



1. Begegnungen mit Stille in der Montessori Klasse

Die Stille ist - integriert in ein umfassendes pädagogisches Konzept - eine Säule der Montessori Pädagogik. Dem Phänomen der Stille kann man in einer Montessori-Klasse auf verschiedener Art begegnen:

Stille tritt ein,

- wenn sich ein Kind in seine Arbeit vertieft hat und sich schweigend ganz einer Sache hingibt (Vernetzung: Polarisation der Aufmerksamkeit),
- wenn das Kind nach getaner Arbeit zufrieden auf sein Werk blickt und eine Weile inne hält, bevor es alles aufräumt und eine neue Arbeit beginnt (Vernetzung: Phase der Ruhe am Schluss),
- wenn Kinder durch besondere Übungen den Weg der Stille als Weg zu sich selbst, zur eigenen Mitte kennen lernt (Vernetzung: Übung der Stille).

Die Stille im Unterrichtsgeschehen stellt eine schulische Möglichkeit der inneren Sammlung dar. Stille soll nicht lediglich den Unterricht „bereichern“, als eine lernpsychologisch fundierte Technik zur Steigerung des Unterrichtsertrages eingesetzt oder auf irgendeine instrumentelle Funktion reduziert werden. Die Einbeziehung der Stille erfordert eine Um- und Neuorientierung des Unterrichts.

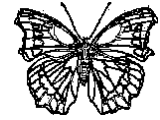
Die Stille darf ausdrücklich NICHT als Disziplinierungstechnik missbraucht werden:

„Man sagt „Ruhe!“ Da haben wir's. Das Kommando! Und gerade um „Ruhe!“ zu sagen, schlägt man manchmal noch auf irgendetwas. Das ist wahrlich ein Widerspruch. Es ist völlig unlogisch! Nun, wenn wir das Schweigen wollen, müssen wir es lehren. Und bevor wir es lehren, ... demonstrieren, kennen lernen lassen muss. Weil man gewöhnlich die Stille nicht kennt, verwechselt man sie mit einer gewissen Verminderung von Geräuschen, die gewöhnlich auch eine Verminderung von Unruhe bringt. Trotzdem weiß man, vor allen Dingen von der erzieherischen Seite her, dass die Stille einen sehr hohen inneren Wert hat...“

(aus: Montessori, Spannungsfeld Kind - Gesellschaft - Welt, S. 67 ff)

2. Entdeckung der Stille Montessoris

Eines Tages betrat Montessori mit einem Säugling auf dem Arm das Kinderhaus. Die außerordentliche Ruhe, welche von dem Säugling ausging beeindruckte Montessori und sie wollte die Kinder auch daran teilhaben lassen:



„Es macht gar keinen Lärm“, sagte ich, und scherzend fügte ich hinzu: „Niemand von euch könnte ebenso still sein“. Verblüfft beobachtete ich, wie sich der Kinder rings umher eine intensive Spannung bemächtigte. Es war, als hingen sie an meinen Lippen und fühlten aufs tiefste, was ich sagte. „Sein Atem ist ganz leise“, fuhr ich fort. „Niemand von euch könnte so leise atmen.“ Erstaunt und regungslos hielten die Kinder den Atem an. Eine eindrucksvolle Stille verbreitete sich in diesem Augenblick. Man hörte plötzlich das Ticktack der Uhr, das sonst nie vernehmbar war. Es schien, als hätte der Säugling eine Atmosphäre der Stille in dieses Zimmer gebracht, wie sie im gewöhnlichen Leben sonst nie besteht. Niemand machte auch nur die leiseste wahrnehmbare Bewegung, und als ich die Kinder später aufforderte, diese Übung der Stille zu wiederholen, gingen sie sogleich darauf ein. ... Was sich hier kundgab, war eine innere Übereinstimmung, geboren aus einem tieferen Wunsch. Die Kinder saßen still bis zur Regungslosigkeit, beherrschten sogar ihre Atemzüge und hatten dabei heiter angespannte Züge, so als seien sie in Meditation versunken. ... Auf diese Weise entstand unsere Übung der Stille.“

