

# «Es ist erforderlich, die Kinder Stille zu lehren.»

(Maria Montessori)<sup>1)</sup>

Gabriele Faust-Siehl/Uta Wallaschek

Mit Elisabeth Kühnbergers Erfahrungsbericht<sup>2)</sup> sind die Stille und «Stilleübungen» in der Klasse als «Methode» der Schule von einem breiten Leserkreis wiederentdeckt worden. In den *Momenten der Stille*, in denen die Klasse gemeinsam mit der Lehrerin oder dem Lehrer ganz ruhig wird, wird zunächst erfahrbar, welcher Lärmpegel üblicherweise den Unterricht begleitet und welchen Stress dies für alle Beteiligten bedeutet. Plötzlich werden eine Vielzahl von Geräuschen außerhalb und innerhalb der Schule vernehmbar, die zuvor noch nie zu hören waren. Die Erfahrung, daß jeder einzelne imstande ist, seine Unruhe und seinen Bewegungsdrang für Momente zu beherrschen und sich auf sich selbst oder auf anderes zu konzentrieren, wirkt so unmittelbar positiv, daß gerade die hektischen und ständig unruhigen Kinder diese Momente genießen und sie sich wieder wünschen.

«Stilleübungen» sind die planmäßigen Bemühungen, diese Momente der Stille zu erweitern und Ruhe, Entspannung und Konzentration zu einem Bestandteil des schulischen Alltags werden zu lassen. Allzuhäufig nämlich setzt die Schule die Fähigkeit, ruhig zu werden und konzentriert zu arbeiten, gedankenlos bei ihren Schülern voraus. Mit vielen ihrer Verfahrensweisen fördert sie zusätzlich oberflächlichen Verbalismus und verhindert, daß Kinder sich nach ihrem eigenen inneren Rhythmus in Aufgaben vertiefen können. Disziplin und äußerliche Ruhe werden dann von außen aufoktroiert, weil die Lehrenden in der von unterdrückter Hektik und Fahrigkeit gekennzeichneten Klassenzimmeratmosphäre erkennen müssen, daß hier das Lernen wenig fruchtbar ist. Es wird noch zu wenig gesehen, daß auch das Ruhig-Werden und die Fähigkeit, sich auf Aufgaben einzulassen, geübt werden müssen, bis sie leichter und besser gelingen.

Die folgenden Anregungen sind ein Auszug aus einer umfangreicheren Zusammenstellung von «Stilleübungen»<sup>3)</sup>. Sie wollen den Kolleginnen und Kollegen Mut machen, im neuen Schuljahr andere Wege zu gehen: Statt äußerlicher Disziplin die innere Ruhe bei ihnen und ihren Schülern wachsen zu lassen, indem sie die Stille zu einem Bestandteil ihrer «Methode» machen.

## Einfache Hörübung

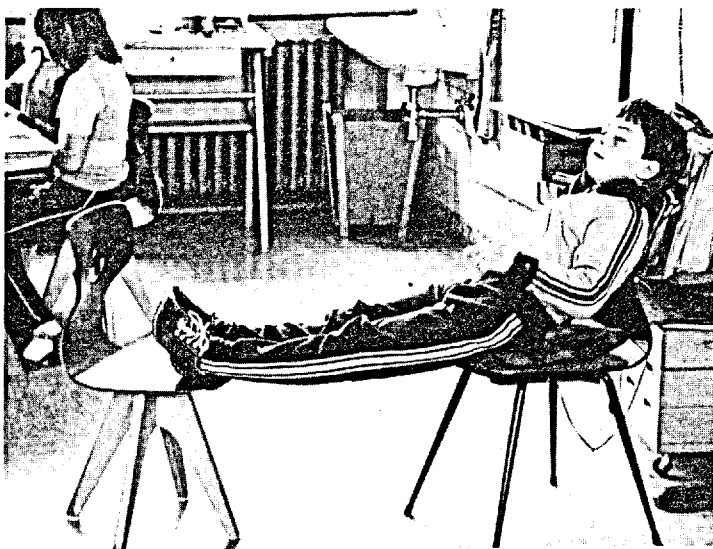
Die Lehrerin öffnet das Fenster und fordert dazu auf, intensiv und – sofern das einzelne Kind es möchte – mit geschlossenen Augen auf die Geräusche draußen und in der Schule zu hören. Nach ein bis zwei Minuten beendet sie die Übung, indem sie z. B. sagt: «Ich habe vieles gehört, was ich noch nie in der Schule gehört habe!» Die Kinder berichten dann über ihre Wahrnehmungen<sup>4)</sup>.

