

**Kilian Frühwirt**

Studierender an der PH Niederösterreich, Campus Baden

**Sophie Zimmer**

Studierende an der PH Niederösterreich, Campus Baden

# Die Schildkröte und der weise Stein

## Selbstakzeptanz im Einklang mit der Natur

Philosophisch widmet sich diese Geschichte dem Thema der Selbstakzeptanz: Ist es nicht gut zu sein, wie man ist? Reicht es einem nicht, man selbst zu sein? Welche Vorteile hätte unser Wunschdenken? Würden wir doch nicht lieber wir selbst sein? Wie kann ich mich selbst akzeptieren? Diese Fragen werden in diesem Erzähltheater (als digitales Kamishibai) behandelt, dessen Hauptcharaktere eine Schildkröte und ein sehr weiser Stein sind.

*Kindersachgeschichte, Natur, innovativ, philosophisch, Selbstakzeptanz, Primarstufe*

### Thema: Selbstakzeptanz im Einklang mit der Natur

Das Lernszenarium legt den Fokus auf das Thema „Selbstakzeptanz im Einklang mit der Natur“. Ziel ist es, Selbstakzeptanz zu fördern, indem eine symbiotische Beziehung zur Natur hergestellt wird. Die Schüler\*innen sollen die positiven Auswirkungen der Natur auf das emotionale Wohlbefinden und die Selbstakzeptanz erkunden. Die Hauptfiguren des Kamishibai, eine Schildkröte und ein stiller Stein, werden als narrative Elemente genutzt, um diese Konzepte erlebbar zu machen.

Außerdem umfasst die Auseinandersetzung psychologische Aspekte, wie Achtsamkeit und innere Ruhe, wobei die Weisheit der stillen Natur betont wird. Dabei stehen die Schüler\*innen im Mittelpunkt und erleben persönliche Wachstumsprozesse. Die Relevanz des Themas wird durch wissenschaftliche Erkenntnisse aus der Umwelt- und Naturpsychologie untermauert, insbesondere die positiven Effekte der Natur auf das emotionale Wohlbefinden (Chowdhury,

2019). Die Selbstwerttheorie von Rosenberg betont die Bedeutung von Selbstakzeptanz für ein gesundes Selbstwertgefühl und emotionales Gleichgewicht (Rosenberg, 1965).

### Um WAS geht es? Um WEN geht es?

In diesem Lernszenarium steht die Thematik "Selbstakzeptanz durch Naturverbundenheit" im Fokus, illustriert durch die Figuren der Schildkröte und des stillen Steins im Kamishibai. Die Schildkröte spiegelt die Schüler\*innen wider und reflektiert Gefühle der Langsamkeit und Schwere, die mit Selbstzweifeln einhergehen. Ihr Prozess der Selbstakzeptanz wird durch die Weisheit und Gelassenheit des stillen Steins unterstützt, der als Symbol für Ruhe und Einzigartigkeit dient. Die Interaktion zwischen Schildkröte und Stein verdeutlicht die naturgegebene Lehrmeisterrolle für Selbstakzeptanz.

Psychologische Aspekte wie Achtsamkeit und innere Ruhe werden durch ihre Dialoge erlebbar. Die Geschichte hebt hervor, dass die Natur nicht nur äußere Schönheit repräsentiert, sondern auch eine Quelle für Selbstfindung und Akzeptanz sein kann. Die Relevanz des Themas wird durch Forschung aus der Umwelt- und Naturpsychologie gestützt, welche die positiven Auswirkungen der Natur auf das emotionale Wohlbefinden betont (Chowdhury, 2019).

## Didaktik

Dieses Lernszenarium gibt einen Überblick über die didaktische Planung, das Selbstakzeptanz und Naturverbundenheit integriert. Es behandelt die Bedeutung in Bezug auf *CultureNature Literacy*, die zeitlichen Rahmenbedingungen, potenzielle Kooperationen und die praktische Umsetzung mit einem digitalen Erzähltheater, sowie einfachen Materialien.

