



EUGEN KOLISKO SCHULZEITUNG

Präventivmedizinische Aspekte im Schulleben

Dr. Christoph Meinecke

Das Konzept der Eugen-Kolisko-Schule legt seinen Schwerpunkt auf präventivmedizinische Aspekte. Die Grundlage der Waldorfpädagogik ist eine ganzheitliche Betrachtungsweise des Menschen, der aus Leib, Seele und Geist besteht.

Vom Abschluss des Schultages in der 1.Klasse

Angela Fischer

Wie in der letzten Ausgabe berichtet, findet seit den Osterferien in allen Klassen der Schule ein gestalteter Abschluss statt. In der ersten Klasse steht dafür an vier Tagen in der Woche eine halbe Stunde Zeit zur Verfügung ...

Erfahrungen mit den Zeugnissprüchen

Horst Hellmann

Zum Textzeugnis erhalten die SchülerInnen vom ersten bis siebenten Schuljahr vom Klassenlehrer einen Spruch, der sie das Jahr hindurch begleitet. Aus meiner jahrzehntelangen Erfahrung möchte ich einiges davon berichten.

weiter auf Seite 8 ...

weiter auf Seite 16 ...

weiter auf Seite 20 ...

Juni 2002

AUSGABE 5



INHALT

Vorwort	3
Der Schatten der Liebe	4
Lehrer stellen sich vor: Elena Wecker (Russisch)	5
„Gesundheit“	6
Eugen Kolisko, wer war er eigentlich ?	7
Präventivmedizinische Aspekte im Schulleben	8/9/10
Präventivmedizinische News	11/12
Bund der Freien Waldorfschulen zu Kinderschutzimpfungen	13
Buchtipps	14
Klumpedump & Schnickeschnack - Schülerarbeit 1.Klasse	15
Vom Abschluss des Schultages in der 1.Klasse	16
Unsere Tiere	17/18
Schüleraufsatz zum Schafscheren	19
Erfahrungen mit den Zeugnisprüchen	20
Kinder lernen was sie lieben	21
Waldorfpädagogik in einem buddhistischen Land	22
Dies und Das	23
Termine	24
Aufruf zur Mithilfe	25/26
Organe der Verwaltungskonferenz/Vereinsorgane	27
Impressum	28
Eugen Kolisko Schulchor	
Ferientermine	
In eigener Sache	

Die Verantwortung für die einzelnen Beiträge liegt bei den Autoren.

Foto auf S.1: „Flug“ über die Hängebrücke

Bewegungsspiel und Sinnesschulung als Bestandteil des Unterrichts in der 2.Klasse

Vorwort

Liebe Kinder, liebe Eltern,
liebe Freunde der Schule,

pünktlich zum Sommer erscheint die 5. Ausgabe
unserer Schulzeitung !

Diesmal ist schwerpunktmässig die Medizin unser
Thema; hierzu erwartet Sie ein spannender
Artikel von unserem Schularzt Dr. Christoph
Meinecke, sowie Neuigkeiten aus der Medizin und
wertvolle Buchtipps.

Im Weiteren erwartet Sie eine Fortsetzung
"Unsere Tiere": 'Das Pferd in der Medizin', 'Das
Pferd in der Pädagogik, in der Psychologie und
Psychiatrie'.

Außerdem wird sich in dieser Ausgabe unsere
Russischlehrerin, Frau Elena Wecker vorstellen.

Vom Abschluss des Schultages in der 1.Klasse
berichtet Frau Angela Fischer und Horst Hellmann
schreibt über seine Erfahrungen mit den
Zeugnissprüchen.

Also, ich glaube, für jeden wird etwas dabeisein.
Viel Spass dabei.

Nun noch etwas in eigener Sache: wir freuen uns
über jede Anregung, Idee, Artikel u.s.w. -
entweder schriftlich ans Sekretariat, oder per
Email an die Schuladresse <havel@waldorf.net>.

Ich möchte Sie alle erinnern daran, dass wir uns
gerade in der Johanni Zeit befinden. Johannes der
Täufer steht am Übergang von der alten zur neuen
Zeit- an der Zeitenwende. Er kam als Wegbereiter
für den Gottessohn, welcher bereit war, sich mit
dem Schicksal der Erdenmenschheit zu verbinden.
In diesem Sinne schließe ich mit einem Spruch von
Rudolf Steiner passend zur Johanni Zeit und wün-
sche Ihnen allen eine wunderschöne Sommerzeit.

Ihre
Maike Reinhardt-Teidel
für die Redaktion

Der Sonne Licht durchflutet
Des Raumes Weiten.
Der Vögel Sínge durchhallet
Der Luft Gefilde,
Der Pflanzen Segen entkeímet
Dem Erdenwesen,
Und Menschenseelen erheben
In Dankgefühlen
Sích zu den Geístern der Welt.

Rudolf Steíner

Der Schatten der Liebe

Wir haben keinen Grund,
gegen unsere Welt Mißtrauen zu haben,
denn sie ist nicht gegen uns.
Hat sie Schrecken, so sind es unsere Schrecken,
hat sie Abgründe, so gehören diese Abgründe uns,
sind Gefahren da, so müssen wir versuchen, sie zu lieben.
Und wenn wir nur unser Leben nach jenem Grundsatz einrichten,
der uns rät, daß wir uns immer an das Schwere halten müssen,
so wird das, welches uns jetzt noch als das Fremdeste erscheint,
unser Vertrautestes und Treuestes werden.
Wie sollten wir jener alten Mythen vergessen können,
die am Anfange aller Völker stehen,
der Mythen von den Drachen,
die sich im äußersten Augenblick in Prinzessinnen verwandeln;
vielleicht sind alle Drachen unseres Lebens Prinzessinnen,
die nur darauf warten, uns einmal schön und mutig zu sehen.
Vielleicht ist alles Schreckliche im tiefsten Grunde das Hilfloze,
das von uns Hilfe will.

RAINER MARIA RILKE

Lehrer stellen sich vor : Elena Wecker - Russischlehrerin

In Murmansk, der größten Stadt hinter dem Polarkreis, kam ich an einem verschneiten Tag am 25. April 1972 zur Welt. Ich freute mich sehr, in so einer interessanten Stadt zu wohnen, ganz oben im Norden Russlands, wo es im Winter den ganzen Tag dunkel ist, während im Sommer selbst in der Nacht die Sonne scheint. Dort in Murmansk verbrachte ich die ersten 23 Jahre meines Lebens.

Ich entschied mich ziemlich früh Lehrerin zu werden. Wann genau das war, weiß ich nicht mehr, aber es gibt einen Aufsatz aus der dritten Klasse, in dem ich schrieb, dass ich unbedingt Englischlehrerin werden möchte: „Ich lerne gerne Sprachen und ich liebe Kinder“ - so fing mein Aufsatz an. Mein Interesse

Sprachen zu lernen wurde von meinen Eltern sehr unterstützt, besonders von meinem Vater, der seit über dreißig Jahren zur See fährt.

So war es für mich fast eine Selbstverständlichkeit, nach der Schule Erziehungswissenschaften, Psychologie und Englisch zu studieren. Durch den Briefkontakt zu meinem heutigen Mann begann ich, vermehrt

Interesse an der deutschen Sprache und an dem Land zu bekommen, das ich bis dahin nur aus der Schulzeit kannte. Wenn es mich infolgedessen 1995 nicht nach Deutschland gezogen hätte, wäre aus mir vielleicht nie eine Waldorflehrerin geworden, obwohl diese Pädagogik auch in Russland zunehmend Anhänger findet. So war diese

Erziehungskunst auch mir nicht unbekannt, aber erst nach der Geburt meiner jetzt fünfjährigen Tochter begann ich, mich gezielt mehr und mehr mit der Waldorfpädagogik zu beschäftigen.

Nachdem ich 1999 bis 2000 das Waldorf-Seminar in Berlin-Kreuzberg besucht hatte, war die Errichtung der Eugen-Kolisko-Schule eine willkommene Gelegenheit, meine bislang gesammelten Erfahrungen an neue Herausforderungen zu knüpfen.

Wenn ich mich auch in nächster Zeit verstärkt meinem eigenen (zweiten) Nachwuchs widmen werde, so hoffe ich im Anschluss daran mit viel Freude die Kinder der Eugen-Kolisko-Schule wieder zu sehen.

Elena Wecker



GESUNDHEIT

Gesunde Menschen haben nach Maslow und Nefidow folgende gemeinsame Merkmale:

- * Sie besitzen eine bessere Wahrnehmung der Realität, die Fähigkeit, Menschen und Sachverhalte richtig zu beurteilen.
- * Sie können sich selbst, andere und die Natur akzeptieren.
- * Sie besitzen Natürlichkeit, Spontaneität und Einfachheit und lassen sich durch Konvention von wichtigen Aufgaben nicht abhalten.
- * Sie sind problemorientiert, nicht Ich-orientiert.
- * Sie haben ein Bedürfnis nach Privatheit, das heißt, sie können ohne Unbehagen einsam sein.
- * Sie sind autonom, aktiv und wachstumsorientiert.
- * Sie besitzen eine unverbrauchte Wertschätzung, grundlegende Lebensgüter werden mit Ehrfurcht, Freude, Staunen geschätzt.
- * Sie wurden von mystischen Erfahrungen geprägt.
- * Sie besitzen Gemeinschaftsgefühl, ein tiefes Gefühl der Identifikation, Sympathie und Zuneigung.
- * Sie können die Ich-Grenze überschreiten, haben intensive interpersonelle Beziehungen.
- * Sie haben eine demokratische Charakterstruktur und freundlichen Umgang mit Menschen, ungeachtet der Klasse, Rasse, Erziehung und des Glaubens.
- * Sie besitzen eine starke ethische Veranlagung, feste moralische Normen. Keine chronische Unsicherheit hinsichtlich des Unterschieds zwischen Richtig und Falsch.
- * Ihr Humor ist philosophisch, nicht feindselig, sie lachen nicht über feindselige, verletzende oder Überlegenheitswitze.
- * Gesunde Menschen sind ohne Ausnahme kreativ, sie leisten Widerstand gegen Anpassungsdruck.

- Maslow,A.:Motivation und Persönlichkeit

- Glöckler,M.: Spirituelle Ethik

-

Es könnten sich sehr interessante Gespräche ergeben, wenn wir diesen Erkenntnissen einmal nachgehen.

Eugen Kolisko, wer war er eigentlich ?

Es sind inzwischen, seit der Schulgründung, so viele neue Eltern dazu gekommen, dass ich über unseren Schutzpatron und Namensgeber ein paar Zeilen schreiben möchte:

Eugen Kolisko wurde am 21.März 1893 in Wien geboren. Sein Vater, Hofrat Dr. Alexander Kolisko (1857-1918) war Professor der pathologischen Anatomie an der Wiener Universität. Seine Mutter, Amalie Kolisko, geb. Freiin von Eschenburg, war Pianistin. Somit wuchs Eugen Kolisko in einer Umgebung auf, die geprägt war von der Wissenschaft und der Kunst. Daraus gestaltete sich später auf den Spuren Goethes das Lebensmotiv, "Wissenschaft und Kunst mit Ernst und Fleiß zu verbinden".

Im Jahr 1910 entschloss sich E. Kolisko Arzt und Naturwissenschaftler zu werden. Er war ein Mensch, der ein großes Wissen besaß und nie aufhörte nach allen Seiten hin offen zu sein und neues kennenzulernen.

Im Zusammenhang mit seiner Freundschaft zu Walter Johannes Stein traf Eugen Kolisko auf Rudolf Steiner und die Anthroposophie. Der erste Zyklus von Vorträgen, den er mitanhören konnte, war der über "Inneres Wesen des Menschen und Leben zwischen Tod und neuer Geburt". Diese Begegnung brachte die Wende in E.Koliskos Leben.

1920 wurde er von Rudolf Steiner an die Waldorfschule in Stuttgart gerufen. Er ging zusammen mit seiner Frau nach Stuttgart und wurde der erste Waldorf-Schularzt. Er sprach mit Rudolf Steiner über viele Kinder. Dadurch entstanden bestimmte Seiten des therapeutischen Wissens, die durch Kolisko ihre erste Interpretation erfuhren. Eugen Kolisko war gleichzeitig auch als Lehrer an der selben Schule tätig.