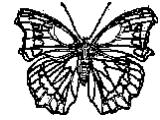
(aus: Montessori, Kinder sind anders, S. 128-129)

3. Übung der Stille („Lektion der Stille“)

Nach dem Schlüsselerlebnis, dass Kinder zur Stille fähig sind und sie lieben - führte Montessori Übungen der Stille regelmäßig im Kinderhaus durch. (Vernetzung: Montessori-Pädagogik als empirisch begründete Pädagogik basierend auf der Beobachtung von Kindern)

Die Übung der Stille ist eine kollektive, gemeinsame Übung, welche den Kindern helfen soll, Stille zu erfahren und sie in weiterer Folge auch dazu befähigen soll, selbst zur Stille zu kommen. Im Vergleich zu anderen Lektionen ist die Übung der Stille die einzige „Einstufenlektion“. Der handlungsorientierte Ansatz ist auch bei der Lektion der Stille zentral (Vernetzung: Hilf mir, es selbst zu tun).

„Dennoch sind unsere Unterweisungen ohne Worte wirkliche und richtige „Lektionen“. Sie lehren das Kind, wie es sich setzen, wie es aufstehen, wie es ein Tischchen oder ein Tablett mit Wassergläsern tragen soll. Sie zeigen dem Kind, wie es sich leicht und sicher bewegen kann. ... Auch die Stille ist eine Unterweisung. Bei dieser Übung lehren wir das Kind, still zu sitzen und gewöhnen es daran, diese Haltung so lange zu bewahren, bis eine leise Stimme seinen Namen flüstert. Wir lenken seine Aufmerksamkeit auf die kleinsten Bewegungen seines Körpers und machen es so fähig, sie vollkommen zu beherrschen. Niemals wird die Lehrerin diese Stille durch



Worte erreichen, sondern nur durch ihre ruhige Sicherheit. Uns so mag man in gewissem Sinn in dieser „Stille-Lektion“ ein Symbol unseres Unterrichtes sehen. Auf diese Weise wird alles gelehrt, selbst Dinge, von denen man glaubt, sie bloß durch Worte zum Bewusstsein bringen zu können.“

(Montessori, Dem Leben helfen, S. 63)

Eine Stilleübung kann etwa so verlaufen:

3.1 Vorbereitung der Stille

Stille kann nicht erzwungen werden, sie setzt die innere Bereitschaft und die Zustimmung derer voraus, welche an dieser kollektiven Übung teilnehmen wollen. Eine höhere Stufe des sozialen Gehorsams ist nötig. (Vernetzung: Die drei Stufen des Gehorsams, in: Montessori, Das kreative Kind, S. 227)

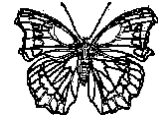
Durch ein vereinbartes Zeichen erfahren die Kinder, dass eine Stilleübung beginnen soll (Klangsignal, Wortkarte mit „Stille“ an der Tafel, Beginn einer bestimmten Melodie). Die Kinder bereiten sich auf die Stille vor, indem sie ihre Materialien zurückräumen und den Platz für die Übung ganz „leer“ machen. Nun nehmen sie eine Ruhehaltung ein. Diese Lage soll bequem jedoch nicht schlampig sein und eine gute Gleichgewichtslage ermöglichen. Die Lehrerin soll vorbildhafte Ruhehaltungen demonstrieren und nicht nur „Sitz still!“ sagen.

3.2 Durchführung der Stille

Die Lehrerin lenkt die Aufmerksamkeit ganz auf sich, auf die stillen Füße, den stillen Rumpf, die stillen arme und den Kopf. Der ganze Körper gelangt zur Ruhe. Auch die Atembewegungen sollen möglichst geräuschlos durchgeführt werden. Die Kinder versuchen, diese Haltung nachzuahmen. Dabei sollen sie ihre eigenen Bewegungen kontrollieren und versuchen, zur absoluten Unbeweglichkeit zu gelangen. Für viele Kinder ist dies schwierig und es bedarf einiger Wiederholungen, bis die wirkliche Stille eintreten kann (Vernetzung: Die Bedeutung der Wiederholung). In der Phase der Stille werden plötzlich leise Geräusche der Umgebung vernehmbar, den Kindern kann es gelingen, sich ganz in sich zu begeben.

