

MURIEL STUCKI

achtsam begleiten & intrinsisch lernen

Meine Werte
Meine Beweggründe - das Glück
Kinderjahre - Kindergarten
Kinderjahre - Primar
Jugendjahre - Oberstufe
Familie
Gasttage
Lager
Danksagung / Quelle
Meine Wegbereiter
Themenliste Zenbi

August 2023

Meine Werte

Jeder Mensch ist einzigartig und wertvoll. Er hat das Recht, sich selbst zu sein und seine Individualität zu entfalten. Verbundenheit mit seinem Innersten – der persönlichen Wahrheit – ermöglicht es, verbunden mit dem grossen Ganzen zu sein.

Je feiner und klarer man seine persönliche Wahrheit fühlt – nicht die Wahrheit des Kopfes, sondern die feine Herzenswahrheit – und dazu steht, desto freier und wertschätzender kann man anderen Menschen mit ihren eigenen Wahrheiten begegnen.

„Die Freiheit der Wahl führt zur Würde des Menschen. [...] Freiheit bedeutet nicht, dass man tut, was man will, sondern Meister seiner selbst zu sein.“ Maria Montessori

Um diese Art von Freiheit leben zu können, braucht es einen aufrichtigen, gleichwürdigen, liebevollen und authentischen Umgang mit sich und den anderen. Es braucht die ständige Auseinandersetzung mit sich selbst. Zur gelebten Freiheit gehört es, sich eigenständig und selbstverantwortlich dem Leben zu stellen und sich der Wirkung seiner Worte und Taten bewusst zu sein. Die innere und äussere Freiheit und die innere Zufriedenheit legen die Basis für ein Miteinander in Frieden mit den Menschen, der Natur und unserer Welt. Wenn die inneren Impulse im Aussen auf eine wertschätzende Resonanz stossen, kann eine gesunde Entwicklung stattfinden. Eine Umgebung des bedingungslosen Annehmens und Wertschätzens bietet Raum für die Entfaltung seiner Einzigartigkeit und des ganz persönlichen Potentials.

Die Vielfalt ist eine wertvolle Bereicherung für die Gemeinschaft, für ein natürliches Lernen voneinander und miteinander eröffnet grössere Zusammenhänge für das Leben. Jede Familie, Herkunft, Nationalität und Religion trägt dazu bei. Lernen findet überall und immer statt. Der Lernort kann überall sein, auch zu Hause. Lernen ist ein innerer Prozess. Er vollzieht sich oft im Verborgenen, im Stillen und braucht Ruhe und Zeit zur Entfaltung oder zur Vorbereitung für einen neuen Entwicklungsschritt. Häufig ist dieser Prozess für uns Erwachsene nicht sichtbar.

Vertrauen, Raum, Zeit, Geduld und eine wertschätzende, aufrichtige, sowie verlässliche Begleitung frei von Erwartungen sind die Schlüssel für eine natürliche Entwicklung und ein freudiges und druckfreies Lernen. Die altersdurchmischten Gruppen inspirieren und bestärken sich gegenseitig. Kinder und Jugendliche lernen in einem anregenden und friedlichen Gefüge mit- und voneinander, frei von Beurteilung und Bewertung. Klare und nachvollziehbare Grenzen und Abmachungen schützen die Bedürfnisse jedes Einzelnen sowie der Gemeinschaft und bilden den Rahmen, um entspanntes und vertieftes Lernen zu ermöglichen.

Kinder leben im „Hier-und-Jetzt“ und brauchen Fragen, Herausforderungen und Problemstellungen aus ihrem Lebensalltag, die ihr Interesse für die Welt nähren. Sie erschliessen sich die Welt in der vielfältigen, natürlichen, spielerischen Auseinandersetzung mit ihrem Leben. Die Fragen nach dem „Warum“ und „Wieso“ führen uns immer wieder zum Hinterfragen und in die Tiefe. Herausforderungen werden miteinander als Chance der Entwicklung und des Wachstums gesehen, gelebt in Klarheit und Offenheit.

Aktuelle Ereignisse, spontane Ideen, gemeinsam geplante Projekte, persönliche Geschichten, gemeinsame Gespräche, Erfahrungen und Unternehmungen laden ein zum lebensnahen, entdeckenden und experimentierfreudigen Lernen. Ich gebe den Kindern und Jugendlichen Zeit, um sich intensiv und ganzheitlich mit einem Thema oder einem Lernmaterial auseinanderzusetzen, wie auch die Offenheit, eine Sache wieder loszulassen, wenn sie die Wichtigkeit für das Kind verliert.

Ich begleite und bestärke die jungen Menschen darin, immer differenzierter auf die inneren Impulse zu hören und diesen zu folgen und schärfe dabei, ihr Unterscheidungsvermögen. Um bei sich selber hinzuschauen: Ist es Bequemlichkeit, Lust und Laune, Gewohnheit, Prägung oder ein echtes inneres Bedürfnis? So können sie diese wundervolle Fähigkeit der freien Wahl erlernen und verfeinern eine innere sowie äussere Freiheit, Selbständigkeit und Selbstwirksamkeit.