Von vielen Bereichen war ihm ein Bereich besonders wichtig: die künstlerische Therapie; dabei besonders die Musik und die Eurythmie als heilbringende Kraft. Er war einer der ersten, der die große Aufgabe der Heileurythmie erkannte und immer wieder darauf hinwies. Er begann, mit anderen Freunden zusammen, das Heil-Singen zu entwickeln und stellte in sehr bedeutenden Ausführungen die Gesetze der Musik im Zusammenhang mit der Menschenkunde dar.



Eugen Kolisko

Nach dem Tod von R.Steiner ging seine Arbeit weiter, er forschte, hielt eine große Anzahl von Vorträgen, bereiste Europa und versuchte, ein großer Anreger zu sein.

Mit Ita Wegman zusammen versuchte er das Leben der Medizinischen Sektion und deren Wirksamkeit zu erweitern.

Viele hielten ihn für schroff und unnahbar und manche auch für tyrannisch. Das Gegenteil ist wahr.

Rudolf Steiner sagte über E.Kolisko: "...so dass für mein Gefühl man ihm gegenübersteht als einer durch und durch wissenschaftlich überzeugend wirkenden Persönlichkeit.

Wenn ich von ihm so sprechen höre wie diesmal über freies Geistesleben, dann habe ich die Empfindung: der redet bis ins Herz hinein wahr; und in dieser Wahrheit lebt er sich restlos aus.

Am 29. November 1939 starb Eugen Kolisko einsam und allein in einem Zugabteil von London Richtung Wales.

Aus: Auf der Suche nach neuen Wahrheiten
Eugen Kolisko

Maike Reinhardt-Teidel

Präventivmedizinische Aspekte im Schulleben

Einleitung

Das Konzept der Eugen Kolisko Schule (freie Schule auf der Grundlage der Waldorfpädagogik in Havelhöhe) legt seinen Schwerpunkt auf präventivmedizinische Aspekte. Die Grundlage der Waldorfpädagogik ist eine ganzheitliche Betrachtungsweise des Menschen, der aus Leib, Seele und Geist besteht.

Während das Kind in den ersten Lebensjahren ganz mit dem Wachsen und dem Aufbau seiner Organe beschäftigt ist, so kann es ab der Schulzeit diese Wachstumskräfte allmählich freigeben und zum Erwerb höherer seelischer und geistiger Fähigkeiten einsetzen. Eine präventivmedizinisch ausgerichtete Pädagogik hat nun einerseits darauf zu achten, daß die Entwicklung dieser spezifisch menschlichen höheren Fähigkeiten - jeweils am Entwicklungsgang des Kindes abgelesen - zur richtigen Zeit erfolgt, d. h. nicht zu früh und nicht zu spät vonstatten geht, damit die leibliche und seelische Gesundheit des Kindes nicht gefährdet wird. Andererseits muß sie darüber Sorge tragen, daß das heranwachsende Kind eine umfassende Gesundheitserziehung erhält, d.h., daß es ein Bewußtsein dafür bekommt, was gesundheitsfördernde und was gesundheitsgefährdende Prozesse sind, daß es einen Sinn, d.h. eine Empfindung dafür entwickelt, wann sein gesundheitliches Wohlbefinden gefährdet und wodurch es gefördert wird und, daß es konkret in der Gesundheitspflege, d.h. in der Pflege der gesunden Lebensprozesse innerhalb und außerhalb des Menschen unterwiesen wird.

Gesundheit wird dabei durchaus in dem umfassenden Sinne verstanden, wie von der WHO (Weltgesundheitsorganisation) definiert, als Zustand vollkommenen körperlichen, seelischen, geistigen und sozialen Wohlbefindens. Dabei wird deutlich, daß man diese umfassende Art der Gesundheit nicht "haben" kann, sondern, daß Gesundheit ein labiles Gleichgewicht ist, das immer wieder errungen werden muß. Bewußtsein, Wahrnehmungsfähigkeit und konkrete Handlungsfähigkeit zu Erlangung dieses Gleichgewichtes will eine präventivmedizinische Pädagogik den heranreifenden Kindern und Jugendlichen vermitteln. Krankheit entsteht dann, wenn dieses Gleichgewicht so stark gestört ist, daß es nicht ohne weiteres wieder hergestellt werden kann. Krankheit hat also einen Sinn. Sie zeigt dem Menschen das gesundheitliche Ungleichgewicht und fordert ihn auf, das Gleichgewicht wieder herzustellen. Präventivmedizin will den Menschen nun instandsetzen, der Krankheit sozusagen zuvor zu kommen. Es geht um Prävention, um Vorbeugung.

Welchen Krankheitsprozessen sollte ein präventivmedizinisch-pädagogisches Konzept vor allem vorbeugen?

1. Konsum-Mißbrauch

- a) Alkoholismus: 92 % aller Jugendlichen zwischen 12 und 25 Jahren haben Erfahrung mit Alkohol gemacht, etwa 2 % aller Erwachsenen, das sind 1,5 bis 2 Mio. Menschen in Deutschland gelten als süchtige Alkoholiker, zusätzlich etwas 2,4 Mio. als Alkoholmißbrauch betreibende.
- b) Rauchen: 69 % aller 12 bis 25jährigen haben Erfahrung mit Zigaretten, 38 % dieser Altersgruppe sind feste Raucher. Bei den 15 bis 16jährigen sind es bereits 29 %, bei den 12 bis 13jährigen sind es 10 % feste Raucher, bei den 20jährigen dann 50 %!
- c) Drogen: 27 % aller 12 bis 25jährigen haben Kontakt zu illegalen Drogen. Drogensüchtig sind in Deutschland etwas 150 000 Jugendliche und junge Erwachsene.
- d) Medikamentenabhängigkeit: hier schätzt man nochmals etwa 1,5 Mio. Süchtige in Deutschland.

2. Seelische Erkrankungen

- a) 13 % aller Kinder und Jugendlichen gelten heute als psychisch krank, aber nur 5 % können adäquat versorgt werden!
- b) 30 % aller Kinder zeigen heute bei der Einschulung Verhaltensauffälligkeiten!

3. Körperliche Erkrankungen

Hier überwiegen vor allen Dingen die sog. Volksseuchen: Herz-Kreislauferkrankungen (immer noch häufigste Todesursache in den zivilisierten Ländern), Krebserkrankungen (zweit häufigste Todesursache), zunehmend, bald die Herz-Kreislauf-Erkrankungen überrundend), Allergien, die ebenfalls dramatisch zunehmen, jedes 3. Kind leidet heute unter einer Allergie, die Allergiehäufigkeit hat sich innerhalb einer Generation verdoppelt! Allein jedes 10. Kind leidet bereits an Asthma bronchiale!

Wenn wir auf unsere Kinder und Jugendlichen schauen, so leiden 50 % aller 12 bis 18jährigen unter erheblichen gesundheitlichen Störungen!

Nachdem wir uns nun gefragt haben: Prävention wovor? Stellt sich uns jetzt die Frage: Prävention wozu?

Da gibt es zunächst einmal ökonomische Gesichtspunkte. Seit Ende der 70iger/Anfang der 80iger Jahre wird zunehmend versucht, den Gedanken: Vorbeugen ist besser als Behandeln - praktisch in das Gesundheitssystem mit einzubeziehen. Dabei gesellte sich in den letzten 10 bis 15 Jahren auch der Gedanke hinzu, daß vorbeugen allemal billiger sei als behandeln.

Die unglaublichen Kosten, die Alkoholkonsum und Rauchen für das Gesundheitssystem und die soziale Gemeinschaft bedeuten, sei hier nur als Beispiel angefügt. Diese Überlegungen führten in den letzten 10 bis 20 Jahren zur Entwicklung grundlegender präventiver Ansätze. Ein zweiter wesentlicher Aspekt der Prävention ist der, daß Gesundheit zu mehr Lebenszufriedenheit und Freiheit führt, Lebenszufriedenheit wiederum wirkt präventiv, bzw. gesundheitsfördernd, so daß hier ein positiver Kreislauf entsteht. Ein gesunder Mensch ist im Vollbesitz seiner körperlichen, seelischen und geistigen Kräfte, kann aus diesen Kräften heraus selbst bestimmen, seine Lebensimpulse setzen und verfolgen. Krankheit bedeutet immer ein Stück Unfreiheit, in der Krankheit geht die Selbstbestimmung verloren. Vorbeugende Gesundheitserziehung will also die Persönlichkeit jedes einzelnen Menschen stärken und Selbstbestimmung möglich machen. Es geht darum agierender statt reagierender Mensch zu sein. Ziel einer präventivmedizinischen Pädagogik ist der gesunde, freie, kreative, selbstbestimmte Mensch.

Der dritte wesentliche Aspekt ist der, daß ein bewußter Umgang mit den gesunden Lebensprozessen die Grundlage schafft für die Entwicklung spiritueller Erkenntniskräfte. Hier spielt das hinein, was Rudolf Steiner mit dem Begriff des hygienischen Okkultismus bezeichnete: die Erkenntnis, dass die gesunden Lebensprozesse, die Erkenntniskräfte und die spirituellen Schulungskräfte aus der gleichen Wurzel gespeist werden, nämlich dem ätherischen Bildekräfteleib des Menschen. So ist das Ziel des präventivmedizinischen Ansatzes der Waldorfpädagogik auch, den Menschen in die Lage zu versetzen, aus Freiheit heraus einen gesunden spirituellen Erkenntnisweg zu bestreiten.

Verschiedene Wege der Prävention werden heute versucht. Einige für uns interessante Ansätze seien hier exemplarisch dargestellt. So betont die österreichische Jugendhilfberaterin, Frau Dr. phil. Eva-Maria Weibel: Ein ganz wesentlicher Ansatzpunkt für die sog. primäre Suchtprävention ist die Stärkung des Selbstwertes von Kindern und Jugendlichen... Kinder müssen Ja- und Neinsagen lernen und dies auch gegenüber Einflüssen anderer vertreten. d.h. Suchtprävention muß einerseits Beiträge zur Persönlichkeitsstärkung der Kinder und Jugendlichen leisten, andererseits deren Urteilsfähigkeit heranbilden. Da hierbei auch den Eltern eine wesentliche Funktion zukommt, plädiert Frau Weibel dazu, das Fach Kindererziehung in den Pflichtstundenbereich des schulischen Unterrichts mit aufzunehmen. Kindererziehung müßte heute regelrecht gelernt werden, dies sei am besten in den Schulen möglich.

In seinem Buch "Warum Huckleberry Finn nicht süchtig wurde" plädiert Eckhard Schiffer dafür, den gesunden Eigensinn der Kinder nicht zu schwächen, sondern zu

stärken. Dieser gesunde Eigensinn ist die Basis für alle Persönlichkeitsentwicklung. Er kann dann entstehen, wenn den Kindern immer wieder ausreichend Gelegenheit gegeben ist, in einem nicht in Frage gestellten sog. intermediären Erfahrungsbereich (künstlerische Entfaltung, religiöse Empfindung, spielerische Tätigkeit etc.), voraussetzungslos die eigenen Impulse erfahren zu können. Alles schöpferische Gestalten müsse daher vom Leistungsgedanken frei gehalten werden, dann können daraus ungestört Selbstbestimmung und Leistungsfreude für das spätere Leben entstehen.

Als eine der effektivsten Präventionsmaßnahmen wird heute allgemein das Impfen angesehen. So wird heute, beginnend im 3. Lebensmonat bis zum Abschluß des 1. Lebensjahres die Impfung gegen 9 verschiedene Infektionskrankheiten mit insges. 27 Impfdosen empfohlen. Die Impfempfehlungen werden regelmäßig erweitert und erstrecken sich zunehmend auch auf Erkrankungen, die früher als harmlos angesehen wurden, wie z. B. Windpocken. Durch entsprechende weltweite Impfprogramme sollen manche Erkrankungen wie z. B. Masern, Polio, Hepatitis B ausgerottet werden. Aber macht uns das generelle Impfen gesünder?

