

Sandra Reisinger

Studierende an der PH Niederösterreich, Campus Baden

Greta Kremser

Studierende an der PH Niederösterreich, Campus Baden

Raffaella Hofmann

Studierende an der PH Niederösterreich, Campus Baden

Emine Günes

Studierende an der PH Niederösterreich, Campus Baden

Ein Thron für mich allein. Oder?

Vom Egosystem zu einem Ökosystembewusstsein

Wenn ein scheinbar wertloser Gegenstand, wie beispielsweise ein Stein, für einen selbst eine immense Bedeutung erhält und ein Gefühl von Selbstbewusstsein vermittelt, stellt sich die Frage, wie man in einer Welt, in der diese Bedeutung nur in der eigenen Vorstellung existiert, mit anderen Lebewesen, insbesondere Menschen, interagieren kann. Wie kann man durch Achtsamkeitstools seinen Ärger kontrollieren? Wie lässt sich durch Perspektivenübernahme die Empathie stärken und somit eine Verbindung zur Gesellschaft herstellen?

Die Erzählung „Ein Thron für mich allein, oder?“ von Greta Kremser bietet dabei herausragende Ansatzpunkte für eine Projektarbeit, um diese Themenfelder zu behandeln. Die Geschichte lädt nicht nur zur persönlichen Reflexion ein, sondern bietet auch eine Grundlage für eine interdisziplinäre Betrachtung zwischen Mitgefühl und Inklusion, um einen Perspektivenwechsel anzustoßen. Dabei eröffnet sie die Möglichkeit, die Mensch-Natur-Beziehung im Anthropozän aus neuen Blickwinkeln zu sehen.

Lebensraum Teich, Perspektivenwechsel, Achtsamkeit, Natur- Mensch Beziehung, Inklusion

Thema

Dieses Projekt widmet sich dem dringenden Bedarf eines Paradigmenwechsels von einem Egosystem- zu einem Ökosystem-Bewusstsein, um den Herausforderungen unserer Zeit wirkungsvoll zu begegnen. Dieser Perspektivenwechsel wird durch Werkzeuge wie Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie vorangetrieben (Pinkl, 2023). Die Arbeit bezieht sich auf

aktuelle Konzepte wie *CultureNature Literacy* und setzt sich zum Ziel, durch die Integration von Achtsamkeitspraktiken wie Mindfulness, Meditation und Presencing die Evolution des Selbst voranzutreiben (Pinkl, 2023).

Im Zentrum steht die Bedeutung von Mitgefühl, Empathie und Achtsamkeit als zentrale Elemente im „Zeitalter der Resilienz“ (Rifkin, 2022), die nicht nur zwischenmenschliche Nahrung darstellen, sondern auch Schlüsselkompetenzen wie strategische Selbstkompetenz und Problemlösungskompetenz fördern (Hüther, 2023). Die Förderung eines ökologischen Bewusstseins und kultureller Nachhaltigkeit steht dabei im Fokus des *CultureNature Literacy*-Konzepts, welches einen Paradigmenwechsel ermöglicht und die Brücke zwischen Wissen und Handeln schlagen soll (Permantier, 2019).

Zusätzlich wird die Verbindung zwischen Bildung, Diversität und Anthropozänkompetenz beleuchtet. Die Perspektive der Inklusion betont dabei nicht die Überwindung von Unterschieden, sondern vielmehr die Anerkennung von Diversität als essenziellen Bestandteil der Mensch-Natur-Verhältnisse.

Die phänomenologisch-sprachliche Deutung von Diversität verdeutlicht, dass Diversität einerseits eine Pluralität durch Unterschiede und Differenzen beschreibt, andererseits aber auch zur Entwicklung von Gemeinsamkeiten und Gleichheiten beiträgt. Dabei spielen Interaktion und Kommunikation eine zentrale Rolle, um Verständigung zu fördern (Lustig, 2023).

Um WAS geht es? Um WEN geht es?