Die regelmässige Übung, auf seine inneren Bedürfnisse zu hören und dabei den Bedürfnissen der Anderen Raum zu geben, bietet ein vielfältiges Übungs- und Erlebensfeld für Empathie und soziales Lernen.

Die Umgebung bietet die Möglichkeit des aktiven, fächerübergreifenden, ganzheitlichen Lernens und Entfaltens. Ein sorgfältiger, wertschätzender Umgang mit dem Material und dem Ort nährt den liebevollen Umgang mit seinem eigenen Selbst. Hier ist man frei von Noten, Prüfungen, Bewertungen und Zeugnissen.

Ich begleite Menschen zu frei denkenden, frei fühlenden und frei handelnden, selbständigen, verantwortungsbewussten Persönlichkeiten. Mit dieser Begleitung wachsen Mitgefühl, die Achtung vor sich selbst und den Mitmenschen, sowie der Natur.

Die Beziehung zwischen den Begleitenden und dem Kind ist die Grundlage für ein Wachsen und Lernen in Verbundenheit und Kohärenz mit sich selbst. Zuhören, dabei sein, Mitgefühl leben, Anteil nehmen an den Herausforderungen der Kinder, beratend und präsent da zu sein, dies ist die tragende Basis für eine wachsende Beziehung – für ein Begegnen im Hier und Jetzt.

Ich nehme den mir anvertrauten, jungen Menschen in seinem Wesenskern bedingungslos an und erkenne seine Einzigartigkeit als Geschenk für diese Welt. Ich schütze diese Einzigartigkeit und setze mich bedingungslos für die körperliche und seelische Unversehrtheit des jungen Menschen ein. Ich bin präsent, um jeden jungen Menschen mit seiner Kraft und seinem Potenzial zu begleiten. Ich begegne den Kindern und Jugendlichen auf Augenhöhe, als gleichwürdige Menschen. Ich nehme an, was sich in jedem Moment neu zeigt. Ich beobachte differenziert und möglichst frei von persönlichen Wertungen, Prägungen, Vorstellungen, Vergleichen oder Bewertungen.

Ich unterstütze die jungen Menschen mit Leichtigkeit und Natürlichkeit darin, persönliche Herausforderungen zu erkennen, aufzudecken, anzunehmen und anzugehen. Ich sehe Herausforderungen und Konflikte als Chance des Wachstums und des Auflösens von Verletzungen und Erlebnissen. Ich stehe in der Verantwortung und treffe Entscheidungen, wenn deren Folgen für die Kinder und Jugendlichen in ihrem aktuellen Entwicklungsstand nicht absehbar sind. Ich setze klare Grenzen, wo sie Schutz, Sicherheit, Orientierung und Halt geben. Ich bin bereit, meine Überzeugungen und Entscheidungen zu hinterfragen, hinterfragen zu lassen und zu begründen. Ich begleite die jungen Menschen in ihre Wahrhaftigkeit statt zu „der Wahrheit“, und begleite sie dahin, andere „Wahrheiten“, Wahrnehmungen und Empfindungen anzuerkennen und wertzuschätzen.

Ich begleite die jungen Menschen, die Welt so zu sehen und anzunehmen, wie sie sich im Moment zeigt und daraus die Klarheit und die Kraft zu schöpfen, den eigenen Weg aufrichtig zu gehen.

Meine Beweggründe - das Glück

Ich würde sagen, ich hatte eine normale Laufbahn mit einer schöner und angepasster Schulzeit, einer vielseitigen und kreativen Lehre als Drucktechnologin mit BMS, anschliessend einem tollen Job als Polygrafin und Schriftenmalerin, nebenbei das Studium an der HF für Technik und Management, guter Job ect. Aber all dies füllten meine Wochen stets komplett mit arbeiten und lernen aus. Wo blieb da die Zeit für mich und meine Intuition? Gleich ein Tag nach der Diplomfeier packte ich meinen Rucksack, sagte meinem zukünftigen Arbeitgeber, dass ich nun auf Weltreise gehe und erst zurück komme wenn mein Ersparnes aufgebraucht sei, ich werde ihn 2 Monate vorher kontaktieren und los ging es! Muriel, 22 Jahre, alleine auf der grossen weiten Welt. Dass diese Entscheidung eine der besten meines Lebens war, wurde mir erst viel später bewusst, denn ich konnte voll und ganz ein halbes Jahr nur meinem Herzen folgen. Mich selber kennen lernen. Wer bin ich? Was will ich? Was ist meine Lebensaufgabe? Was ist der Sinn und Zweck vom Leben? Was ist Glück?