Verschiedene Untersuchungen legen den Schluß nahe, daß die Verdopplung der Allergierate und der Angsterkrankungen in den letzten 35 Jahren sowie auch die deutliche Zunahme der Krebserkrankungen offenbar in direktem Zusammenhang mit den vermehrten Impfanstrengungen stehen. So konnte gezeigt werden, daß an Masern Geimpfte deutlich häufiger an Allergie erkranken als solche Menschen, die Masern auf natürlichem Wege durchgemacht haben. Dies ist auch für die Hepatitis A belegt. Eine große Studie in Schweden konnte zeigen, daß Kinder, die unter einem anthroposophischen Lebensstil groß werden, signifikant weniger Allergien aufweisen als andere Kinder. Seit langem ist auch bekannt, daß fieberhafte Infekte und das Durchmachen fieberhafter Kinderkrankheiten im Kindesalter vor der Ausbildung von Krebserkrankungen im späteren Alter schützen. Aus der Psychoimmunologie wissen wir, daß sich das Immunsystem bei Angsterkrankungen ähnlich verhält wie bei Allergien, nämlich überwiegend mit der Ausbildung von Antikörpern reagiert, was in der Regel ohne Temperaturerhöhung und ohne erkennbare Entzündungserscheinungen einhergeht. Dabei unterliegt die sog. zelluläre Immunität, die in der Regel für fieberhafte Entzündungsabläufe verantwortlich ist. Eine ähnliche Situation liegt auch bei der Krebserkrankung vor. Die Beeinflussung des Immunsystems durch Impfungen senkt zwar die Gefahr möglicher Komplikationen durch Infektionserkrankungen, fördert aber ganz offensichtlich die Ausbildung von Allergien, Angsterkrankungen, Krebserkrankungen!

Zahlreiche Studien belegen den Nutzen einer umfassenden Krebsprävention. Als Beispiel seien die wissenschaftlich belegten Empfehlungen zur Vorbeugung von Brustkrebs stichpunktartig aufgeführt: Prävention beginnt im Kindesalter, mehrmals Gemüse und Obst pro Tag (im Kindesalter werden 5 Mahlzeiten mit frischem Obst oder Gemüse empfohlen), reichlich Ballaststoffe in der Nahrung, ideales Körpergewicht halten. (BMI 20 bis 25), Vermeidung von tierischen Fetten (besser ungesättigte pflanzliche Fette oder Fischöl), rotes Fleisch nur in Maßen und geeigneter Zubereitung, keine Zusätze von Vitaminen oder Spurenelementen durch beispielsweise Tabletteneinnahmen, ausreichend körperliche Aktivität, kein Alkohol oder zumindest diesen nur in Maßen.

Unter dem allgemeinen Kostendruck im Gesundheitssystem entdecken nun auch die Krankenkassen die Schulen als den Ort, wo präventive Maßnahmen erfolgversprechend angelegt werden können. In der Beschreibung des Modellprojektes "Gesundheitsfördernde Schule" heißt es in der Einleitung: Die Schule eignet sich insbes. für Zielgruppen orientierte Maßnahmen der Primärprävention. In der Schule werden Kinder und Jugendliche in einer Altersstufe erreicht, in der bestimmte negative Verhaltensweisen noch nicht aufgetreten bzw. noch nicht stark ausgeprägt sind. Demzufolge sind bei diesen Zielgruppen die Erfolgschancen für ein entsprechendes Empowerment größer als z. B. bei Erwachsenen mit langjährig eingefahrenem Fehlverhalten." Später heißt es: "Für die gesetzliche Krankenversicherung muss es darum gehen, im Setting gesundheitsfördernde Schule für alle Betroffenen erkennbar, Gesundheit zu fördern, Gesundheitsbelastungen abzubauen und Gesundheitsressourcen zu erschließen. Dies läßt sich durch Initiativen auf folgenden Zielebenen verwirklichen:

1. Durch die Gestaltung der Gebäude, Spielflächen, Schulmahlzeiten, Sicherheitsmaßnahmen usw. ein gesundheitsförderndes Arbeits- und Lernumfeld zu schaffen.
2. Das gesundheitliche Verantwortungsbewußtsein des einzelnen, der Familie und der Gemeinschaft zu fördern.
3. Zur gesunden Lebensweise anhalten und Lernenden wie Lehrenden realistische und attraktive Gesundheitsalternativen bieten.
4. Es allen Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen ihr physisches, psychisches und soziales Potential auszuschöpfen und ihre Selbstachtung zu fördern.
5. Für die Förderung von Gesundheit und Sicherheit der gesamten Schulgemeinschaft klare Ziele stecken.
6. Gute Beziehungen zwischen Lehrenden und Lernenden sowie unter den Schülerinnen und Schülern selbst sowie eine gute Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus und Ortsgemeinde schaffen.

7. Verfügbarkeit von Gemeinderessourcen zur Unterstützung der praktischen Gesundheitsförderung ausloten.

8. Mit einer die Lernenden aktiv einzubeziehenden Didaktik ein kohärentes Currikulum für die Gesundheitserziehung planen.

9. Den Lernenden das Wissen und die Fähigkeiten mit auf den Weg geben, die sie brauchen, um vernünftige Entscheidungen über ihre persönliche Gesundheit und die Erhaltung und die Verbesserung einer sicheren und gesunden physischen Welt treffen zu können.

10. Die schulische Gesundheitspflege im breiten Sinne als Bildungsressourcen zu begreifen, die den Schülerinnen und Schülern dazu verhelfen kann, sich zu effektiven Nutzern der Gesundheitsversorgung zu entwickeln.

Diese Gesichtspunkte einer Gesundheitsförderung in der Schule sind in der Waldorfpädagogik seit ihrer Entstehung - seit über 80 Jahren - ein wesentlicher Bestandteil. Durch die Aufnahme des Arztes Eugen Kolisko in das Kollegium der ersten Waldorfschule wurde von Rudolf Steiner dieser präventivmedizinische Anspruch der Waldorfpädagogik nach außen deutlich sichtbar demonstriert.

Weiter oben hatten wir bereits betrachtet, daß Gesundheit kein statischer Zustand ist, den man hat oder nicht hat, sondern daß Gesundheit ein sensibles Gleichgewicht ist, das wir unter den verschiedenen physischen, seelischen, geistigen und sozialen inneren und äußeren Gegebenheiten ständig neu erringen müssen. Seit Ende der 60iger und Anfang der 70iger Jahre wird daher unter Wissenschaftlern nicht nur die Frage gestellt, wie entsteht Krankheit (Pathogenese), sondern anfangs zaghaft und nun immer deutlicher die Frage, welches sind die Bedingungen, unter denen Gesundheit immer wieder neu entstehen kann. Hierzu entwickelte in den 70iger und 80iger Jahren Aron Antonowski ein umfassendes Konzept und prägte den Begriff der Salutogenese (Gesundheitsentstehung).

Das Modell der Salutogenese nach Antonowski geht davon aus, daß der menschliche Organismus immer wieder in Gefahr ist, die ihm innewohnende Ordnung zu verlieren und damit krank zu werden. Das stellt dann die Frage, wo im Menschen die heilsamen Ressourcen liegen können, die die Gesundungsfähigkeit bewirken. Kernkonstrukt des Modells ist - sehr verkürzt gesagt -, dass der Gesundheits- bzw. Krankheitszustand eines Menschen von der Grundhaltung des Menschen gegenüber der Welt bzw. seinem eigenen Leben abhängt. Hier prägte Antonowski den Begriff des Kohärenzgefühles, des Gefühles von Stimmigkeit. Je stärker dieses Gefühl ist, umso stärker sind die Fähigkeiten zur Gesundung. (Fortsetzung folgt)

Dr. Christoph Meinecke

Präventivmedizinische News

Liebe Leser,

als Schularzt der Eugen Kolisko Schule sind mir alle Maßnahmen und Methoden wichtig, die die Gesundheit unserer Kinder wahren und stärken können und schwere Krankheit und Fehlentwicklung im späteren Leben vermeiden helfen. Deshalb sammle ich Neuigkeiten aus Wissenschaft und Gesellschaft, die präventivmedizinische Bedeutung auch für uns und unsere Kinder haben. Diese gesammelten Hinweise möchten wir in Zukunft in einer entsprechenden Rubrik in unserer Schulzeitschrift Ihnen allen zugänglich machen. In der Regel bemühe ich mich dabei, sie mit einem Kommentar aus Sicht des Schularztes zu versehen. Ich wünsche Ihnen viel Freude und Interesse beim Lesen. Ich freue mich auch über jeden ähnlichen Fund, den Sie in der Laien- und Fachpresse zu diesem Thema machen. Bitte lassen Sie uns dann die entsprechenden Stellen zukommen. Mit herzlichen Grüßen, Ihr Christoph Meinecke

11.03.02

Was brauchen Kinder für eine gesunde Entwicklung? Diese Frage stellt die Alliance for Childhood auf ihrer aktuellen Homepage (www.allianceforchildhood.de, mal reinschauen wer kann, lohnt sich!).

Die Antworten lauten:

- Mehr Zeit von den Eltern (dies war bei wissenschaftlichen Befragungen die häufigste Antwort von Kindern auf die Frage, was sie sich am sehnlichsten wünschen!)
- Mehr menschliche Wärme
- Mehr menschliche Begegnung
- Mehr Gespräch und Gemeinsamkeit (bereits Kleinkinder hören heute im Schnitt nur noch 10 - 12 Minuten "Live-Sprache" von Erwachsenen!)
- Mehr körperliche Bewegung
- Mehr echte Sinneserlebnisse

Kommentar: *All diese Aussagen sind heute wissenschaftlich untermauert. (z.B. Deutsches Ärzteblatt vom 1. März 2002, S. B 441: dort wird berichtet, dass eine gesunde kindliche Wirbelsäule die zeitlich begrenzte Gewichtsbelastung durch einen Schulrucksack ohne Schaden toleriert. "Allerdings beobachten die Sportmediziner bei vielen Kindern einen durch Bewegungsmangel unzureichend trainierten Haltungs- und Bewegungsapparat - eine Folge fehlender Möglichkeiten zu freiem Spiel und Sport sowie falschem Freizeitverhalten (exzessives Fernsehen und Computerspiele") !! Medien-berieselung und virtuelle Welt stellen Sinnes-täuschungen dar. Die echte Stimulierung aller Sinnesbereiche ist Voraussetzung für seelische (d.h. auch verhaltensmäßige) und körperliche gesunde Entwicklung unserer Kinder! Ein Viertel aller Schlafstörungen bei Kindern sind auf "zu langen und*

unselektionierten Fernsehkonsum" zurückzuführen (Quelle: "Tag des Schlafes" Dt. Ges. für Schlafforschung und Schlafmedizin)! Liebe Eltern: Schule allein kann nicht alles bewirken. Auch wenn wir es nicht wahr haben wollen: Fernsehen und Computer schaden unseren Kindern! Helfen Sie mit, dass sich Ihre Kinder gesund entwickeln können. 1 - 2 Stunden Fernsehen oder Computer pro Woche reichen völlig aus, um "den Anschluss" nicht zu verlieren - und sind sicherlich noch nicht all zu schädlich. Obwohl nicht bewiesen ist, dass auch kleine Medienmengen unschädlich sind ...

14.03.02

Das Gehirn entwickelt sich insbesondere in den ersten 20 Lebensjahren, ein bisschen auch noch darüber hinaus, unter dem Einfluss des Sinnes- und Seelenlebens ständig neu und wird entsprechend der Wahrnehmungseinflüsse ständig neu strukturiert!. (Hirnforscher G.Huther, Göttingen, Tagesspiegel online vom 30.03.2001) Ryuta Kawashima (Japan) beschreibt in einem Interview mit "Bild der Wissenschaft online" nun interessanterweise, dass beim Computerspielen nur Hirnbereiche angesprochen werden, die mit Sehen und Bewegung in Zusammenhang stehen, während schon das Lösen einer einfachen Rechenaufgabe frontale Hirnbereiche stimuliert, die mit Gefühl, Selbstkontrolle, Lernen und Gedächtnis in Verbindung gebracht werden. So sieht der japanische Wissenschaftler "die Gefahr einer Unterentwicklung dieses Gehirnbereiches durch übermäßiges Computerspielen: Je mehr bei Kindern die Ausbildung dieser Gehirnregion gefördert wird, desto besser wird auch seine Fähigkeit zur Selbstkontrolle - einer der höchsten moralischen Eigenschaften des Ich - sein. Computerspiele fördern diese Art von Gehirnentwicklung nicht. Daher könnten sie laut Kawashima zum Entstehen einer eher gewaltbereiten Generation beitragen, die Schwierigkeiten hat, unsoziale Elemente ihres Verhaltens zu kontrollieren." (David Auerbach in *Das Goetheanum* 11/2002)

