habe ich im vergangenen halben Jahr zusammen mit einigen Kolleginnen und Eltern das ehemalige Klassenzimmer von Frau Schramm zum „Raum der Stille“ umgestaltet. Im Advent wurde der Raum von Pfr. Dotzer und mir seiner Bestimmung übergeben.

Aber was macht man jetzt in einem Raum der Stille?

Tja... Stille ist manchmal gar nicht so einfach. Im Alltag der Kinder kommt sie fast nicht mehr vor. Deshalb ist es sicher ein Lernweg, Stille einzuüben. Der Raum lädt dazu ein. Eine festgelegte Mitte, Bodensitzkissen, Decken, meditative Musik, Kerzen, usw. Wie ein solcher Übungsweg aussehen kann, dazu wird es in absehbarer Zeit eine SchiLF geben. Ruhige Bewegungen, wie z.B. Tai-Chi oder Yoga-Übungen können ebenfalls gut in diesem Raum ihren Platz finden. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt.

Wie belege ich diesen Raum?

Im Lehrerzimmer hängt ein Belegungsplan, ähnlich dem des Computerraums. Bitte rechtzeitig eintragen (mit Datum).

Stille Pause?

Das ist ein Angebot von mir in der großen Pause jeden Donnerstag. Maximal acht Schüler/Lehrer können den Raum der Stille in der Pause nutzen, um zu entspannen oder sich an den dortigen Stationen (Dank, Bitte, Klage, Meditation) leise zu beschäftigen. Dazu hängen an der Tür acht Karten. Wer reinkommen möchte, nimmt sich eine Karte und betritt den Raum der Stille über das Nebenzimmer. Sollte keine Karte mehr an der Wand hängen, dann sind bereits acht Personen im Raum. Ich werde stets als Aufsicht vor Ort sein.

Regeln?

Ja, auch die gibt es:	Es wird weder gegessen, noch getrunken
	Schuhe werden ins Regal im Nebenraum gestellt
	Der Raum dient ausschließlich ruhigen Zwecken - <u>nicht als Gruppenraum missbrauchen!</u>
	Lehrern steht der Raum jederzeit offen
	Nach Benutzung bitte wieder aufräumen und „neutral“ verlassen

Fragen und Verbesserungsvorschläge?

Jederzeit gerne. Sprich mich einfach an!

Plakat und Karten für die Stille Pause bis Ende März 2013



Eindrücke einzelner Stationen – Ende März 2013



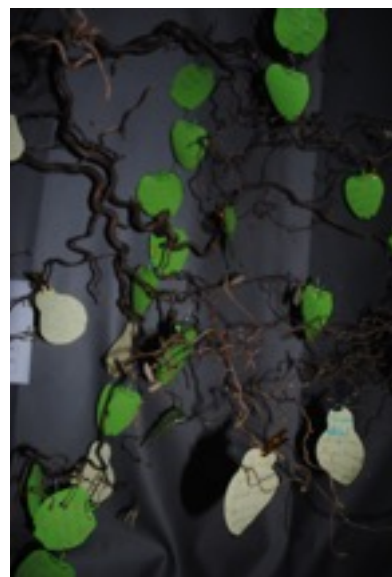
Klagemauer mit Klagebriefen der SchülerInnen



Dankes-„Äpfel“



Bilder, entstanden an den Maltischen



Stille Pause – neue Regelung

Liebe Kolleginnen, lieber Kollege,

das Projekt „Stille Pause“ wurde gleich sehr gut angenommen. Trotz der Erweiterung montags beschwerten sich leider immer wieder Schüler, dass sie „niiiiiiee“ dran kommen, sei es, weil der Weg zu den Karten zu weit ist, oder weil andere Klassen angeblich extra früher in die Pause entlassen werden. Um diese negative Stimmung abzufangen, wird es ab sofort eine neue Regelung geben, die der Gerechtigkeit hoffentlich mehr Rechnung trägt.

Die wichtigsten Änderungen auf einen Blick:

1. Es wird dreimal pro Woche das Angebot der Stillen Pause geben, und zwar montags, donnerstags und freitags, jeweils von 9:30 – 9:50 Uhr
2. Die Zahl der Pausengäste wird auf neun erhöht.
3. Es gibt keine „Eintrittskarten“ mehr. Das Plakat in der Aula dient nur noch zu Infozwecken.
4. Die Klassen werden wie folgt den einzelnen Tagen zugeteilt und der Klassenlehrer wird mit jeweils 3 Karten ausgestattet:
 - „a-Klassen“ (2a, 3a, 4a) -> **montags**
 - „b“-Klassen (2b, 3b, 4b) -> **donnerstags**
 - „c“-Klassen (2c, 3c, 4c) -> **freitags**
5. Die Vergabe der Karten obliegt dem Klassenlehrer, der so auch sicherstellen kann, dass nicht immer die gleichen Schüler die Chance auf einen Platz in der stillen Pause erhalten.
6. Die ersten Klassen bleiben nach Rücksprache mit den Klassenleiterinnen unberücksichtigt, da „die Kleinen“ die Pausenzeit zum Toben brauchen.
7. Diese Regelung tritt gleich nach den Osterferien in Kraft.

Ich möchte mich auf diesem Weg auch nochmal für die tatkräftige Unterstützung bedanken. Diese beiden zusätzlichen Tage verdanken die SchülerInnen einzig und allein eurer Mithilfe und eurem Engagement. Dafür ein herzliches „Vergelt’s Gott“