Ja so Fragen kommen einem wenn man im Outback von Australien bei 50°C die Aborigines sucht oder mit Mönchen in den berühmten Tempel von Kambodscha meditiert, mit einem berühmten Maler in Malaysia malt, mit den Maori in Neuseeland tanzt oder ganz einfach in einem der ärmsten Länder der Welt mehrere Wochen lebt und ein Plumpsklo mit einem ganzen Dorf teilen muss ohne Strom, Wasser oder ein Bett. Am meisten beeindruckte mich das Empfangen von Liebe und Glück in den ärmsten Ländern. Mit dem hätte ich niemals gerechnet. Um ein Beispiel zu nennen; ich kam spätabends in Kambodscha am Flughafen an, ein etwas genervter Taxifahrer brachte mich zum Hotel. Kaum ausgestiegen bemerkte ich, dass meine Tasche mit allen Wertsachen inklusive Pass verschwunden war. Wurde sie geklaut? Hatte ich sie im Taxi liegen lassen? Ja ich dachte echt meine Reise sei bereits nach zwei Wochen zu Ende. Die freundlichen Einwohner, rieten mir einfach wieder zurück zum Flughafen zu gehen. Ich traute meinen Augen kaum, als dort der Taxifahrer schon von weitem mir zuwinkte mit meiner Tasche in der Hand. Meine Augen waren gefüllt mit Tränen und Dankbarkeit, ich gab ihm mein ganzes Geld was drin war und wusste, es war für ihn mehr als 3 Monatslöhne. Hätte ich auch so viel Liebe und Empathie in der Schweiz empfangen in einer solchen Situation? Wage ich jetzt mal zu bezweifeln.

Am letzten Tag vom Mayakalender am 21.12.2012 ging für mich nicht die Welt unter, sondern startete für mich ein neues Bewusstsein mit einer komplett anderen Weltansicht. Überglücklich sass ich auf meinem Surfbrett an der Ostküste in Australien und wartete auf die nächst beste Welle. Etwa 10 Delfine schwammen um mich herum. Weit und breit befanden sich genau drei Personen. Mein Surflehrer, ein 12 jähriges komplett blindes Mädchen und ihre Mutter. Der grösste Wunsch des Mädchens war surfen zu lernen. Ich dachte blind sei dies absolut unmöglich. Der herzbasierte Surflehrer hatte so viel Vertrauen in das Mädchen, dass er ohne zu zögern sie ein paar Mal in die perfekte Welle ansties und kurz darauf erwischte sie, die Wellen ganz alleine. Sie fühlte es einfach. Ich traute meinen Augen kaum, als das von Geburt an blinde Mädchen in kürzester Zeit besser surfen konnte als ich. Ab da an wusste ich wie man richtig und nachhaltig lernt. Es braucht genau drei Komponente: Vertrauen, intrinsische Motivation und die richtige Umgebung. Mir war klar, meine zukünftigen Kinder, müssen nie ein Schulzimmer sehen, wenn sie nicht wollen, denn alle drei Komponenten kommen da in meinen Augen zu kurz.

An diesem Abend erlaubten mir ein paar Obdachlose gemeinsam bei einer Einrichtung eine Linsensuppe zu Essen. Wir sprachen über Glück und Zufriedenheit, über Minimalismus und Dankbarkeit. Dieses Gespräch bewegte mich zutiefst. Die Erkenntnis, dass sie rein gar nichts besitzen, kaum eine Ausbildung hatten, kein Zuhause oder keine richtige Familie hatten und trotzdem voller Weisheit, Liebe, Zufriedenheit und Dankbarkeit in sich trugen,

berührte mich sehr. Ich habe noch lange darüber nachgedacht. Haben die etwas was wir in der Schweiz nicht haben? Haben diese Menschen, oder auch die in armen Ländern, einfach mehr Zeit um den Moment bewusster wahrnehmen zu können? Liegt es an der Kultur? Am Glauben? Die Obdachlosen waren zu meinem erstaunen zufrieden mit sich selbst, fühlten sich überhaupt nicht wertlos, sie tranken kein Alkohol. Rennen wir in der Schweiz zu fest dem Geld hinterher? Oder arbeiten wir zu hart, um den Moment so richtig geniessen zu können? Lassen wir uns vom Wort „Ferien“ verleiten? Braucht es Ferien wenn man in seiner Leidenschaft, seiner Berufung arbeitet? Oder sind wir einfach dem Konsum verfallen? Wollen wir einfach immer mehr und noch mehr von was auch immer? Könnten wir auch glücklich sein mit Nichts oder zumindest mit weniger?

Der Schluss von meiner Reise führte mich vom finanziell armen, ruhigen und liebevollen Laos zum produktiven, lauten Vietnam. Diverse Produktionsstätte durfte ich besuchen, unter anderem Stoff- und Kleiderherstellung. Dort lebte keiner mehr für den Moment. Da wurde gearbeitet um zu überleben. Nicht einmal ein Schweizerfranken verdienten sie für das Markenshirt welches bei uns für 50 Franken verkauft wird. Ist das fair? Wer treibt sie an? Unser Konsum? Ihre Existenz hängt also von meinem Konsum ab, kann das sein? Mir wurde bewusst, dass ich nur dank ihrer wertvollen total unterbezahlten Arbeit im Luxus lebe. Anders ausgedrückt, sie sind arm, weil wir dem Konsum verfallen sind. Hängt das Glück und die Zufriedenheit vom Geld oder dem Konsum ab? Oder kompensieren wir das kurzfristige „Kaufglück“ mit fehlender Liebe zu sich selbst?

