

Was steckt hinter dem Konzept

„Raum der Stille“

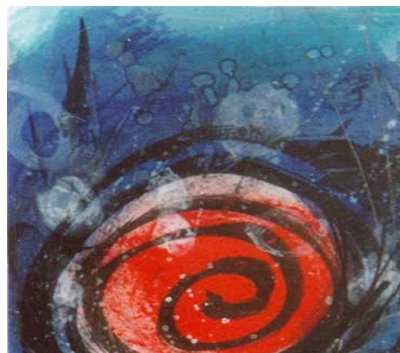
Ein kleiner, gemütlicher Raum für einen bewussten Rückzug von Lärm und Hektik des Schulalltags: Das ist unser Raum der Stille.

Der Raum der Stille lädt die Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer der Grundschule in Hilpoltstein ein zum Nachdenken, Aufatmen, Entspannen, Beten, meditativem Schweigen und zur Ruhe zu kommen. Er will dazu beitragen, dass in der Schulkultur ein positives Verständnis von Stille aufgebaut wird. Der Raum soll den Schülern ermöglichen in der großen Pause sich an einem Rückzugsort in gemütlicher Atmosphäre zu stärken, sich von hektischen Situationen zurück zu ziehen und Kraft und Konzentration zu tanken. Im Raum der Stille können die Schüler lernen, gemeinsam zu schweigen, sich zu entspannen und in sich hinein zu horchen.

Die Ideen für den Raum der Stille sind angelehnt an die Konzeption der „Oase der Stille“ der Hauptschule Uffenheim. Der Raum der Stille ist als Angebot im Rahmen der Schulseelsorge zu verstehen. Die Betreuung wird zumeist von Religionslehrkräften in den jeweiligen Pausen übernommen.

Raum der Stille – eine Bereicherung des Schullebens

Gegen:
Hektik
Unruhe
Schnelligkeit
Lärm
Aggressivität
Konzentrationsstörungen



Für:
Sammlung
Auftanken
Ruhe
Entspannung
Stille, tiefere Begegnung
Rückzug in die Stille

Leitlinien für das Verhalten im Raum der Stille

Wenn die Schüler in der großen Pause den Raum der Stille betreten, wissen sie, dass sie sich möglichst leise und rücksichtsvoll verhalten sollen, damit sie zur Ruhe finden können.

Um möglichst vielen Kindern eine Möglichkeit zu geben in diesem Raum eine stille Pause zu haben, dürfen sich die Schüler in eine Gästeliste eintragen, da die Anzahl der Besucher auf ca. 12 Kinder begrenzt ist. Damit ist die Kapazität des Raumes ausgeschöpft.

Im Raum der Stille sind verschiedene Stationen aufgebaut, die von den einzelnen Schülern genutzt werden können.

- **Station Klagemauer**
An der Klagemauer liegen Gebetszettel bereit, um Klagen, Sorgen und Nöte aufzuschreiben. Diese Gebetszettel können im Anschluss in die Mauerschlitze gesteckt werden.
- **Station Mandala malen**
Verschiedene Mandalavorlagen dürfen ausgewählt werden. Verbunden mit dem Hören leiser Meditationsmusik können Mandalas gemalt werden, um zur Ruhe zu finden und sich zu entspannen.
- **Station Fürbittentisch**
„Ich zünde ein Licht an für...“ ist das Motto dieser Station. Jeweils ein Kind darf mit Hilfestellung einer Lehrkraft ein Teelicht anzünden und vor das Kreuz seine Anliegen mit dem stillen Anzünden einer Kerze zum Ausdruck bringen.
- **Station Ausruhen**
Auf Polstern und Decken können sich Kinder im Raum der Stille ausruhen und sich in eine Decke kuscheln.
- **Station Leseschatzkiste**
Verschiedene Texte oder Kinderbücher können ausgewählt werden und die Schüler können sich einen guten Platz zum ruhigen Lesen suchen.

Zu allen Angeboten an den verschiedenen Stationen kann in ruhiger Atmosphäre einfach auch nur das Pausenbrot verzehrt werden und in diesem stressfreien Raum aufgetankt werden.

Immer wieder besteht auch das Angebot im Rahmen des Religionsunterrichts eine Ruhe- und Entspannungsübung oder Phantasiereise im Raum der Stille durchzuführen. Ein gezielter Ortswechsel in diesen besonderen Raum ist für die Schüler eine wertvolle Erfahrung.

Räume brauchen Pflege und Betreuung

Damit der Raum der Stille in seiner Konzeption verankert bleibt, muss mit dem Lehrerkollegium Kooperation vereinbart sein. Es hat sich bewährt, wenn eine Lehrkraft die Hauptverantwortung übernimmt. Grundsätzlich ist eine qualifizierte Betreuung dieses Raumes wichtig und auf möglichst viele Personen zu verteilen.

Bilder der verschiedenen Stationen im Raum der Stille in Hilpoltstein

Eingang

Raum der Stille



Station Klagemauer



Station Mandala malen





Station „Ich zünde ein Licht an für ...²“



Station Leseschatzkiste



Angebot Phantasiereise