Die Geschichte „Ein Thron für mich allein, oder?“ bildet die Basis, erzählt von einem Stein im Zentrum, der als Anker dient und unser Verständnis durchleuchtet. Anfangs saß Leopold, der Luchs, scheinbar glücklich auf seinem selbst definierten Thron, ganz allein und ungestört. Als jedoch die Fischotter seinen Thron als Grillplatz beanspruchten, wurde Leopold wütend und konnte nicht verstehen, wie sein Thron entweiht wurde. Für die Fischotter war es lediglich ein normaler Stein, ohne jegliche Machtkonnotation. Sie freuten sich darüber, dass sie ihre Fische darauf grillen und den Stein als Sprungturm ins Wasser nutzen konnten. Die Fischotter waren fröhlich, denn für sie war der Stein ein einfacher Gegenstand, den sie mit Leben erfüllten. Leopold hingegen schenkte dem Stein eine andere Bedeutung.

Die Geschichte regt im Unterricht einen Perspektivenwechsel an: Was für einen Wert hat, muss nicht denselben Wert für einen anderen haben. Die Moral der Geschichte lautet, dass die Vielfältigkeit das Leben erst lebenswert macht. Was für einen Frosch, ein Insekt, die Natur oder einen Menschen eine Bedeutung hat, kann vielfältig sein: Schutz, Dekoration, Lebensraum, und mehr.

Didaktik

Dieses Lernszenarium widmet sich der Betrachtung eines Steines als emotionaler Anker und Ort der Begegnung. Die Schüler*innen setzen sich mit diesem Thema anhand einer Geschichte auseinander und verbinden dabei Achtsamkeitsbildung (vgl. CNL & Ecological Awareness) sowie Perspektivenwechsel (vgl. CNL & Diversität) mit bildnerischem Gestalten und empirischer Erkundung in der Natur. Zusätzlich werden digitale Lernmöglichkeiten berücksichtigt, insbesondere im Hinblick auf Gestalten von Geschichten.

Dabei werden nicht nur die kreativen und sprachlichen Fähigkeiten der Lernenden entwickelt, sondern auch ihre Achtsamkeit für die unscheinbaren Aspekte der Natur geschärft. Durch die Verbindung von Literatur, Kunst, Naturerlebnissen und digitalen Werkzeugen entsteht ein ganzheitlicher Ansatz, der die Vielschichtigkeit des Lernens und der Wahrnehmung betont.

WER ist die Zielgruppe? WER sind mögliche Kooperationspartner?

Das Lernszenarium ist für Schüler*innen der Primarstufe ab der dritten Klasse geeignet. Der Fokus liegt auf dem Sachunterricht in Verbindung mit dem Deutschunterricht, wobei die Aufgabenstellungen sowohl bildnerisches Gestalten als auch Friedenserziehung, digitale Kompetenz und persönliche Kompetenzsteigerung beinhalten.

Für die praktische Anwendung wird ein Ausflug zu einem Teich empfohlen. Des Weiteren bietet sich die Einladung eines*iner Achtsamkeitstrainers*in für den Unterricht an.

WARUM ist dieses Thema relevant für *CultureNature Literacy*? WOHIN geht es?

Ein Perspektivenwechsel vom Egosystem- zum Ökosystem-Bewusstsein ist notwendig, um globalen Herausforderungen zu begegnen. Dieser Wandel wird durch Achtsamkeit, Mitgefühl und Empathie gefördert (Pinkl, 2023). Der Zusammenhang zwischen Aufmerksamkeit, Intention und Haltung wird als grundlegend betrachtet, um die Kluft zwischen Wissen und Handeln zu überbrücken.

Das Projekt strebt einen Kulturwandel im Bildungsbereich an, der nicht nur auf naturwissenschaftlichem Wissen basiert, sondern eine ganzheitliche Perspektive auf ökologische, ökonomische und soziale Auswirkungen einnimmt. Das Projekt setzt sich aktiv für die Förderung von *CultureNature Literacy* ein, indem es Achtsamkeit, Mitgefühl, Empathie und Inklusion in Verbindung mit Naturerlebnissen und künstlerischen Ausdrucksformen integriert. Lehrende sollen im Rahmen von Anthropozänkompetenz faktenbasierte Auseinandersetzung, die Einheit von Natur und Kultur, innovative Didaktik, Förderung von Denkweisen, Vermittlung von Resilienz und wertebasierte Reflexion fördern, um die Herausforderungen des Anthropozäns anzugehen.

