

Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 57 (1997-1998)

Heft: 4: Stille finden : "hörst du die Stille?"

Artikel: Stille finden : Bücher zum Thema

Autor: [s.n.]

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-357301>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 15.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Erziehung zur Ruhe und Stille

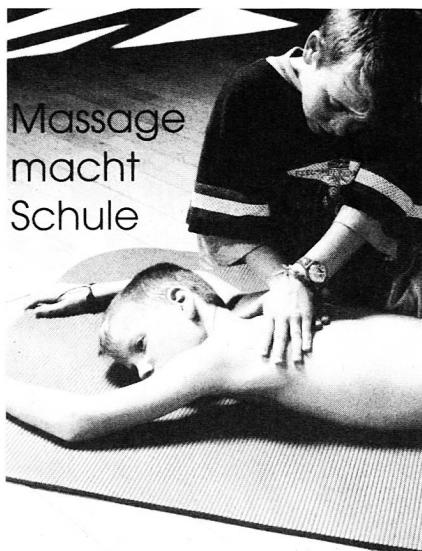
Mit «Stille» meine ich nicht die äussere, vom Lehrer durch entsprechende Massnahmen erzwungene «Abwesenheit von Lärm» (bei der herrschende Spannungen, Konflikte, Unruhe fortbestehen), sondern innere Ruhe, in der man sich selbst zurückziehen, sich sammeln, sich konzentrieren, sich besinnen kann. Eine innere Haltung also, die nur in einer entsprechenden Atmosphäre gedeihen kann. Diese zu erzeugen und aufrecht zu erhalten ist Aufgabe des Lehrers. Was wiederum auch von diesem eine entsprechende Disposition, ein «Sich-Darauf-Einlassen» verlangt!

Eine Möglichkeit dazu – aber eben nur eine unter vielen – ist die Beschäftigung mit Mandalas!

ISBN 3-86072-253-0

Meditieren mit Kindern

Über 20 erprobte und leicht umsetzbare Meditationsübungen helfen Kindern, ruhiger und Ausgeglichener zu werden. Musik und Dias schaffen einen stimmungsvollen Rahmen. Die Meditationen können jederzeit zwischen Ar-

Massage macht Schule

Hans Peter Hari • Zytglogge Werkbuch

Massage vertraut den Sinnen. Haris Massageanweisungen sind deshalb mit Kinderversen für den Kindergarten und die Unterstufe verbunden: «Brummibär», «Schildkröte», «Dracula», «Specht». Sie sind vielfach erprobt, machen Spass und erleichtern das rhythmische Arbeiten. Für die Arbeit mit Jugendlichen beschreibt der Autor sachlich und kompetent Massagesequenzen der einfachen Sportmassage.

Die grundlegenden Elemente der Massage können in wenigen Stunden erlernt werden. Das vorliegende Werkbuch bietet einen guten Einstieg und eine umfassende Palette von Anwendungsmöglichkeiten.

ISBN 3-7296-0514-3

beitsphasen eingesetzt werden, sorgen für geistige und körperliche Entspannung und schulen die Wahrnehmungsfähigkeit. Für Kinder in Grundschule und Kindergarten, aber auch eine Wohltat, die sich Familien zu Hause gönnen sollten.

ISBN 3-86072-179-8

Im Wunderland der Phantasie

«Kinder ohne Stress» ist ein Kompendium imaginativer Spiele für Kinder im Kindergarten-, Vorschul- und Grundschulalter. Sie regen Neugier und Phantasie an und zeigen den Kindern, wie sie sich konzentrieren, entspannen, Kraft schöpfen und auf Stress und Probleme gelassener reagieren können.

Teil 1: Bewegung im Schneckentempo

Teil 2: Im Wunderland der Phantasie (siehe oben)

Teil 3: Reise mit dem Atem

Teil 4: Zauberhände

Teil 5: Ausflüge im Lotussitz

ISBN 3-89403-182-4



Stille-Übungen mit Kindern

Gerda und Rüdiger Maschwitz



Stille-Übungen mit Kindern

Ein Praxisbuch

Kinder brauchen heute mehr denn je die Stille. Vielfältige Überbeanspruchungen der Sinne erschweren den Zugang zum Kern des Lebens. Stille-Übungen sind daher Einübungen ins wesentliche und reichere Leben.