Kommentar: *erübrigt sich, s. auch oben.*

24.03.02

40 000 Menschen sterben in Deutschland jährlich an den Folgen von Alkohol! Nach Auskunft des größten Sucht-Selbsthilfverbandes in Deutschland (Der Kreuzbund) sind rund eine halbe Million Kinder und Jugendliche in Deutschland alkoholgefährdet oder bereits alkoholkrank! Je früher der erste Alkoholkonsum stattfindet, desto höher sei das Risiko einer Alkoholabhängigkeit. Der Kinder- und Jugendpsychiater H. Remschmidt, Marburg betont, dass Risikoverhalten (Ausbildung ungeeigneter Konfliktstrategien: Aggressivität, Impulsivität, Suche nach verstärkenden Prozessen) bereits im Kindergarten

festgestellt werden und dass Eltern und Erzieher natürlich eine wesentliche Vorbildfunktion haben. Dabei "ist nachgewiesen, dass junge Menschen umso eher bereit sind, eine weitere Substanz auszuprobieren, wenn sie mit einer anderen bereits Erfahrungen gesammelt haben. Dieser Lernprozess beginnt in der Regel mit dem Rauchen, welches die Wahrscheinlichkeit für intensiven Alkoholkonsum erhöht. Alkohol wiederum erhöht die Wahrscheinlichkeit, illegale Drogen einzunehmen. Von daher dürfte eine wichtige Strategie der primären Prävention des Alkoholismus sein, das Rauchen zu bekämpfen." (Quellen: Dt. Ärzteblatt, 12, 22.3.02, S.B653 und Spiegel Online 2002)

Kommentar: Wehret den Anfängen! Das Vorbild zählt, auch und gerade im Zigarettenkonsum liegt die Wiege jeglichen Substanzmissbrauches. Dabei geht es nicht um eine gelegentliche Genuss-Zigarette, sondern um das Bild, das wir vor unseren Kindern abgeben, wenn wir zur Bewältigung von Stress oder gar des täglichen Lebens die Zigarette, den Tabak, den Nikotin brauchen. Substanz tritt anstelle Ich-Kraft. Der Verlust dieser Ich-Kraft macht unseren Kindern und Jugendlichen immer mehr zu schaffen und begründet den wachsenden Substanzmissbrauch, auch den Drogenkonsum! Wir wollen dem Rauchen an unserer Schule konsequent begegnen und bitten eindringlich, auf dem Schulgelände und bei schuli-schen Veranstaltungen nicht zu rauchen!

24.03.02

Anlässlich des Krebskongresses in Berlin wurde erneut darauf hingewiesen, dass bereits im Kindesalter durch fünf mal täglich Essen von Obst und Gemüse eindeutig der Krebsentstehung vorgebeugt werden kann! "Insbesondere beim Gemüsekonsum nimmt Deutschland im europäischen Vergleich einen hinteren Platz ein. Während in Italien jährlich 202 kg Gemüse pro Person verzehrt werden, sind es hierzulande nur 90,3 kg."

Kommentar: Zusätzlich muss betont werden, dass der Nährstoff-, Vitamin- und Mineraliengehalt des konventionellen Obstes und Gemüses heute nur noch bis zu 1/3 dessen beträgt, was es vor Einführung von Kunstdünger, Pestiziden und landwirtschaftlicher Industrialisierung hatte! Deshalb tun Sie viel für die zukünftige Gesundheit Ihrer Kinder, wenn Sie [neben der Waldorfpädagogik ...] regelmäßig (5 mal täglich) frisches, rohes Obst und Gemüse aus biologischem bzw. biologisch-dynamischem Anbau reichen. Vitamin-präparate haben hingegen keinen präventiven Effekt auf Krebsentstehung!

Eine große Bitte des Schularztes: geben Sie Ihren Kindern bitte entsprechend gesundheitsfördernde Pausenverpflegung mit! Süßigkeiten haben darin nur in seltenen Ausnahmefällen (Geburtstag oder ähnliches) etwas zu suchen. Aber auf gar keinen Fall regelmäßig! Auch keine Milchschnitten usw.! Diese Kunstprodukte sind neben Zucker und oft Konservierungsmitteln alle mit Aromastoffen versetzt und verderben den

Geschmack unserer Kinder. Sie können nicht mehr erkennen, was ihnen gut tut und lehnen dann Obst und Gemüse oft ab! Dazu darf es gar nicht erst kommen.

07.04.2002

Weltweit bewegen sich 80 % der Erwachsenen zu wenig! 2 Millionen sterben deswegen pro Jahr verfrüht! 40 Prozent aller Schulkinder leiden an Haltungsschwächen. Die Hälfte aller Rückenschmerzen wird durch Bewegungsmangel verursacht! Die Präsidentin der Sächsischen Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Christine Weber beklagt, dass "schon Kinder lieber vor dem Computer sitzen als sich im Freien zu betätigen". (Quelle: Spiegel Online 2002)

Kommentar: erstens wird deutlich, dass wir Erwachsenen davon ausgehen müssen, dass wir eine enorme Vorbildfunktion für unsere Kinder haben und also an uns selber arbeiten müssen. Zweitens ist die tägliche Bewegung an der freien Luft für unsere Kinder aus präventiv-medizinischen Gesichtspunkten absolut notwendig. Dabei ist es günstig, wenn die Kinder bereits auf dem Schulweg in körperliche Bewegung kommen. Richten Sie den Schulweg Ihrer Kinder deswegen möglichst so ein, dass sie regelmäßig eine Strecke zu laufen oder mit dem Rad zu fahren haben. Das Kutschieren von Tür zu Tür vertut diese präventive Möglichkeit und führt außerdem zur Verwöhnung unserer Kinder. Aus gewaltpräventiven Überlegungen heraus sollte versucht werden regelmäßige und verlässliche Schulweggemeinschaften zu bilden, damit ein Kind möglichst nicht alleine unterwegs sein muss

12.05.2002

"Passivrauchen mindert Intelligenz von Kindern" Diese Schlagzeile von Spiegel Online (<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch>) zielt einen Bericht über eine Studie aus Cincinnati/Ohio in den USA. An 4399 untersuchten Kindern wurde nachgewiesen, dass schon bei einem elterlichen Zigarettenkonsum von weniger als 20 pro Tag der Intelligenzquotient der Kinder aufgrund passiven Mitrauchens um 2 Punkte niedriger liegt.

Kommentar: in dieser Studie wird erneut eindrucksvoll demonstriert, dass Nikotin ein Nervengift ist und die Reifung und Ausdifferenzierung des Nervensystems beeinträchtigen kann. Dieser Umstand wird noch deutlicher, wenn man den Effekt des Rauchens während der Schwangerschaft anschaut: es kommt zu einer hochsignifikanten Zunahme von Entwicklungsstörungen der Kinder, besonders ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitäts-Syndrom), Lernbehinderung, autistische Verhaltensstörung.

In diesem Zusammenhang ist noch eine andere Studie interessant: ebenfalls in den USA wurde an 5000 Schülern festgestellt, dass ihr Rauchverhalten stark davon abhängt, wie viele rauchende Filmschauspieler (genauer: wie viele "Rauchereignisse") die Schüler in

Kino oder Fernsehen gesehen haben. Dabei wurde auch deutlich, dass in Film und Fernsehen mehr rauchende Menschen gezeigt werden, als im normalen Leben üblich sind! Der Vorbildeffekt von idolisierten Schauspielern ist allgemein bekannt. Auch darin könnte also ein Grund liegen, warum sich in Deutschland in den vergangenen 5 Jahren die Anzahl der rauchenden 12-14-Jährigen verdreifacht hat! (Quelle: Psychologie heute; Heft 5, Mai 2002, S. 16)

Noch ein kurzer Kommentar zu dem Artikel "Ohne Glotze geht's nicht. Die Wissenschaft bricht mit einem Tabu: Kinder müssen fernsehen, um kompetent groß zu werden. Das TV-Programm als sozialer Faktor", in Focus Nr. 12/2002. Buddemeier, anerkannter Medienforscher und Waldorfpädagoge, spricht treffender Weise bezüglich des journalistischen Stiles der Zeitschrift "Focus" von "Infotainment". Es geht vorwiegend um Unterhaltung, die beim Publikum ankommt. Diese wird mit Information gespickt, die als "wissenschaftlich" deklariert wird, dieses aber überhaupt nicht ist. Ich möchte anregen, diesen Artikel nicht nur von der Überschrift zu bewerten, sondern ihn durchzulesen. Er enthält nicht eine einzige wissenschaftliche Aussage über die Folgen von Fernsehen oder Nicht-Fernsehen! Die eindeutigen wissenschaftlichen Untersuchungen über die Wertevermittlung und Vorbildfunktion, über die physiologischen und psychologischen Wirkungen des Fernsehens werden ignoriert. Stattdessen wird die landläufige Meinung vom sinnvollen Umgang mit dem Medium, der erübt werden müsse, gebetmühlenartig wiederholt. Wer kontrolliert den richtigen Umgang? Wer sorgt für die richtige, sozialisierende, persönlichkeitsfördernde Wertevermittlung? Zweifelsohne gibt es auch gute Sendungen im Fernsehen. Aber werden nur die angeschaut? Focus gibt selbst zu, dass schon die Vorschulkinde nur zu 60 Prozent ausgewiesene Kinderprogramme anschauen, bei den 10-13-Jährigen sind es nur noch 25%. Der Rest schaut Sendungen, die nicht für Kinder bestimmt sind! Wo gibt es die Kindersitze fürs Fernsehen, die die Unfallfolgen verhüten und in jedem Auto vorgeschrieben sind? Dr. Christoph Meinecke

Pressemitteilung des Bundes der Freien Waldorfschulen zu Kinderschutzimpfungen

In jüngster Zeit waren einzelne Waldorfschulen mit der epidemischen Verbreitung von Kinderkrankheiten und Impfboykotten in Verbindung gebracht worden. Der Bund der Freien Waldorfschulen erklärt dazu:

- Es obliegt ausschließlich der Verantwortung der Eltern, ob und wogegen sie ihr Kind impfen lassen. Ihre Entscheidung ist zu achten, die Eltern dürfen dabei nicht unter Druck gesetzt oder deswegen diskriminiert werden.

- Jedes Kind muss individuell betrachtet werden. Wir wenden uns daher ausdrücklich gegen breite Impfboykotte. Wir setzen uns aber auch ausdrücklich von Kampagnen ab, die über die Verängstigung der Eltern zu schnellen Impfentscheidungen führen sollen.

- Zum Menschenbild der Waldorfpädagogik gehört es, die leibliche, seelische und geistige Entwicklung der Kinder zu berücksichtigen. Diese ganzheitliche Auffassung führt auch zu einem besonderen Verständnis von Kinderkrankheiten. Wir werten sie nicht in erster Linie als mit allen Mitteln zu verhindernde Störungen. Vielmehr sehen wir Kinderkrankheiten und ihr ärztlich begleitetes Durchstehen und Überwinden in gewissem Rahmen als einen Beitrag zur Stärkung der Widerstands- und Entwicklungskräfte des Kindes an. Die Ergebnisse einer großen wissenschaftlichen Studie in Schweden an zwei Waldorfschulen bekräftigen diese Überzeugung.

- Wir sind uns bewusst, dass die breite Einführung von Impfungen zu einer Veränderung, möglicherweise auch zu einer Verschlimmerung von Krankheitsverläufen bei Ungeimpften führen kann. Diese Menschen erkranken u. U. später beispielsweise an Masern und sind daher eher in der Gefahr, Komplikationen zu entwickeln. Gerade impfkritische Eltern sollten von Ärzten über diesen Zusammenhang aufgeklärt werden.

- Kommt es bei Schulkindern zu Infektionskrankheiten, schreibt das neue Infektionsschutzgesetz den Schulen konkrete Maßnahmen vor. Selbstverständlich sehen sich Waldorfschulen an diese Vorschriften gebunden.

- Für problematisch halten wir es jedoch, wenn die in Deutschland nicht vorhandene Impfpflicht und eine eventuelle impfkritische Haltung der Eltern durch behördliche Vorschriften in einen indirekten Impfwang verwandelt wird. Dies ist zum Beispiel dann gegeben, wenn im Infektionsfall sogar gesunde Schüler die Schule nur besuchen dürfen, wenn sie sich einer Impfung unterzogen haben, obwohl bereits durch Isolierung der Betroffenen und der möglichen Betroffenen Epidemien eingedämmt werden können. Hier besteht, über das bestehende Impfschutzgesetz hinaus, weiterer Beratungsbedarf.

Der Bund der Freien Waldorfschulen ist befremdet, dass Waldorfschulen als Zentren epidemischer Kinderkrankheiten diskriminiert werden sollen. Wir befürworten eine tabufreie und abwägende Diskussion um gesundheitsschädigende und entwicklungsfördernde Wirkungen von Kinderkrankheiten und sind jederzeit bereit, daran konstruktiv mitzuwirken.