WANN, in welchem Zeitraum findet das statt?

Das Lernszenarium eignet sich für ein mehrwöchiges Projekt (idealerweise über zwei Monate) im fächerverbindenden Unterricht der Primarstufe. Einzelne Sequenzen können aber auch

separat für die Gegenstände Deutsch, Sachunterricht, Kunst und Gestaltung und Informatik übernommen werden.

WIE ist vorzugehen?

Schritt 1: Deutsch (Sprechen, Mündlichkeit)

Im Sitzkreis wird zum Einstieg die Geschichte „Ein Thron für mich allein, oder?“ (von Greta Kremser) in deutscher Sprache vorgelesen. Anschließend geben die Schüler*innen ihre Eindrücke zur Geschichte wieder.

- Wer kommt in der Geschichte vor? Wer sind die Hauptpersonen?
- Wo findet das Geschehen statt?
- Wann findet die Geschichte statt?
- Was passiert in der Geschichte? Was ist das Hauptgeschehen?
- Welcher Gegenstand ist wertvoll und warum?
- Wie wird die Geschichte erzählt, aus welcher Perspektive?
- Sprechen die Figuren miteinander?
- Was ist die Moral der Geschichte?

Die Schüler*innen wählen eine Figur aus der Geschichte und versetzen sich in diese hinein (Perspektivenwechsel, Mensch-Natur-Beziehung), während die Lehrperson die Geschichte erneut vorliest.

Dabei wird zum nächsten Schritt 2 („Emotionen“) übergegangen.

Schritt 2: Kunst & Gestaltung (Emotionen)

Nachdem die Geschichte vorgelesen und wie oben beschrieben bearbeitet wurde, beschäftigen sich die Lernenden mit Emotionen. Die Lehrperson fragt die Kinder nach bereits bekannten Gefühlen und bespricht diese. Um über Empfindungen sprechen zu können, wird ein umfangreicher Wortschatz benötigt. Diesen Wortschatz müssen die Kinder erst erarbeiten und eine Assoziation dazu verknüpfen. Reden über Gefühle und deren Auswirkungen bietet eine gute Möglichkeit für eine Wortschatzerarbeitung und hilft den Kindern, Gefühle und Empfindungen wahrnehmen und ausdrücken zu können. Die Lehrperson fragt die Kinder: „Welche Emotionen löst die Geschichte in dir aus?“. Hierzu wird auf einem A4-Papier im Querformat mit Ölkreiden ein Bild angefertigt. Farben spielen bei der Darstellung von Emotionen eine große Rolle. Die Kinder wählen für ihre Gestaltung bewusst eine Farbe, die ihre Emotion widerspiegelt. Um den Kindern eine Vorstellung über Emotionen in Verbindung mit Farben zu geben, wird das Buch von Mies van Hout – „Heute bin ich“ (Zürich:Aracari Verlag, 2012) herangezogen. Es dient der Inspiration und zeigt wie Farben und Emotionen miteinander verknüpft werden können.

Schritt 3: Sachunterricht (Lebensraum)

Es werden die Aspekte der Geschichte näher betrachtet und die folgenden Themen erarbeitet:

Teich als Lebensraum:

Gemeinsame Erarbeitung:

- Was ist ein Teich?
- Wo finden wir Teiche?
- Welche Tiere leben im und am Teich?
- Was geschieht, wenn Teiche austrocknen bzw. ihren Lebensraum verlieren?

Veranschaulichung mit Bildern oder Plakaten verschiedener Teichlebewesen.

Exkursion zu einem nahegelegenen Teich (optional)

Ein gemeinsamer Spaziergang zu einem Teich ist geplant, bei dem die Tiere und ihr Verhalten am Teich beobachtet werden. Die Kinder dokumentieren ihre Beobachtungen in Form von Skizzen oder Stichpunkten. Zurück im Klassenzimmer werden die gesammelten Informationen zusammengetragen und die Erfahrungen ausgetauscht.