## Stilleübungen, eingebunden in den Morgenkreis

– «Flüstergruß»: Ähnlich dem Spiel «Stille Post» flüstern die Lehrerin oder ein Kind ihrem Nebensitzer einen Morgengruß ins Ohr. Der Gruß wird von Kind zu Kind weitergegeben und vom letzten Kind laut gesagt.

– «Signalkette»: Arm- oder Handsignale werden in einer Kette weitergegeben. Dies kann sowohl visuell (Sehen) als auch haptisch (Fühlen) geschehen. Man kann auch Buchstaben in die Hand des Nebensitzers schreiben. Mehrere Buchstaben, die nacheinander losgeschickt werden, ergeben das Wort. Das letzte Kind sagt das Wort.

– «Tastkette»: Gegenstände werden von Kind zu Kind weitergereicht und mit geschlossenen Augen oder im Grabbelsack befühlt. Dazu eignen sich insbesondere Naturmaterialien, wie z. B. eine Muschel, ein Schneckenhaus, Moos, Rinde, eine Zwiebel, Tannenzapfen o. ä. m.<sup>5)</sup>. Man kann auch mehrere Gegenstände weitergeben, am Ende werden dann die Gegenstände in der richtigen Reihenfolge genannt.



## Sitzkreis mit Kissen

Wenn jedes Kind ein Kissen mit in die Schule bringt, kann ein Sitzkreis gebildet werden, in dem jedes Kind einen fest umschriebenen Platz hat, ohne daß dazu die Stühle getragen oder geschoben werden müssen. Jedes Kind nimmt sein Kissen und sucht dafür einen Platz im Kreis. Auf ein Zeichen der Lehrerin

oder mit Ende einer Musik gehen alle zum Stuhl zurück, wobei das Kissen im Kreis bleibt. Die Lehrerin kann dann die Kinder durch Flüstern ihres Namens, durch Kopfnicken oder andere vereinbarte Signale zum Kissen «rufen»<sup>6)</sup>, oder die Kinder rufen sich gegenseitig, indem jedes Kind, das sitzt, das nächste Kind auffordert. Schließlich ist die Klasse wieder im Kreis versammelt.

## Anmerkungen

<sup>1)</sup> Maria Montessori, Die Entdeckung des Kindes. Freiburg 1969, S. 154

<sup>2)</sup> Vgl. Elisabeth Kühnberger, Die Erfahrung der Stille als Hilfe zur Bewältigung erzieherischer Aufgaben. In: Karlheinz Burk (Hrsg.), Kinder finden zu sich selbst. Arbeitskreis Grundschule e. V., Beiträge zur Reform der Grundschule, Band 60, Frankfurt 1984, S. 55ff.

<sup>3)</sup> Vgl. Gabriele Faust-Siehl/Uta Wallaschek, Stille üben, in PMP-Grundschule, Planung-Materialien-Praxis, 38. Lieferung 1/1988, S. X/1-22 (Neckar-Verlag, 7730 Villingen-Schwenningen). Vgl. dazu auch Faust-Siehl/Baur/Wallaschek, Stille entdecken-Stille werden üben. Druck in Vorbereitung.

<sup>4)</sup> Vgl. Kühnberger, a. a. O., S. 109

<sup>5)</sup> Vgl. dazu Hubertus Halbfas, Religionsunterricht in der Grundschule, Lehrerhandbuch 1, Zürich, Düsseldorf 1983, S. 477f

<sup>6)</sup> Vgl. Montessori, a. a. O., S. 154ff