Abdruck mit freundlicher Genehmigung vom 'Bund der Freien Waldorfschulen', Stuttgart

Buchtipps zum Thema finden Sie auf Seite 14

BUCHTIPPS

THEMA GESUNDHEIT	
Antonovsky WAS ERHÄLT MENSCHEN GESUND ?	Antonovskys Modell der Salutogenese - Diskussionsstand und Stellenwert. Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, Band 6, Köln 1998 Internet: http://www.bzga.de
Wolfgang Goebel SCHUTZIMPFUNGEN SELBST VERANTWORTET. GRUNDLAGEN FÜR EIGENE ENTSCHEIDUNGEN	Sachbuch, das im Spannungsfeld zwischen Impfpropaganda und -gegnerschaft sachliche Aufklärung leisten, Aufklärungslücken schließen und die Entscheidungsebenen erweitern will.
Wolfgang Goebel/Michaela Glöckler KINDERSPRECHSTUNDE	Klassiker, der in keinem Elternhaus fehlen sollte: Ein medizinisch-pädagogischer Ratgeber (Erkrankungen, Bedingungen gesunder Entwicklung)
Michaela Glöckler ELTERNSPRECHSTUNDE	Umfassender Ratgeber zu Fragen der Erziehung, Entwicklungsstufen, Schicksalsfragen, Alleinerziehende, Unruhe, Angst, Aggressivität
Eckhard Schiffer WARUM HUCKLEBERRY FINN NICHT SÜCHTIG WURDE	Anstiftung gegen Sucht und Selbstzerstörung bei Kindern und Jugendlichen. Beltz Taschenbuch 1999
Opp, Fingerle, Freytag (Hrsg.) WAS KINDER STÄRKT	Erziehung zwischen Risiko und Resilienz. Reinhardt 1999

Hefte :

in der Reihe "Beiträge für eine bewußte Lebensführung in Gesundheit und Krankheit" sind erschienen beim 'Verein für anthroposophisches Heilwesen e.V.', 75378 Bad Liebenzell :

Heft 148: **Krankheit als Schicksal** Was hat meine Krankheit mit mir zu tun ?

Heft 164: **Was ernährt unsere Kinder ?** Von Nähr-Stoffen und Lebens-Mitteln

THEMA REISEN Durch eine gute Vorbereitung auf die Ferienreise, kann man sich feinfühlig machen für das Besondere einer Landschaft und ihrer Bewohner. Hierzu zwei Bücher:

Herbert Hahn VOM GENIUS EUROPAS	Völker und Länder, die man gut zu kennen glaubt, zeigen plötzlich, mit seinen Augen gesehen, ganz neue Nuancen ihres Charakters.
MITTELEUROPA	Landschaften, Völker, Kulturen; hier erhalten wir Einblicke in einzelne Regionen Deutschlands von der See bis zu den Alpen u.in Nachbarstaaten.

-Anzeige-

Jetzt auch am Kladower Damm 221
im Eingangsbereich des
Gemeinschaftskrankenhauses Havelhöhe

**Kunsthandwerk
& Bücher**

Kunsthandwerk
Holzspielzeug – Spiele – Waldorfpuppen
Kunstkarten – Drucke – Bilderrahmen
Steine – Keramik – Malen – Basteln
Eurythmiestäbe und -kugeln

Musikinstrumente

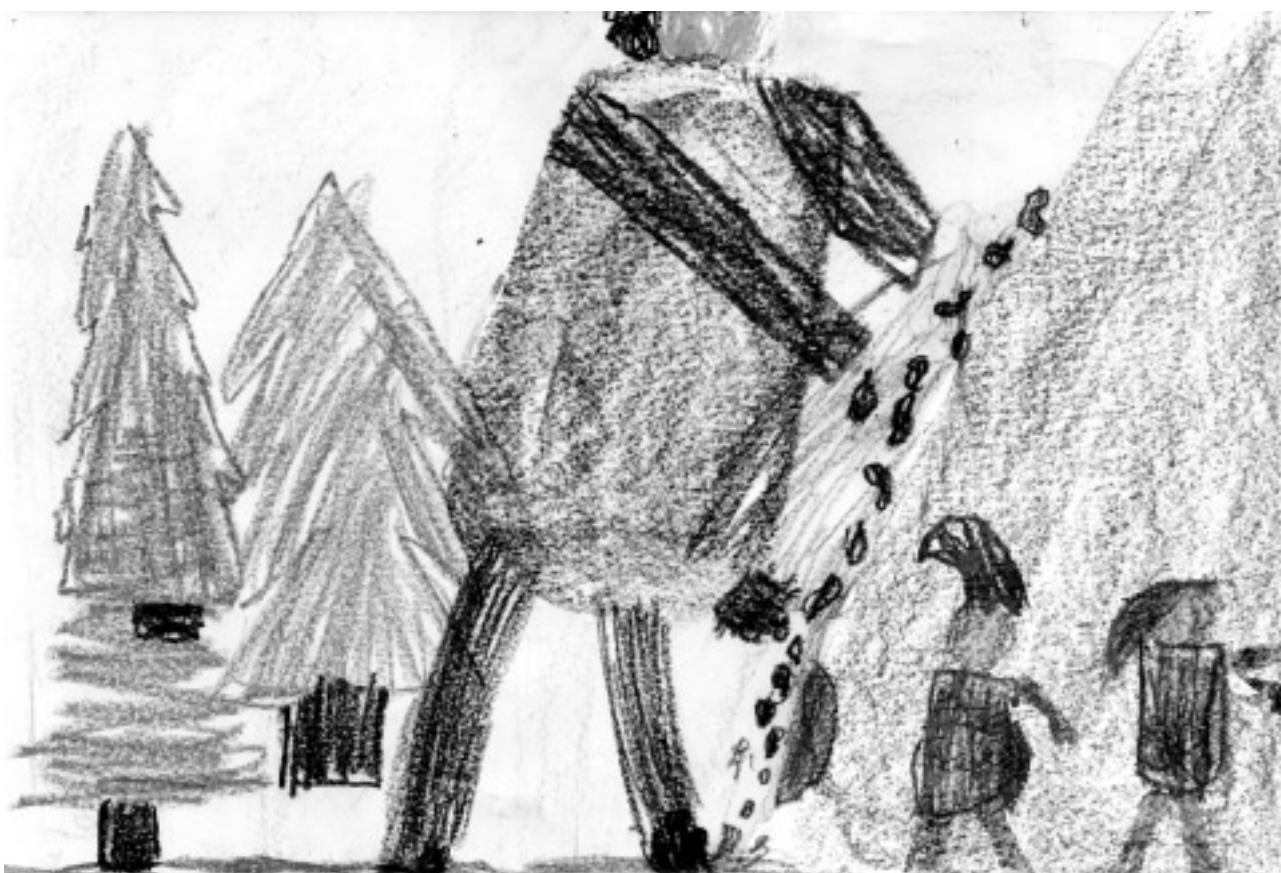
Flöte – Kantele – Leier – Psalter – Harfe
Xylophon – Bandoneon – Triangel – Trommel
Klangspiel – Glockenspiel – Spieluhr – u. a.

Fachbuchhandlung

Anthroposophie und Waldorfpädagogik
Kinder- und Jugendbuch – Kunstbände
Ankauf gebrauchter Bücher und Instrumente

Deitmerstraße 9A · 12163 Berlin (Steglitz)
U9 Schloßstraße – **S1** Rathaus Steglitz
Telefon 030 - 791 40 81

Mo – Fr 10 – 13 Uhr, 14 – 19 Uhr
Sa 10 – 14 (16) Uhr



Katharina Grah, 1.Klasse

Klumpedump und Schníckeschnack
gehen auf die Reise,
Schleichen mit dem Sílbersack
Auf den Zehen leise.
Denn es wohnt in diesem Wald,
Ach, der Ríese Ungestalt!

Tapst und grapst mit grober Hand
Nach Gestrüpp und Wurzeln,
Rüttelt an der Bergeswand,
Daß die Steine purzeln.
Sucht mit Krach und Knick und Knack
Klumpedump und Schníckeschnack!

Klumpedump und Schníckeschnack
Stehen vor dem Berge,
Rasch hineín mit Sack und Pack
Schlüpfen unsre Zwerge.
Und der Ríese mit Gebrumm
Sucht im ganzen Wald herum,

Mit Gehumpel und Gebrumm
Wandert er von dannen,
Reißt die Nase, schaut nicht um,
Stapft durch schwarze Tannen. -
Sicher sind mit ihrem Sack
Klumpedump und Schníckeschnack

...

- - -

Vom Abschluss des Schultages in der 1. Klasse

Wie in der letzten Ausgabe berichtet, findet seit den Osterferien in allen Klassen der Schule ein gestalteter Abschluss statt. In der ersten Klasse steht dafür an vier Tagen in der Woche eine halbe Stunde Zeit zur Verfügung, an einem Tag sind es aus Raum-organisatorischen-Gründen nur zehn Minuten.

Gegenwärtig haben wir für diese Zeit folgendes Ritual gefunden: In unserem Raum stellen die Kinder meist ihre Stühle auf die Tische und setzen sich darauf. Eine neue Perspektive, eine andere Ebene für dieses besondere Gespräch entsteht so. Auch das Stillsitzen nach dem langen Schultag fällt in der luftigen Höhe leichter. Manchmal sitzen wir auch wie morgens auf dem Boden im Kreis oder wir sind in anderen Klassen, dann sitzen wir im Stuhlkreis. Da das Hinauf- und Hinunterklettern lange dauert, gibt es einen Boten (oder eine Botin), der den Erzählstein dem nächsten Kind bringt. Da der Bote den Auftrag vom Vorredner flüsternd empfängt, ist immer wieder eine gespannte Stille in der Klasse. Oft gelingt so ein gut zehn minütiges Sich-mitteilen, was heute schön und was schwer war.

Immer wieder staune ich, wie viele Meldungen es gibt, wie wichtig es für viele Kinder ist, mir zu sagen, wie der Schultag für sie war. Selbst wenn ich aus Zeitnot bitte, nur das Wichtigste, das was nur heute so war, zu sagen, gibt es immer viele Meldungen. Dabei gibt es allgemeinere oder konkretere Aussagen. So zum Beispiel die Handarbeit, ich habe fünf Maschen geschafft, das Flöten, ein Spiel im Russischunterricht, der Hauptunterricht, die Pause, das Seilspringen und so weiter waren schön, lassen ein gutes Fundament entstehen, so dass über das Schwere gesprochen werden kann, ohne das eine meckerige, schlechte Stimmung entsteht. Schwer war zum Beispiel, in der Pause einen toten Vogel gefunden zu haben, bei einem Spiel nicht ausgewählt worden zu sein, eine Form zu malen, das Rechnen, eine Stunde in der es laut war oder ein Konflikt in der Pause. Dabei nehme ich auch wahr, dass die Kinder nicht alles, was sie bedrückte äußern. Es gehört Mut dazu eine persönliche Schwierigkeit vor der Klasse zu benennen. Für mich sind die Äußerungen der Kinder trotzdem wichtige Anhaltspunkte, das richtige Anforderungsniveau für die Klasse zu finden, sie besser kennenzulernen und die Entwicklung des Sozialgeschehens besser verfolgen zu können. Für die zuhörenden Kinder sind diese Gespräche manchmal

eine Geduldsprobe. Es will gelernt sein, anderen zuzuhören und mit ihnen mitzufühlen. Manche zeigen hier schon große soziale Reife, für andere ist es ein Übungsfeld.

Musste ich früher in aller Eile zwischen Pause und Fachunterrichtsbeginn Streitigkeiten schlichten, so erfahre ich nun beim Reinkommen, dass es etwas Schweres für den Abschluss gibt, aber die Kinder gehen ruhig in den Fachunterricht. Alles hat seine Zeit und seinen Platz. Nachher, im Abschluss hat sich manche Woge geglättet und es wird zum Teil recht sachlich berichtet. Auch sich anbahnende Konflikte werden dort zum Teil schon deutlich und lassen sich mit wenigen Worten entschärfen. Je nach Anlass folgt auf die Schüleräußerung ein kurzes Gespräch was das nächste mal beachtet werden muss, damit es nicht so schwer wird, ein aufmunternd mitfühlendes Wort oder eine ausführlichere Klärung. Hier brauchen wir dann unseren goldenen Stuhl. Nur wer auf ihm sitzt, darf zu dem Thema etwas sagen. So erhalten die Konfliktteilnehmer und Beobachter eine der empfundenen Aufregung angemessene Beachtung. Zum Glück brauchen wir den goldenen Stuhl nur sehr selten.

