



# Nutzungskonzept für den Raum der Stille an der Martin-Niemöller-Schule

## 1. Ausgangssituation

Die Integrierte Gesamtschule verfügt bereits seit mehr als 13 Jahren über einen Raum der Stille. Die vorhandene Ausstattung lädt zum meditativen Verweilen ein und Schülerinnen und Schüler finden inmitten der schulischen Alltagshektik einen Ort der Ruhe und Entspannung. Der Raum ist aus einem interreligiösen und interkulturellen Projekt von Klassen und ihren Lehrkräften heraus entstanden. Er animiert zur spirituellen Einkehr und Auseinandersetzung mit der eigenen religiösen Identität.

## 2. Motivation

Unsere Schule ist ein Ort der Begegnung mit Kindern und Jugendlichen unterschiedlichster Herkunft, Religionsangehörigkeit, sozialem Hintergrund und besonders effektiven und motorischen Bedürfnissen. Mit dem Raum der Stille möchten wir eine Oase inmitten dieser bunten Vielfalt schaffen, vor deren Tür der Lärm und Stress des (Schul-) Alltags abgelegt werden darf, aber auch der eigenen Entspannung dient, wenn man mal alleine sein möchte.

## 3. Zielgruppen

- Der Raum dient der Entspannung und dem Religionsunterricht für Schülerinnen und Schüler.
- Er soll **NICHT** für schulische Zwecke genutzt werden, sondern um dem Schulalltag und den Stresssituationen entfliehen zu können und seine innere Ruhe zu finden.

## 4. Angebote

Der Raum soll genutzt werden...

- als Ruhe- und Entspannungsraum mit freien oder angeleiteten Meditationsübungen, Progressiver Muskelentspannung, Fantasiereisen etc.,
- für seelsorgliche Einzelgespräche
- als Ort meditativer Besinnung, nicht nur in Religions- und Ethikunterricht
- für Begegnungen mit sich und den anderen, bei denen die Teilnehmer ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung reflektieren, wodurch ein besseres Miteinander angestrebt wird
- für Morgenbesinnung, besonders in der Advents- und Fastenzeit
- wenn es zu einem Trauerfall kommt
- vor einer wichtigen Klausur oder Prüfung
- für den Religionsunterricht
- Rückzugsort, um Kraft zu tanken und Atem zu holen



## 5. Verantwortung

Der Zugang wird über das an der Schule bestehende Raumbuchungssystem geregelt. Nach der Buchung des Raumes übernimmt der interessierte Kollege/in die Verantwortung für den Raum.

## 6. Ausstattung

Der Raum der Stille soll allein schon durch seine Ausstattung eine entspannte Atmosphäre ausstrahlen. Jeder, der diesen Raum betritt soll spüren, dass hier etwas Besonderes, etwas Geheimnisvolles ist.

- Hocker
- Lichterketten/LED Kerzen
- Teppich
- 15 Yogamatten
- 15 Decken
- Klangschale
- Tücher
- Klagemauer
- Musikanlage
- Materialschrank

## 7. Klagemauer

Der Raum der Stille verfügt über eine Klagemauer. Diese Mauer soll Schülerinnen und Schüler dazu animieren, ihre Sorgen, Fragen und Bitten aufzuschreiben. Vor neugierigen Blicken verborgen, werden die Zettel von Zeit zu Zeit ungelesen verbrannt.

## 8. Regeln

- Die Schülerinnen und Schüler ziehen am Eingang des Raumes ihre Schuhe aus.
- Ein schonender Umgang mit den Materialien und Matten ist geboten.
- Es muss von der aufsichtsführenden Person unbedingt darauf geachtet werden, dass nichts entwendet wird und dass sich niemand ohne Aufsicht im Ruheraum befindet.
- Der Raum ist stets in wiederhergestellter, ursprünglicher Ordnung zu verlassen.
- Der Verzehr von Speisen und Getränken bleibt im Raum der Stille untersagt.
- Materialien, wie Bälle, Tücher, etc. befinden sich im Raum und dürfen diesen nicht verlassen.



## 9. Pausenangebot (wegen Corona aktuell nicht möglich)

Einmal die Woche gibt es von den Schulseelsorgern und Religionslehrern im Wechsel ein gestaltetes Pausenangebot mit Andachten, die kirchenjahresbezogen sind und Themen aufgreifen, die für die Schülerinnen und Schüler aktuell sind. Nach einer Eröffnung wird ein Text vorgelesen, in der Regel eine biblische Geschichte oder es gibt eine „Ansprache“ in der ein biblischer Text vorkommt. Daran schließt sich eine Stille-Phase an. Den Abschluss bildet ein Gespräch.

## 10. AG „Raum der Stille“

Geplant ist eine AG, die die 10 Jahrgangsstufe mit in die Verantwortung nehmen soll. Wichtig ist, dass die in der AG "Raum der Stille" vertretenen Schülerinnen und Schüler die Nutzungsmodalitäten mittragen und ihren Mitschülerinnen und Mitschülern gegenüber offen sind.

Gerade die stärker motivierte Teilnahme an AG-Treffen machen eine intensivere Arbeit möglich. Hinzu kommt, dass die AG-Gruppen in der Regel kleiner sind als Klassen und die Möglichkeiten, die der Raum bietet, in den kleineren Gruppen besser genutzt werden können. Ungestört von Zeitbegrenzungen, die das Ende der Pause oder der Stunde anzeigt, könnten Meditationen oder auch Diskussionen und Übungen verlängert werden, wenn dieses für die AG-Gruppe sinnvoll erscheint.

---

Ort, Datum

---

Unterschrift (Schulseelsorge Katharina Quanz)

---

Unterschrift (Schulseelsorge Christoph Plath)