### WER ist die Zielgruppe? WER sind mögliche Kooperationspartner?

Das Lernszenarium ist für Schüler\*innen der 3. und 4. Klasse Volksschule konzipiert. Die Unterrichtseinheiten sind darauf ausgerichtet, die Themen Selbstakzeptanz und Naturverbundenheit auf altersgerechte Weise zu vermitteln. Es könnten Kooperationen mit Umweltbildungszentren oder Naturpädagog\*innen eingegangen werden, um externe Expertise in die Naturerfahrung einzubinden oder Besuche an außerschulischen Lernorten zu ermöglichen.

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

Die Relevanz des Themas Selbstakzeptanz in Verbindung mit der Natur für *CultureNature Literacy* ist vielschichtig. Diese Integration schafft ein umfassendes Verständnis der Wechselwirkungen zwischen individuellem Wohlbefinden und der natürlichen Umgebung. *CultureNature Literacy* strebt danach, kulturelle Vielfalt in den Konzepten der Selbstakzeptanz

zu erforschen und gleichzeitig ein tiefes Umweltbewusstsein zu fördern (Sippl & Wanning, 2023).

Die Verbindung von Selbstakzeptanz und Natur ermöglicht eine erlebnisorientierte Lernumgebung. Dieser Ansatz geht über das bloße Vermitteln von Informationen über die Natur hinaus und eröffnet den Lernenden die Möglichkeit, durch direkte Erfahrungen und emotionale Verbindungen zu lernen. Es schafft eine Plattform, auf der die Schüler\*innen nicht nur theoretisches Wissen erlangen, sondern auch eine tiefere Bindung zu ihrer Umwelt und ihren eigenen inneren Prozessen entwickeln.

Das übergeordnete Ziel von *CultureNature Literacy* in Verbindung mit Selbstakzeptanz und Natur besteht darin, eine integrative Bildung zu fördern. Diese Art der Bildung zielt darauf ab, nicht nur kognitive Aspekte zu berücksichtigen, sondern auch emotionale und erlebnisorientierte Elemente einzubeziehen. Durch diese ganzheitliche Annäherung soll eine tiefe Verbindung zwischen Individuen, ihrer kulturellen Identität und der natürlichen Welt hergestellt werden. Diese Verbindung kann nicht nur das Bewusstsein für die eigene Persönlichkeit stärken, sondern auch das Verständnis für die Bedeutung der Natur in unserem Leben vertiefen (Lehrplan der Volksschule, 2024).

### WANN, in welchem Zeitraum findet das statt?

Das Lernszenarium erstreckt sich über einen Zeitraum von einer Woche. Dieser zeitliche Rahmen ermöglicht eine umfassende und intensive Auseinandersetzung mit den Themen Selbstakzeptanz und Naturverbundenheit. Innerhalb dieser Woche werden verschiedene Aktivitäten und Methoden implementiert, die fächerübergreifend angelegt sind und den Kindern eine ganzheitliche Lernerfahrung bieten.

### WIE ist vorzugehen?

**Schritt 1:** Die Schüler\*innen versammeln sich im Schulgarten zu einem Morgenkreis, der mit einer kurzen Einführung in die Themen Selbstakzeptanz und Naturverbundenheit eröffnet wird. Lehrkräfte könnten dabei beispielsweise mit Fragen wie: „Was bedeutet Selbstakzeptanz für euch?“ beginnen. Nach der Einführung folgt eine Naturerkundung im Schulgarten, bei der die Kinder Pflanzen, Insekten und die Umgebung genauer betrachten können. Im Anschluss wird das Kamishibai vorgestellt, begleitet von einer Gruppendiskussion über die Charaktere der Schildkröte und des stillen Steins sowie dem Beginn der Erforschung der Botschaften zur Selbstakzeptanz.

**Schritt 2:** Der nächste Schritt fokussiert sich auf kreative Entfaltung durch die Gestaltung von Natur-Mandalas. Zunächst erhalten die Schüler\*innen eine Erläuterung zur Bedeutung von Natur-Mandalas und wie diese als Ausdruck der Verbundenheit mit der Natur dienen. Anschließend begeben sich die Kinder ins Freie und gestalten Mandalas aus gesammelten Naturmaterialien wie Blättern, Blumen und Steinen. Während des kreativen Prozesses

reflektieren sie darüber, wie ihre Mandalas die Elemente des Kamishibai, insbesondere die Themen Selbstakzeptanz und Natur, widerspiegeln können.