All diejenigen, die zu Hause, im Kindergarten, in der Schule, im Religionsunterricht, bei Freizeiten und in Gruppen der Gemeinde Kinder im Alter von 4 bis 14 Jahren begleiten, erhalten mit diesem konkreten, wohlgründeten Handbuch der Stille-Arbeit Anregungen, in Kindern über den Körper und die Sinne, über Erlebnis und Tun Konzentration und Aufmerksamkeit zu wecken.

Verlag Kösel

ISBN 3-466-36385-3

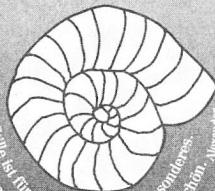


Mit Kindern Stille entdecken

Unterrichtspraxis: Grundschule

Gabriele Faust-Siehl Eva-Maria Bauer
Werner Baur Uta Wallaschek

Mit Kindern Stille entdecken



Die Stille ist für mich etwas ganz Besonderes.
Die kleinen zum Haus der Stille finde ich schön. Alexander

Diesterweg

Stilleerfahrungen sind Kristallisierkerne zur Veränderung der Schule. Ausgehend von dieser Grundüberzeugung zeigt das Buch vor dem Hintergrund theoretischer Überlegungen konkrete Möglichkeiten, Stille in der Klasse zu üben.

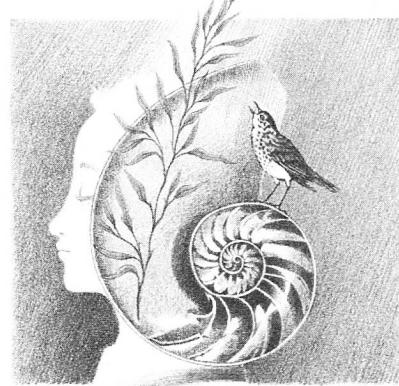
Stilleübungen geben den Kindern die Gelegenheit dazu, ihre «inneren Räume» zu betreten und darüber zu sprechen oder zu schreiben. Dadurch werden innere Erfahrungen im Unterricht gegenwärtig. In Klassen, die die Stille üben, verändern sich damit der Unterricht und die Idee von Schule, die dem Leben und Lernen der Klasse zugrunde liegt. Belehrung, Bildung und Erziehung werden durch Wege innerer Veränderung bereichert und erweitert.

ISBN 3-425-01482-X

Hörst Du die Stille?

Reinhard Brunner

Hörst du die Stille?



Hinführung zur Meditation mit Kindern

Kösel

Wissen wir eigentlich noch, wie es klingt, wenn der Wind durch die Bäume streicht, die Regentropfen ans Fenster trommeln, wie wir Wasser auf unserer Haut spüren oder einen Kieselstein in unserer Hand? Allzuoft gehen diese Wahrnehmungen in der Hetze des Alltags unter. Wir können sie jedoch mit unseren Kindern zusammen neu erleben und ihnen dabei zeigen, wie bereichernd ein gelassener und achtsamer Umgang mit uns und unserer Umwelt sein kann.

Die phantasievollen Zeichnungen von Brigitte Smith laden zur stillen Betrachtung ein.

ISBN 3-466-30315-X

Dann trägt mich meine Wolke

Geführte Phantasiereisen (Buch und CD) für Kinder im Alter von 3 bis 14 Jahren

Unser traditionelles Erziehungssystem fördert vorrangig die Kinder, die logisch analytisch denken und sich rational ausdrücken können. Also Kinder, welche in das Beurteilungsraster passen, das auf

mündlichen, schriftlichen und mathematischen Aufgaben basiert. Dabei wissen unsere Kinder viel mehr, als wir ihnen zutrauen. Allen, die Kinder haben und betreuen, geben diese geführten Meditationen die Möglichkeit, die uns innewohnende Kreativität und Weisheit zu erfahren.

Verlag Bauer
ISBN 3-7626-0367-7