3.3 Abschluss der Stille

Die Stilleübung kann durch einen kleinen „Appell“ an den einzelnen beendet werden. Dabei ruft die Lehrerin kaum hörbar der Reihe nach die Namen der Kinder. Konzentration und Geduld sind dabei notwendig. Wer seinen Namen vernommen hat, kann sich z.B. leise in den Nebenraum oder in den Sitzkreis bewegen und still warten, bis alle versammelt sind.



Anstelle Namen zu rufen, kann sich die Lehrerin auch leise den Kindern nähern und sie ganz sanft am Arm, an den Schultern, auf dem Kopf berühren.

3.4 Wirkung der Stilleübung

Montessori beschreibt die Bedeutung der Lektion der Stille für den Konzentrationsprozess und seine Bildungswirkung so:

„Das Hemmen der Impulse sowie die Kontrolle der eigenen Handlungen ist eines der großen Ergebnisse dieser Übung. Von hier leitet sich ein Zug unserer Methode ab: Auf der einen Seite der Wille, auswählen und frei tätig sein zu können, und auf der anderen Seite die Einschränkung. In dieser Umgebung konnten die Kinder ihren Willen üben sowohl im Handeln wie in der Enthaltung zu handeln.“

(Montessori, Das kreative Kind, S. 236)

Kinder können durch die Übung der Stille

- lernen, die Stille zu genießen,
- eine Rückzugsmöglichkeit finden, um Kraft zu schöpfen,
- sich selbst und eine Gruppe auf eine neue Art erfahren,
- ihre Sensibilität für Geräusche mit der Liebe zur Stille erhöhen,
- zu höherer Disziplin gelangen.

„Weitere Intentionen erkennt Montessori in der sensibilisierenden Wirkung für das Eintreten von Konzentrationsprozessen sowie die Entwicklung und Bildung des sozialen, moralischen und religiösen Sinnes.“

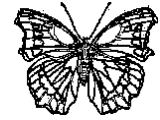
(Holtstiege 2000, Modell Montessori, S. 202)

4. Die Fundamente der Stille im Kinderhaus, in der Schule

Stilleübungen gelingen nicht im luftleeren Raum. Sie brauchen eine bestimmte Umgebung und Atmosphäre, in der sie gedeihen können. Das Wort Schule leitet sich von lat. „schola“, gr. „scholä“ ab und bedeutete ursprünglich „Muße“. Die „schola“ war im antiken Rom die Ruhebänk, ein Ort der Erholung oder auch Geselligkeit. Die Stätte der Bildung ist nach der Muße benannt. Schule heißt Muße! (vgl. Josef Pieper, 1948, Muße und Kultur, S. 14ff).

„Muße ist eine Gestalt jenen Schweigens, das eine Voraussetzung ist für das Vernehmen von Wirklichkeit: nur der Schweigende hört und wer nicht schweigt, hört nicht“

(Josef Pieper, ebd.)



Muße heißt auch verweilen wollen im Hier und Jetzt, indem ein Ort geschaffen wird, in denen man sich wohl fühlt und geistig aktiv, aber auch zur Ruhe kommen kann. Eine Atmosphäre der Muße gibt der Empfindsamkeit und der Achtsamkeit Raum und Zeit.

4.1 Die Stille der Lehrerin

Um die Stille zu lehren muss die Lehrerin selbst Erfahrungen mit Stille haben bzw. zur Stille finden können. Die innere Stille wirkt auf die Kinder z.B. durch

- die Stimme
- die Bewegungen des Körpers im Raum
- die innere Ausgeglichenheit
- ...

4.2 Die Stille des Raumes

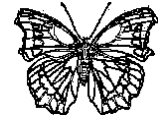
Die Gestaltung und die Gegebenheiten des Raumes schaffen Möglichkeiten der Stille bzw. können sie stören. Dabei zu beachten sind z.B.