Ist der Rückblick beendet, erzähle ich das Märchen. Manchmal dürfen die Kinder dafür einen Platz zum Zuhören frei im Raum wählen. Viele legen sich dafür hin, einige am liebsten unter einen Tisch. Fast immer gelingt es, das Märchen vollständig zu erzählen. Beim ersten Mal sind die Kinder voll erregter Spannung. Beim zweiten Mal ist ein wohliges Genießen der aufregenden Stellen zu spüren. Je nach Situation erzähle ich das Märchen auch ein drittes Mal. Nun ist es ein alter Bekannter, der begrüßt wird. Deutlich ist dann die Erleichterung, wenn am Tag darauf eine neue Geschichte kommt.

Erlaubt es die Zeit, so geben wir uns danach die Hände und ein Kind darf einen Händedruck losschicken. Stumm wandert er durch die Klasse und verbindet uns alle noch einmal. Nun folgt das Abschlusslied und die gemeinsame Verabschiedung, dann gebe ich jedem Kind die Hand, verabschiede es persönlich und richte an einzelne noch ein persönliches Wort. Keine "Altlasten" müssen so zum neuen Schultag mit hinüber genommen werden. Mit dem Gefühl eines runden Tages gehe ich nach Hause.

Angela Fischer

Unsere Tiere

Emma und Rama haben im März ihre Lämmer bekommen. Ende April haben Emil, Anton und Nelli erstaunt zugeschaut, wie ihren Müttern die Wolle von den Kindern des Vereins geschoren wurde. Dazu haben wir pro Schaf 2-3 Stunden gebraucht. Das Ergebnis war durchschlagend, selbst die Lämmer haben ihre eigenen Mütter nicht wiedererkannt. Nun Ende Mai werden sie ein neues Zuhause beziehen. Emil und Nelli werden von den Hortkindern im Waldorfhort Mitte aufgenommen und Anton wird unserem letztjährigen Lamm im Schützenhof Gesellschaft leisten.

Derweilen hat endlich die Weidesaison begonnen und die Tiere genießen das satte Grün, wenn die Hortkinder sie nach der Schule auf die Weide führen.

Bei unseren Tieren im Hort ist ein Todesfall zu beklagen. Unser gutmütiger Hase wurde von einem Fuchs erwischt und versepest. Nun ist der Käfig leer. Der Löwenzahn und das Gras, welches wir für ihn auf dem Schulweg pflückten, hat endlich eine Chance zu wachsen. Aber wenn wir unseren Hühnerstall fertig gestellt haben und der Zaun fuchssicher gezogen ist, werden wir dem Grün wieder zuleibe rücken und den Hühnern etwas vom Schulweg mitbringen können. Bis dahin sind wir beschäftigt mit allerhand Vorbereitungen. Auch wenn in diesem Jahr das Kälbchen nicht kommen wird, so ist der Stallbau, dank der vielen fleißigen Hände der Jugendlichen von Par-ce-val schon gut gediehen.

Wer sich mit um die Erweiterung der Tierhaltung kümmern möchte ist herzlich zu unserem Tierpflegekreis am Donnerstag, den 20.6. um 20:00 Uhr im Hort eingeladen. Wir werden einen Jahresrückblick machen und alle Belange des Hühner-, Kuh- und Schweinestallbaus durchgehen. Wir werden natürlich auch über die Spenden und Sponsorensuche reden. Es sei denn, bis dahin haben sich Personen gefunden die uns für 60 m2 Dach Bitumen Dachpappe und Voranstrich besorgen können, 10 m Dachrinne, 3 Wasserdichte Leuchten für den Stall Innenbereich und 2 Baustrahler, sowie für den Zaun am Stall Pfosten, Draht und Elektrozubehör. Ganz nebenbei suchen wir auch einen Schweinefuttertrog.

Finanzielle Spenden können nur bescheinigt werden, wenn sie als zweckgebundene Spende, also in unserem Fall unter "Tierhaltung", deklariert werden.

Bank für Soziales BLZ 100 205 00 KTO 33 98 301

Elke Krupka

Fortsetzung der "tierischen" Gedanken:

Das Pferd in der Medizin

Die **Hippotherapie** entspricht der medizinischen Anwendung des Pferdes im Sinne einer besonderen krankengymnastischen Behandlungsmaßnahme, die ärztlich verordnet und überwacht wird. Sie ist Bestandteil und Ergänzung eines speziellen krankengymnastischen Behandlungskonzeptes. Dabei werden unter Einsatz, besonders ausgebildeter Pferde, bei bestimmten Erkrankungen und Schädigungen des Zentralnervensystems, sowie des Stütz- und Bewegungsapparates, Effekte und Wirkungen erzielt, die mit herkömmlichen krankengymnastischen Behandlungsmethoden nicht erreicht werden können, dabei spielt die dreidimensionale Bewegung des Pferdes und die Körperwärme eine ausschlaggebende Rolle.



Das Pferd in der Pädagogik, Psychologie und Psychiatrie

Heilpädagogisches Voltigieren und Reiten stellen Maßnahmen dar, die zunehmend in der Pädagogik, Psychologie und in bestimmten Bereichen der Psychiatrie Eingang gefunden haben. Sie sind geeignet, behinderten Kindern und Jugendlichen, in der Psychotherapie und bei manchen psychiatrischen Erkrankungen positive Verhaltensänderungen einzuleiten oder zu unterstützen. Wegen seiner besonderen Eigenschaften als kreatürliches Wesen vermag man mit Hilfe des Pferdes, bei sachgemäßem Einsatz, häufig bessere Erfolge erzielen als mit den herkömmlichen Methoden.

(Entnommen einer Broschüre des deutschen Kuratorium für Therapeutisches Reiten e.V.)

Reitpädagogik wird neu entdeckt. Früher wurde in jeder besseren Schule Reiten als Schulsport angeboten. Selbst Marineoffiziere mussten die hohe Kunst des Reitens erlernen. Am Savignyplatz im Tatarensaal war eine solche Reithalle. Die Offiziere erlernten durch dieses Training Fairness und Führungsqualitäten. Heute kann man die Vorzüge wissenschaftlich beweisen und so wird wieder Reiten in manchen Schulen angeboten. In Berlin gehört die Grundschule am Sandsteinweg in Mariendorf dazu. Diese Schule hält Pferde und andere Tiere direkt auf dem Schulgelände. Besucher sind willkommen. Ich kann eine Besichtigung nur empfehlen.

Die positiven Aspekte der Reitpädagogik kann man wie folgt aufzählen:

Reiten fördert die Motorik, den Ausgleich der Muskelspannung, die Koordination und betätigt alle Sinne.

Wer selbstständig reitet, muss mindestens 5 Dinge gleichzeitig bewältigen. 1. auf einem beweglichen Objekt sich ausbalancieren. 2. den Weg wissen, 3. wissen was man machen muss um etwas zu erreichen z.B. mit der Hand die richtigen Bewegungen ausführen um dem Tier seinen eigenen Wunsch mitzuteilen, 4. je nach Situation Bein, Becken oder Stimme anwenden. Das spannende daran ist vor allem, daß das Lebewesen nicht immer vorhersehbar reagiert und einem ständig herausfordert auf neue Situationen einzugehen und entsprechen zu reagieren. Das kann das "beste" Computerspiel nicht!



Der Umgang mit Tieren fördert Verantwortungsbewusstsein, Mitgefühl, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen. Wer ist nicht etwas stolz, wenn einem ein Tier folgt, das 10 mal so schwer ist wie man selbst?! Auch muss man seiner selbst bewusst sein um nonverbal jemanden seine Wünsche erfolgreich zu vermitteln. Dies erfordert große Selbstdisziplin und Körperwahrnehmung. Solch eine

Wahrnehmungsverfeinerung der Körpersprache lehrt Gesten zu deuten und sich wortlosen Anforderungen zu stellen, eine Basis für jedes reibungslose mitmenschliche Miteinander.

Der Umgang mit Tieren hilft u.a. hyperaktiven Kindern, Legasthenikern und rechenschwachen Kindern. Cholerikern hilft es ihre Gewaltbereitschaft zu zügeln.

In der *Pferdeherde* erlebt das Kind ein Sozialgefüge ähnlich dem des Menschen. Alle Tiere reagieren unmittelbar und authentisch auf die Körpersprache des Einzelnen. Die Devise "Mentales schafft Reales" kann ich hier immer wieder deutlich erleben. Es genügt, wenn man in Gegenwart eines Pferdes oder Hundes denkt das man es nicht schafft das Tier zu führen, dann wird das Tier auch nicht folgen. Die Kinder werden mit sich selbst konfrontiert und wachsen über sich selbst hinaus. Sie arbeiten unbewusst an sich selbst. Deswegen ist mir nicht nur das Reiten als solches für die Kinder wichtig, auch die freie Zeit für Beobachtungen und Arbeit bei den Tieren gehört dazu. In unserem Fall pflegen Hort-Schul- und Krankenhauskinder die Tiere. Das sind sinnvolle Tätigkeiten bei denen die Kinder direkt Ursache und Wirkung ihrer Arbeit (vom Füttern bis zum Mistentsorgen) erleben. Dabei kann jede Altersgruppe angesprochen werden.

Kleinkinder	beobachten, anfassen
Kindergartenkind	werden geführt, können sich in die Bewegung einfühlen
Hort/Schulkinder	selber machen, reiten, führen, arbeiten
Schulkind	Rechenaufgaben, Geschäftsbrief, Biologie

Wir streben eine noch größere *Artenvielfalt* an, um die Andersartigkeit der einzelnen Tiergruppen erlebbar zu machen und für jeden Charakter einen Ansprechpartner zu haben. Zarte Mädchen sind mit einem Kaninchen zufrieden, kleine Raudis stoßen sich am liebsten die Hörner mit einem Ziegenbock ab.

Anhand unserer *Schafherde* z. B. kann das Kind eine gesunde Familie im Zeitraffer erleben. Von der Geburt eines Lammes bis zur Geschlechtsreife sind nur 5 Monate. In dieser Zeit kümmern sich die Angehörigen fürsorglich um ihre Nachkommen. Dies zu beobachten kann den Kindern Sicherheit geben.

Elke Krupka

Als wir George geschoren haben

Gestern, als wir nach dem Haupt-
unterricht zum Kindergarten
gegangen sind, um George zu scheren,
ist, nachdem wir schon ungefähr
die Hälfte geschoren hatten, was schon
lange genug gedauert hat, George
ausgerissen und durch die Gegend
geflitzt, mit einem Schwanz aus
Wolle, der zweieinhalb mal so
lang war wie er selbst und den
Baška und Belu so erschrocken
hat, dass sie wie wild durch das
Gehege galoppiert sind und
auch noch die Schale aufgeschreckt
haben. Das war ein Kuddelmuddel.

Später, als George fertig geschoren
war und aufgestanden ist, war
es als ob er sich schämte und
verkröch sich in eine Ecke.

Marian, 4. Klasse

Erfahrungen mit den Zeugnissprüchen

Zum Textzeugnis erhalten die SchülerInnen vom ersten bis siebenten Schuljahr vom Klassenlehrer einen Spruch, der sie das Jahr hindurch begleitet. Aus meiner jahrzehntelangen Erfahrung möchte ich einiges davon berichten.

Was bedeutet es für die Kinder, einen Zeugnisspruch zu bekommen? Wie wird er gemacht?

Wie kann man mit ihm arbeiten? Der Spruch hat ein Bild zum Inhalt, Buchstaben, Laute und Rhythmen. Jedes dieser Elemente hat seine Bedeutung und spezifische pädagogische Wirkung, die man in dem Büchlein von Heinz Müller "Von der heilenden Kraft des Wortes und der Rhythmen" genauer nachlesen kann ginge.

Wie versuche ich nun, einen Spruch zu dichten oder zu finden?

Aus dem Zusammenleben mit dem Kinde ersteht in mir ein Bild von den Stärken und Schwächen des Kindes, von seiner individuellen Art des Denkens, Fühlens und Handelns. Diesem Bild gehe ich in liebevoller Weise behutsam innerlich nach und versuche es in Versform auszudrücken.