Tiere im Wald:

Erarbeitung:

- Was ist ein Wald?
- Welche Tiere leben im Wald?
- Warum ist der Wald für die Tiere und für uns Menschen wichtig?

Vorstellung des Luchses:

- Luchs als Waldbewohner
- Steckbrief des Luchses
- Als kreative Bastelarbeit erstellen die Kinder Luchsmasken, die sie individuell zum Thema der Emotionen gestalten können.

Mensch-Natur-Beziehung:

Die Kinder bringen jeweils einen Naturgegenstand in den Unterricht mit, den sie als wichtig oder schädlich für die Natur erachten. In einer Gesprächsrunde erzählen die Kinder, warum sie diesen Gegenstand ausgewählt haben. Im Anschluss finden die Kinder zu Kleingruppen zusammen und wählen einen Gegenstand aus (womöglich haben mehrere Kinder einen ähnlichen Gegenstand mitgebracht). Sie fertigen ein Plakat, Poster, etc. an und präsentieren ihre erworbenen Kenntnisse. Unter der Leitfrage „Warum ist mein Gegenstand wichtig oder schädlich für die Natur?“ recherchieren die Schüler*innen in Kinderlexika oder auf Kinderwebseiten.

Schritt 4: Sachunterricht & Kunst und Gestaltung (Diversität & Inklusion)

Die Bilder zu den Emotionen werden aufgegriffen und in einem Rundgang gemeinsam reflektiert. Die Kinder präsentieren ihre Werke.

Sechs Werke (oder auch mehrere, abhängig von der Anzahl der verschiedenen Emotionen), die freiwillig von den Kindern zur Verfügung gestellt werden, werden analysiert. Die unterschiedliche Darstellung von verschiedenen Emotionen (glücklich, traurig, betrübt, verärgert, etc.) werden im Plenum besprochen und das Thema „Vielfalt“ aufgegriffen.

- Zwei Bilder, welche die Emotion „glücklich“ (z.B. aus der Perspektive der Fischotter) darstellen, werden besprochen. Beide Emotionen stellen das Glücklich-Sein dar, dennoch sind diese unterschiedlich. Worin unterscheiden sie sich?
- Weitere zwei Bilder stellen die Emotion „traurig“ dar. Worin unterscheiden sich diese Bilder?
- Weitere zwei Bilder stellen die Emotion „verärgert“ dar. Worin unterscheiden sich diese Bilder?

Die Vielfalt an Emotionen, welche eine einzige Geschichte auslöst und die Unterschiedlichkeit der Bilder, trotz derselben Emotionen, werden aufgegriffen und besprochen.

Die bunten Bilder stellen die Klassengemeinschaft dar. Das Thema „Du bist besonders, du bist einzigartig“ wird in der Klasse aufgegriffen. Die „Besonderheiten“, Stärken und Schwächen, Hobbies und Vorlieben der Kinder werden aufgegriffen.

Umsetzung:

Die Werke der Kinder werden kopiert (damit die Originale erhalten bleiben) und gemeinsam zu einer Collage zusammengefasst. Auf der einen Seite hat man die einzelnen Werke, in ihrer Einzigartigkeit und ein gemeinsames Werk, das die Vielfalt widerspiegelt.

Schritt 5: Deutsch (Schriftlichkeit, Texte verfassen, Mehrsprachigkeit – Plakat mit Bildern und Texten in verschiedenen Sprachen unter dem Motto „Eine bunte Geschichte“)

Die Ein-, Zwei- bzw. Mehrsprachigkeit der Kinder wird aufgegriffen. Die Kinder wählen eine Szene und geben diese in ihrer Erst- oder Zweit- oder in einer anderen Sprache wieder.

- Dazu stellt die Lehrperson ein großes Plakat, mit Bildern aus den selbst hergestellten Szenen der Kinder, zu Verfügung.
- Zu jeder Szene (Bild) verfassen die Schüler*innen (Einzelarbeit/Partnerarbeit) einen kurzen Text in einer gewählten Sprache.