- das Eindämmen von Lärmbelastigung von außen (Türe schließen, Hinweistafel „Stilleübung! Bitte nicht stören“ anbringen, geeigneten Zeitpunkt wählen)
- die Gliederung des Raumes
- die Sitzordnung der Kinder (z.B. Kreis)
- die Wirkung der Einrichtungsgegenstände (z.B. Vorhänge vor offenen Regalen oder das Abdunkeln des Raumes vermindern die Wirkung visueller Reize, welche Unruhe stiften können)
- Gegenstände, welche Ruhe ausstrahlen (schön aufgelegte Gegenstände, z.B. Steine, Muscheln, bunte Tücher, Gegenstände zur Jahreszeit, oder eine brennende Kerze, ein Blumenstrauß)
- Stille-Eck, Kapelle oder Atrium, als Raum für spirituelle, meditative und/oder religiöse Erfahrungen (Berg, 2002, S.)
- usw.

4.3 Die Stille der Bräuche

Täglich wiederkehrende Bräuche und Rituale geben einer Gemeinschaft feste Handlungsmuster und Ordnung, welche Sicherheit stiften. (Vernetzung: Freiheit und Bindung)

„Rituale binden Kinder und Lehrer über augenblickliche Stimmungen hinaus. Sie legen fest, damit Spielraum entsteht. Je mehr Freiheiten wir den Kindern geben, desto stärker muss ihre Rückbindung an Regeln sein.“



Freiarbeit gelingt nicht aufgrund eines puren Lustprinzips, sondern nur durch innerlich angenommene Disziplin und Verantwortung."

(Faust-Siehl, 1993, Mit Kindern Stille entdecken, S. 57)

Tägliche Bräuche können sein

- Begrüßen und Verabschieden
- Gesprächsregeln
- Klassendienste
- Klarheit über Arbeitsvorgänge (Beginn und Ende der Freiarbeit)
- Gemeinsame Mahlzeiten
- usw.

4.4 Die Stille des Unterrichts

Schweigen allein bringt die Stille nicht in die Schule. Faust-Siel meint, dass dort, wo Singen und Spielen, Erzählen und Arbeiten, Denken und Empfinden ihren festen Ort haben, sich lärmendes „Dampfablassen“ oder unterdrückte, aber doch permanent vorhandene Unruhe, erübrige. Das Kind könne seine Bewegungs- und Mitteilungsbedürfnisse in das Unterrichtsgeschehen integrieren.

„Wir kennen alle den großen Lärm, der in den Schulpausen herrscht. Es ist, als ob sich nach den Unterrichtsstunden ein Ventil öffnet, das diesen Lärm explosiv entlädt. Er ist ein Zeichen dafür, dass die Disziplin der Unterrichtsstunde eine äußerlich auferlegte ist und dass das Schweigen in den Stunden keine Stille bedeutet. Auch wenn man nach der Schule die heimkehrenden Kinder beobachtet, so muss man ihre ungeordneten Bewegungen, ihr Bedürfnis, Lärm zu machen, feststellen. Man kann diese Tatsache nicht auf das Wesen des einzelnen Kindes zurückführen, sie muss mit dem System zu tun haben.“

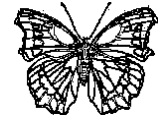
(Helming, Montessori-Pädagogik. In: Faust-Siehl, 1993, S. 59)

Ein weiteres Merkmal, welches mit einem „stillen Unterricht“ einhergehen kann, ist das Ermöglichen und Bereitstellen des Anschaulichen, Sinnhaft-Erfahrbaren, Natürlichen und Geheimnisvollen. Motto: Rettet die Phänomene!

„Es wird erzählt, Buddha habe einmal eine Predigt gehalten, bei der er selbst stumm blieb. Er zeigte den Zuhörern lediglich eine Blume...“

(ebd. S. 60)

Dingen zu begegnen, setzt Ruhe voraus, erzeugt sie aber auch: Ein Stück Welt von draußen, welche ertastet, gerochen, gehört, betrachtet werden kann.
(Vernetzung: Kosmische Erziehung)



4.5 Die Stille im privaten Umfeld des Kindes

Die Qualität des Familienlebens und der Freizeitgestaltung haben eine Auswirkung auf die Stille im Kind selbst. Häufig müssen die Kinder große Anpassungsleistungen vollbringen, um mit der Unruhe der heutigen Erwachsenenwelt zu Recht zu kommen, wie z.B. mit

- der Hektik der Eltern
- Familienkonflikten und Streit
- Reizüberflutung durch die Medien
- Lärm durch den Straßenverkehr und akustische Dauerbeschallung
- Freizeitstress durch Nachmittagstermine
- Leistungsdruck schon in der Kindheit
- der Konsumwelt
- usw.