Wann beginnt bei uns dieses Rad zu drehen? Mit Schuleintritt? Lernen um besser zu werden um einen „anständigen“ Beruf zu erlernen oder zu studieren um aufs „Leben“ vorbereitet zu sein? Dann kaum im Beruf angekommen, wird gearbeitet um in die AHV einzuzahlen, damit wir dann nach der Pensionierung das Leben geniessen können? In etwa so war mir das in der Schule gelehrt worden. Mir war klar, die Waagschale, unser Konsum und unser Verhalten ist nicht im Gleichgewicht mit der Natur und der Umwelt und schon gar nicht mit unserem BEWUSSTSEIN. Dadurch stieg bei mir der Wunsch nach mehr Eigenverantwortung für meine Gesundheit, mein Körper, mein Leben, meine Kinder, andere Kinder, und zukünftige Generationen. Weniger Abhängigkeit von Luxusgütern und Druck nach mehr Leistung, dafür mehr Natur, mehr Achtsamkeit zu sich selbst und anderen.

Mit einem grossen Rucksack an Eindrücken und Erfahrungen kehrte ich wieder zu meinem Partner in die Schweiz zurück. Nach drei Jahren Verkaufsaussendienst bei einer vielfältigen Druckerei, erhielten wir 2015 unseren ersten Sohn. Ab da lernte auch ich so richtig im Moment und für den Moment zu leben. Ich genoss mit grosser Dankbarkeit jede Sekunde und hingte somit meine Karriere in der grafischen Branche an den Nagel. Dank unzähligen Hörbücher konnte ich verschiedene interessante Personen wie Gerald Hüther, André Stern, Jesper Juul, Remo Largo, Maria Montessori, Rudolf Steiner, Glücksschule von Daniel Hess und viele mehr kennenlernen, die mein Horizont stetig erweiterten. Ich vertiefte mich dann etwas länger in die gewaltfreie Kommunikation und fand mit dem Friedensstock von Tassilo Peters ein wunderbares Element um mit Kindern Konflikte gewaltfrei und wertungsfrei zu lösen. Meine **Leidenschaft zur individuellen Potenzialentfaltung** der Kinder stieg stetig an.

Mit der Schwangerschaft vom zweiten Sohn besuchte ich den Hypnobirthing, so entdeckte ich die tägliche Meditation und die Achtsamkeit zu mir selbst, ein weiteres Hobby um den Kindern mit unendlich viel Geduld und Liebe zu begegnen. Mein Fokus meiner Hörbücher änderte sich von Erziehung/Begleitung und Bildung zu Gesundheit, Ernährung und Natur.

Meine Vision von einem eigenen Lernort oder einer Waldschule für alle Herzensmenschen wuchs stetig an. Da mir die pädagogischen Grundlagen dazu noch fehlten, entschied ich mich mein Wissen bei ZENBI als ganzheitliche Lernbegleiterin zu erweitern. Nun fühle ich mich gestärkt und sicher die Kinder in ihrem Wesen liebevoll zu begleiten und ihnen den Raum und die Zeit zu schenken um sich und ihre Fähigkeiten und Potenziale kennenzulernen, das Selbstbewusstsein zu stärken und Wertvolles fürs Leben zu lernen. Ich starte nun alleine, kann mir aber gut vorstellen dieses Konzept auszubauen mit Menschen allen Altersstufen, auch Pensionierte, die ihre Leidenschaft der jungen Generation mit Herzblut weitergeben möchten.

Fazit: Zu Zeiten der künstlichen Intelligenz und nach den neusten wissenschaftlichen und neurologischen Studien ist klar, der Fokus der Schulen sollte auf Kreativität, Bewegung, Musik, Spiel und Gesundheit liegen. Dies ist wiederum kohärent mit meiner Weltansicht, denn genau diese Tätigkeiten schütten Dopamin aus und wir empfinden Glück. Die heutige Studie der Pro Juventute zeigt, dass ein Drittel der Kinder gestresst sind, ein geringeres allgemeines Wohlbefinden und ein schlechteres Selbstkonzept haben. Laut einer Umfrage der UNICEF im 2021 leidet ein Drittel der 14-19-Jährigen in der Schweiz und in Liechtenstein unter psychischen Problemen. Gleich viele Jugendliche sprechen mit niemandem darüber. Besonders erschreckend: Fast jeder elfte Jugendliche hat bereits versucht, Suizid zu begehen. Um die psychische Gesundheit der Kinder und Jugend zu stärken braucht es dringend eine Veränderung. Legen wir den Fokus auf Selbstwert- und Sozialkompetenz, anstatt auf viel Fachwissen, das man jederzeit im Internet nachschauen kann. Die künstliche Intelligenz hat uns Menschen sowieso schon überholt. Wie auf meiner Weltreise erkannt, der Schlüssel zum Erfolg ist nicht Wissen oder Geld, sondern das empfinden von Glück und Zufriedenheit.