Schritt 6: Digitalität (Video)

Abhängig von der Klassengröße werden Teams aus mind. zwei bis max. vier Kindern gebildet.

Zur Herstellung eines Videos werden im Vorfeld bestimmte Szenen händisch, in analoger Form, gezeichnet. Die einzelnen Handlungen der Figuren bzw. Szenen werden gemeinsam genau besprochen und in Absprache den Teams für ihre Umsetzung zugeteilt.

- Ein Team gestaltet ein Hintergrundbild mithilfe von Wasserfarben (Himmel, Teich, Stein, Schilf, Sonne).

- Die restlichen Teams zeichnen mit dem Bleistift, auf einem separaten weißen Papier, die vorkommenden Figuren in ihren Handlungen.
- Die Lernenden schneiden die Figuren aus.

Im nächsten Schritt werden die einzelnen Figuren in ihren Handlungen auf das Hintergrundbild gelegt. Mithilfe des Stop-Motion-Apps werden diese einzelnen Szenen zu einem Video zusammengefügt.

Anschließend erfolgt eine Audio-Aufnahme in den in der Klasse vorkommenden Sprachen. Das Stop-Motion-Video wird mit den Audio-Aufnahmen der Kinder verknüpft.

Schritt 7: Achtsamkeit

Gestalten eines Achtsamkeitsglases

(inspiriert und Inhalte übernommen aus dem Workshop Mindful Being 2023 von Dr. Claudia Pinkl)

Was ist es?

Ein Glas, mit destilliertem Wasser, Spülmittel und Glitzer

Was bringt es?

Durch das Schütteln wird Stress, Ärger oder gar eine ausweglose Situation sichtbar gemacht. Zwischen dem Reiz und der Reaktion gibt es ein Zeitfenster. Das genutzt werden kann, um zu atmen, in die Ruhe zu kommen, nachzudenken und eine entsprechende Aktion setzen zu können. Diesen Moment, der zwischen Reiz und Reaktion liegt, lässt sich mit Hilfe des Achtsamkeitsglases bildhaft darstellen.

Was bewirkt die Darstellung?

Du wirst ruhiger. Du atmest bewusst. Du erkennst, dass du nicht immer gleich reagieren musst.

Wann hilft das Glas?

Vor Prüfungen, wenn du zornig/wütend/traurig bist, ...

Achtsamkeit ist keine reine Entspannungstechnik, sondern eine Form der Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Moment.

Die Arbeit mit dem Achtsamkeitsglas gibt den Kindern die Möglichkeit Achtsamkeit selbst zu entdecken. Die angeleitete Übung ermöglicht den Kindern eine nachhaltige Erfahrung, was in Körper und Gehirn bei Stress passiert zu machen. Sie erfahren, wie man den Moment zwischen Reiz und Reaktion nutzen kann, um zu atmen, nachzudenken und eine entsprechende Aktion zu setzen.

„Die Eile im Kopf wird langsamer“ (Claudia Pinkl, 2023).

Fünfmal tief atmen – und der ganze Sturm verzieht.

WOMIT wird gearbeitet?

Für die Sammlung von Ideen werden Plakate oder Flipcharts herangezogen. In einem Lernjournal halten die Kinder ihre Eindrücke und Empfindungen regelmäßig fest. Darüber hinaus werden für die Aufgabenstellungen Blöcke für Notizen, Stifte, Schere und Klebstoff benötigt. Für die Herstellung des Videos ist die Stop-Motion-App und ein Diktiergerät zu empfehlen.

WO findet das Lernszenarium statt?

Das Lernszenarium wird im Klassenzimmer und im Zuge einer Exkursion an einem Teich durchgeführt. Als weitere externe Lernorte werden („ruhige“) Flüsse oder Bäche empfohlen.

Literatur | Literature

Horx, Matthias (2016). *Das Mem der neuen Achtsamkeit. Zukunftsreport 2017. Das Jahrbuch für gesellschaftliche Trends und Business-Innovationen*. Zukunftsinstitut.