Da für mich das Schreiben des Zeugnisses und das Dichten so sehr verschiedene Arbeitsweisen sind werden in den Osterferien die Sprüche gedichtet und in den Pfingstferien die Zeugnisse entworfen. Danach vergleiche ich beide, ob sie sich in der Kernaussage decken; meistens ergibt sich in den wesentlichen Punkten eine Übereinstimmung. Für die Eltern ist der Lernbericht, der die Stärken des Kindes schildert und die Bereiche, auf die man künftig besonders achten müsste und für das Kind ist der Spruch, der auf liebevolle und oft auf humorige Art und Weise ihm helfen will Kräfte zu entwickeln, um Begabungen zu verstärken, um zu ermutigen oder zu harmonisieren usw. Sollte es sich zeigen, das mir zu Ostern ein anderer Aspekt wichtig gewesen war als jetzt zu Pfingsten, so mache ich einen neuen Spruch.

Das ganze nächste Schuljahr über ist genügend Zeit, mit dem Kinde an seinem Spruch zu arbeiten, was mit einer gewissen Leichtigkeit, mit Humor und Lachen geschehen sollte und eine Art Entdeckungsreise werden kann. In der Arbeit am Spruch durchlaufen wir folgende Fasen: Es beginnt mit der Textbeherrschung und dem Textverständnis, danach geht es um die deutliche Aussprache und das intensive Lauschen ins Wort hinein und schließlich bemühen wir uns um den besonderen Ausdruck der Seelenstimmung, damit Gedanke, Bild und Gefühl angemessen vor uns stehen und richtig intoniert werden. Während des Übens

erweitert sich der Spruch, er vertieft sich durch Gespräche mit der Klasse und so wächst das Kind mit seinem Spruch immer mehr zusammen, so dass es ihn gerne aufsagt.

Durch die intensive Arbeit hat die Sprache eine lebensstärkende, haltgebende, strukturierende, harmonisierende und aufweckende Wirkung. Oft habe ich den Sprachgestalter gebeten, am Morgen mit dabei zu sein, um uns zu beraten und auch mit einzelnen Kindern zu arbeiten. Die Klasse war immer hell begeistert, wenn danach der Spruch wunderbar erklang.

Die Sprüche können ein großes Arbeitsfeld sein. Wenn ich sie mache, habe ich auch die ganze Klasse im Blick. Die Kinder lernen natürlich viele Sprüche der MitschülerInnen nebenbei mit. Dabei ist es interessant, wer lernt wessen Spruch? Deshalb steht immer die Frage im Hintergrund, was für diese Klasse, die auch eine Art Individualität ist, gut wäre, was sie als Gruppe mit auf den Weg bekommen sollte?

Wie entstehen die Sprüche? - Ich konzentriere mich auf das Kind und versuche abzuspielen, wie sein Temperament ist, wie der Wille sich äußert, ob es ängstlich ist, wie es mit den Gefühlen umgeht, wie es mit seinen Formkräften bestellt ist und so ließen sich noch viele Gesichtspunkte anführen. Jetzt entsteht innerlich entweder ein Bild, ein Klang, eine Farbe oder ein Rhythmus, dem ich nachgehe und woraus der Spruch sich formt. Manchmal trifft man in der Literatur auf ein passendes Motiv oder einen Spruch, der einen inspiriert.

Wie lässt sich mit den Kindern an den Versen arbeiten? - Manche Lehrer halten sich an die Wochentage der Geburt, an denen sie den Spruch aufsagen lassen, ich habe es nie getan, es hätte mich zu sehr eingegrenzt; nur in der zweiten Klasse habe ich mich an bestimmte Tage gehalten, an denen das Kind wusste, das es dran war, weil mir der Wochenrhythmus wichtig war. Später arbeitete ich unter sehr verschiedenen Aspekten, von denen einige hier angeführt werden: Es kann sein, dass ich ein Kind seinen Vers jeden Tag aufsagen lasse, bis es den Text, den Rhythmus oder ein Wort sicher beherrscht. Das ist aufweckend und erfüllt alle mit Freude, wenn es schließlich gelungen ist. Dabei ist es wichtig, dass alle in der Klasse immer gut zuhören. Beim Aufsagen steht das Kind nicht unbedingt vor der Klasse, es gibt viele Plätze von denen aus gesprochen werden kann, sogar von draußen.

Wenn ein Kind oder die Eltern gar keine Beziehung zu dem Spruch entwickeln konnten und Widerwillen hat-

ten, was selten vorkam, dann machte ich kurzerhand einen neuen Vers, mit dem sich das Kind verbinden konnte: es hat immer positiv gewirkt.

Für die Arbeit mit dem Kinde am Spruch braucht es viel Fantasie, um das Interesse zu erhalten und um ihm weiterzuhelfen. Einem Mädchen, dass beim Aufsagen nicht recht anwesend war und das zu schnell sprach, war es eine Hilfe, als sie zu bestimmten Worten schreiten musste und bei anderen stehen zu bleiben hatte, bald blieb sie nicht mehr stecken und es konnte an der Intonation gearbeitet werden. - Ein anderes Kind durfte auf einem Rollbrett stehend sprechen, dabei das Gleichgewicht suchend, wodurch eine innere Ruhe entstand. - Manchmal achte ich beim Üben nur auf ein Wort, eine Endung, eine Zeile, eine Wortart usw. An manchen Tagen darf jedes Kind seinen Spruch vortragen oder in immer neuen Gruppierungen zusammenstehen. Dann wieder wird am Inhalt gearbeitet, an den Empfindungen oder ich frage, wer heute gerne vorsprechen möchte; die Kinder dürfen raten, wer dran ist, indem ich den Rhythmus des Spruches klatsche usw. Wenn ein Kind z.B. mehr Wachheit entwickeln soll, muss es einige Wörter anders betonen lernen; das ist eine Änderung von Gewohnheiten, welches u.a. auch die Lebenskräfte des Menschen stärkt.

In der Arbeit mit den Zeugnisprüchen war immer wieder zu erleben, dass die meisten SchülerInnen ihre Sprüche sehr mögen und manchmal erzählte ein Schüler Jahre später, wie ein Vers in Krisenzeiten erinnert wurde und Kraft gab.

Für die höheren Klassen habe ich die Sprüche nur selten selber gemacht, sondern habe, je nach dem Themenschwerpunkt, Weisheitssprüche aus den Weltkulturen genommen, die uns einen großen, weiten Umkreis eröffnen konnten.

Abschließend ist aus meiner Erfahrung festzustellen, dass die Zeugnisprüchen eine geniale Ergänzung des Zeugnisses sind, das in erster Linie für die Eltern geschrieben wurde und welche ihrem Kinde die relevanten Aussagen des Textzeugnisses mündlich vortragen sollten. Der SPRUCH dagegen richtet sich unmittelbar an das Kind, er ist SEIN ZEUGNIS !

Weil an dem Spruch das ganze Jahr hindurch in der oben beschriebenen Weise gearbeitet wird, ist das Zeugnis in seiner Essenz immer präsent, jedoch nicht als moralischer Zeigefinger, sondern, wenn es gelingt, als "Arbeit im Gewande der Freude".

Horst Hellmann

Kinder lernen was sie lieben :

Wenn ein Kind mit Kritik lebt, lernt es zu verurteilen.

Wenn ein Kind mit Feindseligkeit lebt, lernt es zu streiten.

Wenn ein Kind mit Spott lebt, lernt es scheu zu sein.

Wenn ein Kind mit Beschämung lebt, lernt es sich schuldig zu fühlen.

Wenn ein Kind mit Toleranz lebt, lernt es geduldig zu sein.

Wenn ein Kind mit Ermutigung lebt, lernt es Selbstsicherheit.

Wenn ein Kind mit Lob lebt, lernt es dankbar zu sein.

Wenn ein Kind mit Fairness lebt, lernt es Gerechtigkeit.

Wenn ein Kind mit Sicherheit lebt, lernt es zu vertrauen.

Wenn ein Kind mit Zustimmung lebt, lernt es sich selbst zu mögen.

Wenn ein Kind mit Annahme und Freundschaft lebt, lernt es Liebe in der Welt zu finden.

Dorothy Law Holte

Waldorfpädagogik in einem buddhistischen Land

Bericht aus Bangkok

In Bangkok gibt es jetzt zwei Schulen, "Panyotai" und "Tridhaksa", die sich nach dem anthroposophischen Menschenbild ausrichten. "Tridhaksa" bedeutet: Die Philosophie der drei Fähigkeiten des Menschen gemäß der Lehre Buddhas. Danach hat die Erziehung drei Aspekte zu beachten: Sila - die Glieder und das Tun, Samadhi - in der Seele Balance und Gelassenheit, Punya - Lernen und sich entwickelnd Weisheit erlangen. Die Waldorfpädagogik war für die Menschen, die seit 1996 intensiv nach einer besseren Pädagogik suchten, die ideale Erziehungsrichtung. Es wurde intensiv Anthroposophie gearbeitet und im Jahre 2000 waren die ersten Lehrer ausgebildet und es wurde gegründet. Ein Gebäude stand bereit und jetzt gibt es in vier Kindergarten-Gruppen und in zwei Klassen 94 Kinder. Es arbeiten hier 12 Lehrerinnen und Assistenten, die an Seminaren im Ausland bzw. durch Kurse in Bangkok ihre Ausbildung erhalten.

Ein solcher Kurs war der Anlass meines Aufenthaltes über Ostern in Thailand. Eine Woche arbeiteten 20 Lehrerinnen ganztägig an menschenkundlichen Themen und machten Übungen zur goetheanistischen Naturerkenntnis. Wir sangen, plastizierten, malten, machten Sprachgestaltung und sozialkünstlerische Übungen, wodurch die Lernprozesse erleb-

bar werden konnten. Es waren dort Sommerferien und alle hielten sich gerne in der "Kälte-Insel" des Schulhauses auf, draußen blühten die Pflanzen in aller Pracht.

In der zweiten Woche gab ich in dem "Baan Rak"-Kindergarten einen Kurs mit 22 Teilnehmerinnen über Engelhierarchien und Elementarwesen und die vier Ätherarten.

Die Waldorfpädagogik findet zunehmend Verbreitung in Thailand. An der Uni "Chulalongkorn" werden Kurse zur Pädagogik Rudolf Steiners abgehalten, wie gerade Ende April, die landesweit bekannt gegeben werden.

Es gibt viel zu wenig ausgebildete und kompetente Waldorflehrer. Fachlehrer für Englisch, Musik, Eurythmie, Handarbeit, Kindergärtnerinnen, auch Kunsttherapeuten für die Projekte im Lande werden gesucht. Englisch sprechende Kollegen im Freijahr oder pensionierte Waldorflehrer und Kindergärtnerinnen könnten beratend, begleitend und lehrend tätig werden. Das Flugticket würde bezahlt werden und für Kost und Logis ist gesorgt. Der direkte Kontakt per e-mail lautet: tridhaksaschool@yahoo.com

Horst Hellmann

ART & TIK Handel mit Naturprodukten Sabine Waldner

Ich führe bekannte
ökologische Produkte
wie:

- Sonnenleder
- Ostheimer
- Stockmar
- Schöllner / Holzspielzeug
- Pappnase / Zirkusartikel
- Kallisto / Kuscheltiere
- Edle Seidentücher
- Edelstein- und Silberschmuck

Rund um die Einschulung

Sonnenleder Schulanzen

kleine Geschenke für die Schultüte

Seepromenade 52
14612 Falkensee

Tel.: 03322 / 20 30 30
Fax.: 03322 / 40 09 43

Di, Do 9-12 h
Fr 9-12 h, 14-18 h
und fast immer nach tel.
Vereinbarung

Dies und Das

Suche 3 Zímmberwohnung ab Julí 2002

Für mich, meinen Sohn (6J) und unseren Kater

- * vorzugsweise Kladow, Gatow und Umgebung
- * mit Garten/-nutzung
- * in Fahrradnähe zur Schule (bis 20min)
- * wir sind sehr an kinderfreundlicher Nachbarschaft bzw. Hausgemeinschaft interessiert

I.Schweitzer, 030 - 65 49 85 96
0173 - 8744553

Schulbíbliothek

Für die Schüler und für die Lehrer wollen wir eine Schulbibliothek aufbauen.

Wer kann beim Aufbau fachkundig helfen ?

Für den Handwerkerunter-richt benötigen wir **Werkbänke**. Wer kann eine Werkbank spenden?

Für das neue Schulgebäude brauchen wir noch **Spülen**. Wer hat eine übrig ?