Mein Ziel ist erreicht, wenn die Kinder die Lernfreude erhalten können oder wieder gewinnen und das eigene Glück, das eigene Potenzial erkennen und ausleben können.

Kinderjahre – Kindergarten

Alltägliche Tätigkeiten faszinieren die Kinder und das Interesse ist gross, es selbst zu tun. Das Kind übernimmt mit Freude die Pflege für sich selbst, die Mitmenschen, Tiere, Pflanzen und die Umwelt. Das bestärkt das Gefühl und die Fähigkeit, selbständig handeln zu können. Es unterstützt soziale Fähigkeiten, die Ausdauer und die Verfeinerung der Motorik. Haben Kinder Zeit und einen geschützten Raum, können sie eintauchen in ihre magische, imaginäre Welt, welche sich beispielsweise durch das Rollenspiel ausdrückt. Darin werden auch Themen aus der realen Lebenswelt ersichtlich, welche das Kind beschäftigen.

Mit dem stetigen „Warum?“ möchte das Kind die Welt entdecken und erklärt bekommen. In diesem Alter ist die Faszination für Zahlen und Buchstaben, sie zu kennen und durch sie Spuren zu hinterlassen ausgesprochen gross. Stösst diese Faszination auf einfühlsame Resonanz, kann sich das Kind diese Welt mit Leichtigkeit, spielerisch handelnd, entdeckend und freudig erschliessen. Gesetzmässigkeiten zu erforschen, Unterschiede, Gegensätze und Zusammenhänge zu erkennen – dies ist ein Bedürfnis der Kinder im Alter der Basisstufe. Was im geschützten Rahmen „be-griffen“ und erworben wird, kann in der unmittelbaren Umgebung wiedererkannt werden und kommt so in die Vernetzung und ins Verstehen.

Kinderjahre – Primarzeit

Der Schritt vom kleinen, geborgenen Raum hinaus in das Entdecken, Erleben und Erfahren der Welt. Der Entdeckungsradius wird grösser. Das Bedürfnis unterwegs zu sein, sich von anderen inspirieren zu lassen und im Austausch mit Menschen zu sein, wächst. Zugleich mit dem wachsenden Bewusstsein für das „wir“ wächst das Gefühl für „wer bin ich?“ und „was will ich?“. Dieser Prozess bringt Herausforderungen mit sich. Die Kinder brauchen jetzt eine offene und wertfreie Begleitung, welche ihnen Sicherheit schenkt, damit sie ihr Erleben, ihre eigene Wahrheit und Wahrnehmung äussern können. In diesem Alter entfaltet sich eine Sensibilität des Gewissens, für Gerechtigkeit und für das Erleben und Erfahren der Bedürfnisse der Anderen. Das Interesse an den Grossen Zusammenhängen, an Fakten, Zahlen und an der Welt um sie herum verstärkt sich. Die grossen Themen der Erde, des Himmels, der Entstehungsgeschichten, der Evolution, anderer Länder und Kulturen, Erfindungen, Technik und der Natur ziehen die Kinder in ihren Bann.

Durch lebensnahe Themen erfahren und erleben die Kinder warum wir die Fähigkeiten zu lesen, zu schreiben und zu rechnen konkret brauchen. Diese Kulturtechniken schenken uns Unabhängigkeit und Selbständigkeit, was ein Grundbedürfnis des Menschen ist. Durch die wachsende Orientierung in der Zeit können sie sich zunehmend selber organisieren. Sie beginnen Pläne zu schmieden und diese umzusetzen. Gleichzeitig erfolgt das Lernen in dieser Phase prozessorientiert, entdeckend, forschend und handelnd. Im natürlichen Entwicklungsprozess gewinnt zielorientiertes Lernen erst in den Jugendjahren an Bedeutung.

Körperliche Betätigungen, Mitarbeit, etwas Erschaffen, Bauen, Anpacken, die Arbeitswelt entdecken und Verantwortung übernehmen – dies nährt die Kinder und eröffnet neue Horizonte. Sie sind am „echten“ Leben interessiert und wollen wissen wie das Leben „funktioniert“. Daraus wachsen die Freude und das Interesse, in Ruhe und in der vorbereiteten Umgebung die dahinter stehenden Fähigkeiten zu festigen oder zu verknüpfen. Junge Menschen, die verinnerlichen durften, ihrer inneren Herzenswahrheit zu folgen, verändern die Welt zu einem Ort des friedlichen Miteinanders.