Hüther, Gerald (2023). *Education for Future. Bildung für ein gelingendes Leben*. Goldman

Lustig, Thomas & Zechner, Kerstin (2023). CNL & Diversität. In Carmen Sippl & Berbeli Wanning (Hrsg./Eds.). *CultureNature Literacy (CNL) (S. 170-175)*. Pädagogische Hochschule Niederösterreich. DOI: <https://doi.org/10.53349/oa.2023.a1.210>

Permantier, Martin (2019). *Haltung entscheidet. Führung und Unternehmenskultur zukunftsfähig gestalten*. Verlag Franz Vahlen.

Pinkl, Claudia (2023). *Bildungsprozesse achtsam gestalten. Theorie und Praxis der Achtsamkeit*. Beltz Juventa.

Pinkl, Claudia (2022). *Wo bist du? Über (un-)erfüllte Grundbedürfnisse in der VUCA- und BANI-Welt. #schuleverantworten 2022_4*, 138-142. DOI: <https://doi.org/10.53349/sv.2022.i4.a269>

Rifkin, Jeremy (2022). *Das Zeitalter der Resilienz. Leben neu denken auf einer wilden Erde*. Campus.

Anmerkungen

Dieses Lernszenarium wurde im Rahmen der Lehrveranstaltung (LV Nr. [392PPA2]A35_PA5 SE01) „Kinder forschen ästhetisch (Ästhetische Forschung)“ unter der Begleitung von HS-Prof. Mag. Dr. Carmen Sippl und in Analogie zu ihrem Lernszenarium „Was der Stein erzählt“ (Brendan Wenzel, Der stille Stein) erstellt.

Gütekriterien | Quality criteria | SDGs

Nachhaltigkeit: Das Lernszenarium dient zur Förderung des Perspektivenwechsels in der Mensch-Natur-Beziehung und zur Förderung des Bewusstseins in Umgang mit der Natur.

Inklusion: Das Lernszenarium hat einen inklusiven Charakter und kann an die besonderen Bedürfnisse der „eigenen“ Kinder angepasst werden.

Digitalität: Stop-motion-App. Digitale Medien können im Zuge von Präsentation oder beim Verfassen von Texten eingesetzt werden.

Zielgruppenentsprechung: Das Lernszenarium richtet sich an (angehende) Lehrpersonen der Primarstufe.

SDG: SDG 14 (Leben unter Wasser), SDG 15 (Leben an Land), SDG 16 (Frieden, Gerechtigkeit und starke Institutionen)

Autorinnen

Sandra Reisinger

Studentin Bachelorstudium Lehramt Primarstufe, Medieninformatik
Kontakt: sandra.reisinger@stud.ph-noe.ac.at

Greta Kremser

Studentin Bachelorstudium Lehramt Primarstufe, Marketing mit Schwerpunkt Grafikdesign und Websitebetreuung
Kontakt: greta.kremser@stud.ph-noe.ac.at

Raffaella Hofmann

Studentin Bachelorstudium Lehramt Primarstufe, Achtsamkeitstrainerin, Senior Beraterin mit Schwerpunkt, Kulturentwicklung, New Work, Leadership, Transformation in der Wirtschaft
Kontakt: raffaella.hofmann@stud.ph-noe.ac.at

Emine Günes

Studentin Bachelorstudium Lehramt Primarstufe, internationaler Vertrieb mit Auslandserfahrung, Projektmanagement
Kontakt: emine.guenes@stud.ph-noe.ac.at

Zitiervorschlag für diesen Beitrag:

Reisinger, Sandra; Kremser, Greta; Hofmann, Raffaella & Günes, Emine (2024): Ein Thron für mich allein. Oder? Vom Egosystem zu einem Ökosystembewusstsein. In: *CultureNature Literacy für den Unterricht. Next-Practice-Beispiele für Schule und Hochschule*. <https://cnl.ph-noe.ac.at/projektvorhaben/lernszenarien>

Das Projekt *CultureNature Literacy* wurde mit Unterstützung der Europäischen Kommission finanziert. Die Verantwortung für den Inhalt dieser Veröffentlichung tragen allein die Verfasser*innen; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben. | Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.

www.ph-noe.ac.at | <https://cnl.ph-noe.ac.at/>