Zur gleichen Zeit gibt es weniger Rückzugsmöglichkeiten, in welchen Kinder die Stille in der Freizeit erleben können, wie z.B. durch

- das freie, ungebundene Spielen alleine zu Hause
- Erlebnisse in der Natur (im Wald, am Bach)
- das stille Zusammensein mit den Eltern
- die Stille in der Andacht oder im Gebet
- schöpferische, ruhige Freizeit beim Malen, Lesen
- usw.

Umso wichtiger ist es auch im Sinne der Erhaltung der seelischen und körperlichen Gesundheit, den Kindern Erfahrungen der Stille zu ermöglichen und auch die Eltern über deren Bedeutung zu informieren. Stilleübungen, Übungen welche die Bewegungsabläufe koordinieren und die Wahrnehmung fördern helfen der Entwicklung der Persönlichkeit der Kinder hinsichtlich eines bewusst und verantwortungsvoll handelnden Menschen (vgl. Berg, S. 146).

(Anmerkung: Eine besondere Situation stellt sich für jene Kinder, welche unter einer psychischen Erkrankung leiden, z.B. Aufmerksamkeits-/ Hyperaktivitätsstörung - ADHS, HKS; Angststörung; Depression im Kindes- und Jugendalter. Bei dieser Gruppe sind Stilleübungen besonders schwierig bzw. nur in einer individuell abgestimmten Form sinnvoll.)



Literatur

Montessori, M. (1995). Kinder sind anders. München: dtv. S. 128

Montessori, M. (2002). Die Entdeckung des Kindes. 17. Auflage. Freiburg: Herder, S. 154 f.

Montessori, M. (1938). Spannungsfeld Kind-Gesellschaft-Welt. Vortrag: Die Lektion der Stille. Freiburg: Herder. S. 67 f.

Montessori, M. (2002). Das kreative Kind. Der absorbierende Geist. 15. Auflage. Freiburg: Herder. S. 235.

Montessori, M. (1992). Dem Leben helfen. Freiburg: Herder. S. 63

Montessori, M., Becker-Textor, I. (Hrsg.) (2002). Wie Kinder zu Konzentration und Stille finden. Freiburg: Herder.

Berg, H.K. (2002). Maria Montessori - Mit Kinder das Leben suchen. Antworten auf aktuelle pädagogische Fragen. Freiburg: Herder.

Holtstiege, H. (2000). Modell Montessori. Grundsätze und aktuelle Geltung der Montessori-Pädagogik. Freiburg: Herder.

Faust-Siehl, G., Bauer, E., Baur, W., Wallschek, U. (1993). Mit Kindern Stille entdecken. Bausteine zur Veränderung der Schule. Frankfurt: Diesterweg.

„Stille bedeutet in den gewöhnlichen Schulen das „Aufhören des Lärms“, das Anhalten einer Reaktion, das Unterdrücken von Unarten und Unordnung. Dabei lässt sich die Stille positiv als ein der normalen Ordnung „übergeordneter“ Zustand verstehen, als eine plötzliche Behinderung, die Mühe kostet, eine Anspannung des Willens, durch die man sozusagen durch Isolierung des Geistes von den äußeren Stimmen von den Geräuschen des gewöhnlichen Lebens Abstand gewinnt. ...

Ein Befehl hätte nie zu diesem wunderbaren Erfolg von Willensäußerungen führen können, die darin zusammenliefen, jede Handlung in einem Lebensabschnitt zu verhindern, in dem die Bewegung das unwiderstehliche, kontinuierliche Merkmal des Alltags zu sein scheint. ...

Es ist erforderlich, die Kinder Stille zu lehren.“

Montessori, Die Entdeckung des Kindes. S. 154