Die Jugendjahre – Oberstufe

Die Jugendjahre sind eine Zeit des Aufbruchs, des Umbruchs und der Suche nach dem eigenen Weg. Der innere Drang nach Autonomie, Freiheit und Selbstverwirklichung ist eine treibende Kraft, welche in dieser Lebensphase stark wirkt. Die Fähigkeit und das Bedürfnis nach kritischem und reflektiertem Denken und Handeln entfaltet sich in dieser Zeit besonders. Es ist für die jungen Menschen jetzt wichtig, in Resonanz mit der Gemeinschaft zu treten, ihre Stimme einzubringen. Sie wollen Verantwortung für sich selbst und für die Mitwelt übernehmen. Sie brauchen eine Umgebung, in welcher sie mit ihren Bedürfnissen und mit ihrer Stimme Raum haben, als Person bedingungslos angenommen und in ihrem Verhalten reflektiert werden. Sie brauchen praktische Erfahrungen, an welchen sie wachsen können und eine Gemeinschaft, welche sie in diesen Herausforderungen begleitet und trägt. Die Jugendlichen wollen Mitgestalter dieser Welt sein. Der vielschichtige Wandel in diesen Jahren auf emotionaler, körperlicher und geistiger Ebene und die innere Neuausrichtung und Neuordnung brauchen Raum und Zeit. Dann bleibt manchmal weniger Energie für Dinge wie das Lernen schulischer Inhalte. Können die Jugendlichen diesen inneren Prozess in feiner Verbindung zu sich und haltgebender erwartungs- und druckfreier Begleitung durchleben, zeigt sich, dass sie danach gestärkt, geklärt und authentisch wieder nach Aussen treten. Jetzt treten die neu entwickelten Bedürfnisse hervor, sich zielgerichtet und strukturiert Wissen anzueignen, in der Gesellschaft tätig zu werden und sich kritisch mit ihr auseinanderzusetzen.

Durch die wachsende Selbstverantwortung wird das Thema Selbstwirksamkeit zentral für die Jugendlichen. Mit dem Erproben und Reflektieren verschiedener Werkzeuge zur Selbstorganisation finden sie heraus, welche Wege und Methoden für sie passen, um für sich den Fokus zu schaffen und die Struktur zu geben, welche es braucht, um ihre Ziele zu erreichen.

Familie

Eine enge, wertschätzende und unterstützende Zusammenarbeit zwischen der Familie und mir ist eine wichtige Grundlage für ein freudiges und freies Entfalten des jungen Menschen. Die Familie als Zuhause des Kindes ist ein ebenso zentraler Lernort. Ein aktives Miteinander, eine offene und ehrliche Kommunikation tragen dazu bei, dass sich Kinder und Jugendliche von allen Seiten geborgen und getragen fühlen.

Regelmässiger gegenseitiger Austausch zwischen Eltern und mir ist essenziell. Es braucht von allen Seiten die Offenheit und Klarheit, jederzeit Fragen, Anregungen und Herausforderungen anzusprechen.

Durch das wachsamer Miteinander lernen die jungen Menschen, sich Herausforderungen zu stellen und sie authentisch anzugehen. Auf diesem Weg der Entfaltung und des Lernens der Kinder können persönliche und familiäre Themen aufbrechen. Daraus kann das Bedürfnis nach einer weiterführenden Begleitung und Beratung entstehen.

Gasttage

Menschen mit einer Leidenschaft, Tätigkeit, Berufung, einem Thema wofür sie von Herzen eine Faszination leben, werden eingeladen oder melden sich bei mir, um davon zu erzählen oder einen Workshop zu machen. Diesen Menschen zuzuhören, zuzuschauen, ihnen Fragen zu stellen und mit ihnen zu reden, gibt den Kindern Gelegenheit, sich zu eigenen Aktivitäten anregen zu lassen, Neues zu lernen und spannende Impulse zu bekommen.

Lager

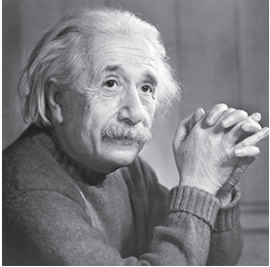
Gemeinsam werden sie ausgeheckt und geplant. Für den Sommer 2024 bekommen wir die Möglichkeit auf dem Biohof Söriken zu Übernachten, sei dies unter dem freien Sternenhimmel, im Zelt draussen oder in der Schür drinnen. Die Kinder wählen, ob und wie lange sie im Lager mit unterwegs sind.

Danksagung / Quelle

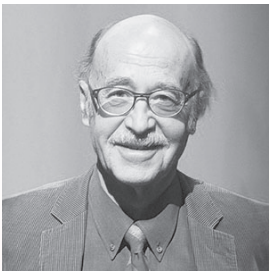
Ich bedanke mich von tiefem Herzen beim Lebenslernort Hausen. Ihr Konzept spricht mir so sehr aus der Seele. Die gewählten Worte und Texte reflektieren exakt meine Herzensangelegenheit. Ich durfte ihr wundervolles Konzept übernehmen und auf mich anpassen. Tausend Dank liebes Lebenslernort-TEAM.