SCHULCHOR

für Eltern und Schüler

Liebe Eltern , liebe Schüler,

jeden

Samstag
um 11:00 Uhr bis 12:15 Uhr

trifft sich der Schulchor

im Saal des Kindergartens.

Die erste halbe Stunde singen die Kinder mit - in der verbleibenden Viertelstunde arbeiten die Erwachsenen an komplexeren Stücken. Da das Erscheinen bisher recht unregelmäßig war, möchten wir hiermit nochmal alle Eltern und Schüler einladen, regelmäßig am Chorsingen mitzuwirken.

Anzeige

natürlich gesund leben

Reformhaus Kladow

Kladower Damm 366

14089 Berlin

Tel. 365 65 20, Fax 365 35 66

Energiewunder für rote Bäckchen!



Rotbäckchen

Der erste Energydrink
der Nation!

98% Fruchtsaft und 2% Honig



Rotbäckchen:

Die Energiespender für Schule, Sport und Spiel

Rotbäckchen Rot:

mit Eisen II-Zusatz, Vitamin C,
Trauben- und Fruchtzucker.

Rotbäckchen Mineral-Gold:

Viele Vitamine und Mineralien.
Der Multivitaminsaft mit dem Geschmack,
wie ihn Kinder und Jugendliche mögen.

Rabenhorst

Natur tut gut!

Termine der Eugen Kolisko Schule

Feste Termine		
Initiativkreis	jeden 1. Montag im Monat	20:00 Uhr im Saal des Kindergartens
Verwaltungskreis	jeden 2.Dienstag jeden 4.Donnerstag mit dem Kollegium	20:00 Uhr im Saal des Kindergartens 20:00 Uhr in der Schule
Bastelkreis	jeden Montag	8:00 - 12:00 Uhr im Kindergarten Rückfragen: C.Beran 030 / 364 301 99
Schulchor	jeden Samstag	11:00 - ca.12:15 Uhr im Kindergarten (die erste halbe Stunde mit Kindern)

Aktuelle Termine (siehe auch 'Die LITFAßSÄULE' und aktuell im Internet: havel.waldorf.net)			
Mo 17.06.	16:00	Seminar für Waldorfpädagogik St. Petersburg Das Theater-Studio spielt : Jemelja oder Auf des Knechts Geheiß (ein russisches Märchen)	Waldorfkindergarten Havelhöhe Kladower Damm 221 14089 Berlin
Mi 26.06.	20:00	Vortrag: Den Umgang mit dem Computer lernen gehört zur Ausbildung und zur Vorbereitung auf die Arbeitswelt. mit Horst Hellmann	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 331 14089 Berlin
Sa 29.06.	15:00 - 18:00	Sommerfest von Schule und Kindergarten	Waldorfkindergarten Havelhöhe Kladower Damm 221 14089 Berlin
So 30.06.	10:00	Auszug aus dem Ella Kay Heim ?	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 331 14089 Berlin
Sa 17.08.	10:00	Einzug ins DED als "Family Event"	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 299 ! 14089 Berlin
Mo 19.08.	8:00	Erster Schultag 2002/2003	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 299 14089 Berlin
Sa 24.08.	10:00	Einschulung der neuen 1.Klasse	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 299 14089 Berlin
Mi 4.09.	20:00	Vortrag: Grundlagen der Waldorfpädagogik (eine Einführung) mit Horst Hellmann	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 299 14089 Berlin
Sa 28.9.	10:00	Monatsfeier (die erste im neuen Schulgebäude)	Eugen Kolisko Schule Kladower Damm 299 14089 Berlin

Eugen Kolisko Schule - Freie Schule Havelhöhe auf der Grundlage der Waldorfpädagogik

Kladower Damm 331
14089 Berlin

Sekretariat : 030 - 364 308 66
Fax : 030 - 368 044 99

Email : havel@waldorf.net
Internet : http://havel.waldorf.net

Berlin im Juni 2002

AUFRUF ZUR MITHILFE

Liebe Freunde der Eugen Kolisko Schule,

unsere Schule hat nun bald das zweite Schuljahr hinter sich, doch stehen wir weiterhin vor einer riesengroßen Aufgabe:

Wir müssen am finanziellen Fundament der Schule weiter bauen!

Die zugesagten Stiftungsgelder und die Finanzierung über Elternbeiträge und Elternleihgemeinschaften decken nicht die Betriebskosten für das notwendige Schulfundament. Die bestehende Deckungslücke wäre am besten durch sogenannte "Leihgemeinschaften" über die GLS-Bank Bochum zu schließen.

Bitte überdenken Sie, ob Ihnen eine Hilfe möglich ist. Vielleicht können Sie oder Verwandte/Freunde von Ihnen für 5 Jahre z. B. einen Betrag zwischen 25,- und 40,-EURO/Monat in eine "Leihgemeinschaft" für die Schule geben. Wir könnten diese Schenkung dann jetzt sofort in voller Höhe für den Schulhaushalt verwenden.

Wenn Sie noch Menschen kennen, die sich für die Eugen Kolisko Schule in dieser Weise einsetzen möchten, dann bitten wir Sie um Weitergabe dieses Schreibens. Gerne senden wir unser Schulkonzept den zukünftigen Förderern zu.

Wir benötigen in der nächsten Zeit dringend Spenden. Jeder Betrag hilft. Wenn Sie dazu in der Lage sind, senden Sie bitte den umseitigen Brief per Post oder Fax an uns zurück.

Im Namen der Schülerinnen und Schüler,

Für die Geschäftsleitung
Christian Grah

Für das Lehrerkollegium
H. Hellmann

Schularzt
Dr. Chr. Meinecke

Für den Vorstand
Uwe Mangold

Absender:
.....

An die
Eugen Kolisko Schule
Kladower Damm 221
14089 Berlin

Fax: 030/368 044 99
Tel.: 030/364 308 66

Spendenkonto: Eugen Kolisko Schule
GLS-Bank Hamburg
BLZ 430 609 67
KTO 45 45 04 04

AUFRUF ZUR MITHILFE
Schreiben vom März 2002

- ☐ Ich möchte die Eugen Kolisko Schule mit einer Leihgemeinschaft unterstützen. Bitte senden Sie mir entsprechende Unterlagen zu.
- ☐ Ich kann 5 Jahre 25,- €/Monat zusagen.
- ☐ Ich kann 5 Jahre 40,- €/Monat zusagen.
- ☐ Ich überweise eine einmalige Spende auf Ihr oben angegebenes Konto in Höhe von € und wünsche dafür eine/keine* Spendenbescheinigung
- ☐ Ich möchte die Eugen Kolisko Schule regelmäßig unterstützen und ermächtige Sie monatlich/halbjährlich/jährlich* per Bankeinzug von meinem unten genannten Konto einen Betrag in Höhe von € einzuziehen.

Name:

Adresse:
.....

Telefon/Fax:

Email:

Konto:

Datum Unterschrift

* Nichtzutreffendes bitte streichen

Organe der Verwaltungskonferenz der Schule	Kontaktpersonen	Telefon / Fax / Email
Geschäftsführung der Schule	Christian Grah Angela McCutcheon Uwe Schulze Horst Hellmann Christoph Oertel Di Donato	030/ 365 20 37 030/ 861 30 54 030/ 368 030 10 030/ 364 306 75 030/ 364 308 07
Sekretariat Schule	Rosemarie Kusche	030/364 308 66 Fax: 030/ 368 044 99 Email: havel@waldorf.net
Lehrer der Schule	Horst Hellmann Monika Di Donato Angela Fischer Elena Wecker Ingrid Schweitzer Sabine Müller Dr. Christoph Meinecke	030/ 364 306 75 030/ 364 308 07 030/ 813 11 55 030/ 77 22 1 66 030/ 654 98 596 030/ 362 865 73 030/ 368 042 40
Schularzt		
Für die AG Öffentlichkeit/Politik/ Internet/Plakate/Presse/Schulzeitung	Christoph Oertel Di Donato	030/ 364 308 07 Email: oertel@waldorf.net
Für den Festkreis	Sabine Müller	030/ 362 865 73
Leihgemeinschaften/ Ansprechpartner	Lutz Mallonek Helga Freisleben Birgit Ziegler	030/ 331 46 47 030/ 368 030 76 03322 / 24 04 55
Fundraising	Kathrin Brodzinska Michael Scholz	030/ 35138118 030/ 367 05 688
Für den Immobilienkreis	Uwe Mangold	03322 / 239 29 29 1

Vereinsorgane		
Vorstand	Rainer Weinert Uwe Mangold Natasja Sibila	030/ 364 304 53 03322 / 239 29 29 1 030/ 367 05 688
Sekretariat Kindergarten	Monika Ternes-Beck	030/ 368 044 97 Fax: 030/ 364 044 99 mail@verein-havelhoehe.de
Verantwortlich Hort	Nadine Struve Friedhelm Anders	030/ 365 01 224
Arbeit mit unseren Tieren	Elke Krupka	030/ 362 84 463
Geschäftsführung Kindergarten	Martina Kern / Carola Beran	030/ 368 044 97

Die Mitarbeit in allen Vereinsorganen ist sehr erwünscht !

IMPRESSUM

Herausgeber: **Eugen Kolisko Schule**
Freie Schule Havelhöhe auf der
Grundlage der Waldorfpädagogik

Kladower Damm 331
14089 Berlin

Tel. : 030 / 364 308 66

Fax : 030 / 368 044 99

Email : havel@waldorf.net

Web : <http://havel.waldorf.net>

Bankverbindung:

Spendenkonto: Eugen Kolisko Schule

GLS-Bank Hamburg

BLZ 430 609 67

KTO 45 45 04 04

Redaktion :

Maiko Reinhardt-Teidel,
Christoph Oertel Di Donato

Grafische Gestaltung :

Christoph Oertel Di Donato

Mitarbeiter dieser Ausgabe :

Dr. Christoph Meinecke, Elena Wecker,
Angela Fischer, Elke Krupka,
Horst Hellmann

Auflage dieser Ausgabe :
400 Exemplare

Das Angenehme mit dem Nützlichen verbinden!

Am Freitag, 3. Mai 2002 hat zum ersten Mal ein gemütliches Treffen (so was wie ein zukünftiger "Stammtisch") für alle Eltern, Mitglieder, Freunde und Förderer unseres Vereins stattgefunden.

Initiiert haben ihn Eltern der 1. Klasse mit den Gedanken, erstens für unseren Verein Gelder zu beschaffen, denn 10% unseres gesamten Verzehrs dieser Abende geht als Spende wieder auf das Spendenkonto der Eugen-Kolisko-Schule und zweitens einen gemütlichen, kreativen Treff haben zu können, wo wir uns alle ganz ohne Zwang und ohne Interessenkonflikte, "Zweckbetriebs-übergreifend" mal austauschen und miteinander reden können.

Der Treff ist offen für ALLE und findet 14-tägig am Freitag statt:

ab 20 Uhr
im Pfefferkorn Landhaus
Cafe-Restaurant
Imchenallee 44
14089 Berlin-Kladow
(Tel:74743143)

Nächster Termin: Freitag 28. Juni;

Ferien; 23.August usw. (bitte vormerken!)

K. Hautmann-Wolff
(Elternvertreterin der 1. Klasse)

FERIENTERMINEN 2002 / 2003

Sommerferien	4.Juli bis 17.August 2002
Unterrichtsfreier Tag	4.Oktober 2002
Herbstferien	5.Oktober bis 19.Oktober 2002
Weihnachten	21.Dezember 2002-4.Januar 2003
Winterferien	1.Februar bis 8.Februar 2003
Osterferien	14.April bis 2.Mai 2003
Unterrichtsfreier Tag	30.Mai 2003 (nach Himmelfahrt)
Pfingsten	7./8./9.Juni 2003
Sommerferien 2003	3.Juli bis 15.August 2003

mit freundlicher Unterstützung von :



Papierhaus
Felix Verspohl

Langenscheidtstraße 4
10728 Berlin-Schöneberg

Tel.: 030 / 782 42 29
Fax: 030 / 782 42 79

Bürobedarf
Druckservice
Schreibwaren
Schul- und Kinder-
gartenbedarf
Design-Papier
Geschenkartikel
EDV-Bedarf

In eigener Sache

Liebe Leser !

Unsere Schulzeitung soll Einblicke in das Schulleben der Eugen Kolisko Schule geben. Deshalb sind alle Eltern und Schüler(-innen) aufgerufen, vielerlei Beiträge zu schreiben oder zu zeichnen. Diese können jederzeit im Büro abgegeben oder direkt an havel@waldorf.net gemailt werden.