Meine Wegbereiter

Es gibt viele Pioniere die mich in den letzten zehn Jahren mit unzähligen Bücher, Hörbücher und Vorträge inspirierten. In meiner chronologischer Reihenfolge zitiere ich hier ein paar wundervolle Wegbereiter. Ich bin für ihren Mut und ihr Gedankengut sowie Erfahrungsberichte unendlich dankbar.



*Jeder von uns hat ein unglaubliches Potenzial.
Aber wenn ein Fisch daran gemessen wird,
wie gut er auf einen Baum klettern kann,
wird er immer denken, er wäre dumm.*
-Albert Einstein, Physiker -



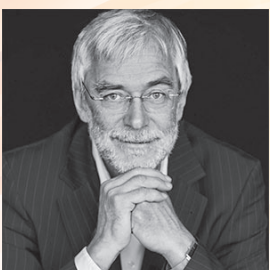
*Eine Erziehung, bei der Eltern und Bezugspersonen bestimmen,
was ein Kind zu denken und zu tun hat, wird einen
Erwachsenen hervorbringen, der fremdbestimmt ist.*
-Remo Largo, Kinderarzt-



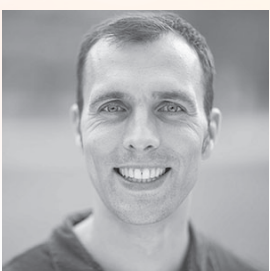
*Das Beste, um das Selbstwertgefühl des Kinder zu stärken,
ist es bedingungslos zu lieben.
Kinder machen nicht das, was wir sagen,
sondern das was wir tun.*
-Jesper Juul, Familientherapeut/Autor-



*„Wären wir Erwachsenen offensichtlich glücklicher,
als unsere Kinder es vor der Erziehung und Bildung sind,
dann hätten wir vielleicht ein Recht darauf sie zu belehren.“*
-Daniel Hess, Glücksschule -



*Nachhaltig lernen kann man erst dann,
wenn etwas emotional aufgeladen ist, also Freude macht.*
- Gerald Hüther, Neurobiologe -



*Mit stolz übernimmt das Kind die Verantwortung um ein
Konflikt gewaltfrei zu lösen. Es sucht eine Lösung die für jedes
Kind okay ist. Das schafft Selbstvertrauen
und fördert die Sozialkompetenz.*
- Tassilo Peters, Trainer Gewaltfreie Kommunikation -



*Eine Pinselspur auf dem Papier,
eine Äusserung ohne Absicht,
die nur dem eigenen Bedürfnis folgt,
bringt den Menschen zu sich selbst zurück.*
- Arno und André Stern, Pädagoge und Musiker -



*Hilf mir es selbst zu tun. Zeige mir, wie es geht.
Hab Geduld meine Wege zu begreifen. Sie sind vielleicht länger,
weil ich mehrere Versuche machen will. Mute mir Fehler
und Anstrengung zu, denn daraus kann ich lernen.*
- Maria Montessori Ärztin, Reformpädagogin-



*...die höhere Entwicklung der Seele beginnt dann erst, wenn
man sich über die kleinste Blume, über das kleinste
Blumenblatt, über das unscheinbarste Würmchen so
wundern kann wie über die grössten kosmischen Vorgänge.*
- Rudolf Steiner, Reformpädagoge-



*Die Kinder haben ein Gespür für ihre Lebensaufgabe.
Dies gilt es in einer herzbasierten Schule zu erhalten und ihnen
dabei zu helfen sich frei zu entfalten. Sie lernen eigenständig zu
denken, eigenverantwortlich zu entscheiden und zu handeln.*
- Christina von Dreien, Autorin -



*Neun von zehn Kindern wünschen sich eine Schule an der
sie mit Spass und Freude etwas fürs spätere Leben lernen.
Also erschaffe die Schule der Zukunft.*
- Ricardo Leppe, WissenSchafftFreiheit-



*In unserem Potenzial sind wir vollkommen. Wenn wir es
nutzen und ausbauen, werden wir die Erfahrung machen,
dass wir immer gut genug sind. Zu verantwortungsvollen und
mitfühlenden Erwachsenen werden wir durch Selbstfürsorge.*
- Jana Haas, Autorin -



*Ich danke allen Schulen für den wertvollen Einblick:
Lebensschule Zentralschweiz, Montessori Hochdorf,
Rudolf Steiner Schule Aargau, Zeit-Kind-Schule Luzern,
Lebenslernort Hausen, Tagesschule Zug, Waldeule Buttwil,
Schule Boswil, Schule Merenschwand, Schule Sins ...*



*Allen voran danke ich den herzbasierten
Zenbi-Coaches für die wundervolle Ausbildung zur
ganzheitlichen Lernbegleiterin.
Jedes einzelne Modul war für mich eine grosse Bereicherung.
DANKE*

Themenliste 1. + 2. Semester Zenbi

Roman Westermann:

Feinfühligkeits Wahrnehmung des Gegenübers, Lernmethodik, Referate halten und Präsentationen gestalten, Glaubenssätze lösen / Freiheit gewinnen, Die eigenen Ressourcen erkennen und gezielt aktivieren können, Lernen, seinen Zustand zu verändern, Wissenschaftliche Grundlagen zu Ernährung,

Chregi Huber:

Jahresgestaltung, Coyote Mentoring, Natur- und Erlebnispädagogik: Wahrnehmung, Feuer, Glutkochen, Konstruieren, Schnitzen, Kulturtechniken, Kreativität, Das freie Spiel – selbstbestimmtes Lernen

Lilian Anliker:

Pädagogisches Coaching, Pädagogische Themen: Tagesgestaltung – Gruppen führen – Vereinbarungen treffen – alte Bildungsmuster lösen – statt Massnahmen, ein liebevolles Miteinander, Achtsamkeit- Reflexion, von der Erziehung zur Beziehung, Bindung aufbauen und in Verbindung treten, Umgang mit Aggression, Frustration, Tränen, Streit und Konflikten, Ängsten, Hochsensibilität, Verletzlichkeit und Panzerung, Übergänge achtsam begleiten, Grenzen setzen und halten, bindungsorientiertes Handeln an Fallbeispielen üben, meine eigenen Muster, Achtsamkeit gegenüber mir selber, Vergebung und Loslassen, natürliches Lernen, Forschen am eigenen Thema, Auswertung der Praktika – die ideale Schule

Fränzi Konrad:

Gemeinschaftsbildung – Kreise und Spiele gestalten, Bildung draussen
Natur- und Erlebnispädagogik Tierwelt: Vögel, Insekten, Käfer, Amphibien, Elemente: Wetter, Boden, Wasser
Kenntnis über Lehrpläne, Grundlagen: Themen kindgerecht einführen und aufbauen, Sprache und Mathe kreativ im Alltag integrieren,
Persönlichkeitsbildung: Erkundung des Ich, Biografiearbeit, Familiensysteme

Gabi Merz:

Theater und Spiel – Figurenspiel, Bedeutung der Bindung zu Bezugspersonen – Umgang mit traumatisierten Kindern,

Sonja Schudel:

Geschichten erfinden, lebendig erzählen, musikalisch untermalen, Bewegungsspiele im Freien, Musikalische Themen, Malen

Rebeka Kiser:

Nachhaltiger Gartenbau, Natur- und Erlebnispädagogik, Heilkräuter und ihre Anwendung Wildkräuter, Finanzplanung, Buchhaltung

Mirjam Daniel:
Gestalten mit Ton

Marco und Flurina Piccapietra:
Wie ein Raum einladend zum natürlichen Lernen gestaltet werden kann, Übertrag auf den Lehrplan 21, Umgang mit Medien im natürlichen Lernumfeld

Simone Koch:
Bedürfnisse wahrnehmen und kommunizieren, Standortgespräche, Fremdsprachen erleben, Elternzusammenarbeit – Elternabend gestalten, Eltern Coaching, Lernmethodik nach Schetinin

Dani Schöni:
Elektrotechnik und technische Innovation, IT Anwendung, Finanzierungsplan, Physikalische Experimente, Modellbau, mechanische Spiele, IT Anwendung

Theres Schöni:
Vision, Zielsetzung, Planung und Aufbau eines Projektes, Umgang mit Behörden und Rechtsgrundlagen mit Juristin, Telepathische Kommunikationsspiele mit der Aussenwelt, Finanzierungsplan, Philosophie-Kreise: Wer bin ich, woher komme ich, was ist mein Grundantrieb, Austausch über das Leben, Mental- Lebenscoaching Grundlagen: Umgang mit Stress, Druck, Angst, Traumata, Konflikten, Widerständen, sich harmonisieren, Wissen über das Leben – mentale Stärke aufbauen, Intuition als Kraftquelle nutzen, Körperwahrnehmung- Kommunikation, Selbstheilung, Event planen und organisieren, Gitarrenbegleitung, Geografie: ganzheitlich mit allen Sinnen begreifend, klingend, bewegend

Sonja Schudel:
Musikalische Themen: Tanzen, Singen – Improvisation – Komposition, Bewegung und Rituale, musikalische Grundlagen, Malen, Lager leiten und gestalten, Geografie: musikalisch begleitend

Michelle Konrad und Catherine Feger:
Bewegende Buchstabenwelt und Zahlenzauber: Unterrichtsthemen mit Rhythmik verbinden, kooperatives und kognitives Lernen mit buntem Materialsammelsurium

Ursula Davatz:
Temperament gerechte, innovative Kinderbegleitung, Stärkung der psychischen Balance

Veronika Sidler:
Ich und mein Körper: Was geht im Körper vor, was ich schon immer wissen wollte

Sophia Müller:
Mathe-Grundlagen leicht und freudvoll, effiziente vedische Strategien

Anita Gossow:
Freudvolle Lernmethoden nach Ricardo Leppe

Andrea Helfenstein:
Montessori Pädagogik: Information über Philosophie, Grundlagen und Material