**Schritt 3:** Im dritten Schritt steht das kreative Schreiben von Gedichten im Fokus. Die Schüler\*innen erhalten eine Einführung in die Grundlagen des kreativen Schreibens und verfassen Gedichte über ihre Erfahrungen von Selbstakzeptanz und Natur. In kleinen Gruppen teilen sie ihre Gedichte und reflektieren über unterschiedliche Perspektiven. Dieser Schritt fördert nicht nur die sprachliche Ausdrucksfähigkeit, sondern auch die emotionale Auseinandersetzung mit den behandelten Themen.

**Schritt 4:** Am nächsten Tag bereiten die Schüler\*innen aktiv die Kunstausstellung vor. Dies beinhaltet die Zusammenstellung und Vorbereitung ihrer Mandalas und Gedichte für die Präsentation. Der Kunstunterricht konzentriert sich dabei auf ein gemeinsames kreatives Projekt, das die Themen des Kamishibai aufgreift und die Schüler\*innen zur Gemeinschaftsarbeit anregt. Dies könnte beispielsweise eine kollektive Collage oder ein Gruppenbild sein, das die Vielfalt der individuellen Werke zusammenführt.

**Schritt 5:** Der Abschlusstag wird durch eine Kunstausstellung abgerundet, in der die Schüler\*innen ihre Werke vorstellen. Eltern und andere Klassen sind eingeladen, die Ausstellung zu besuchen und die kreativen Beiträge der Kinder zu betrachten. Der Tag endet mit einer gemeinsamen Reflexion, in der die Schüler\*innen die Bedeutung von Selbstakzeptanz und Natur im Alltag erörtern und ihre persönlichen Erkenntnisse austauschen können. Dies fördert nicht nur die Selbstreflexion, sondern ermöglicht auch einen wertvollen Austausch über individuelle Lernerfahrungen.

### WOMIT wird gearbeitet?

Im Zentrum steht das digitale Kamishibai, das als narrative Grundlage dient. Hierfür wird eine Aufzeichnung des Erzähltheaters zur Verfügung gestellt, ebenso wie alle einzelnen Bilder und der Text zur Geschichte. Das Kamishibai wurde zweisprachig konzipiert und ist für beide Sprachen erhältlich. Für kreative Aktivitäten kommen einfache Materialien wie Malutensilien, Papier und Stifte zum Einsatz. Die Naturerfahrung wird durch den Einsatz von Beobachtungsmaterialien, wie Lupen und Notizbüchern unterstützt. Die Abschlusspräsentationen der Kinder erfolgen mithilfe üblicher Präsentationsmaterialien wie Plakate oder Präsentationsfolien. Für die individuelle Reflexion nutzen die Schüler\*innen persönliche Materialien wie Journale oder Arbeitsblätter, um ihre Gedanken und Erkenntnisse festzuhalten und zu reflektieren.

### WO findet das Lernszenarium statt?

Der Morgenkreis und Naturerlebnisse finden im Schulgarten statt. Die kreativen Aktivitäten werden im Klassenraum durchgeführt. Ein Besuch eines außerschulischen Lernorts, wie einem

Naturreservat, einem botanischen Garten oder einem Umweltbildungszentrum würde sich anbieten.

## Literaturverzeichnis

Chowdhury, M. R. (2019). The positive effects of nature on your mental wellbeing. PositivePsychology.com. <https://positivepsychology.com/positive-effects-of-nature>

Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Forschung. (2024). Lehrplan der Volksschule (BGBl. Nr. 134/1963) in der Fassung BGBl.II Nr. 280/2024.

Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.

Sipl, Carmen & Wanning, Berbeli (Hrsg.). (2023). CultureNature Literacy (CNL). Schlüsselkompetenzen für Zukunftsgestaltung im Anthropozän. Ein Handbuch für den Theorie-Praxis-Transfer in Schule und Hochschule. | Key competences for shaping the future in the Anthropocene. A manual for theory-practice transfer in schools and universities. University College of Teacher Education Lower Austria.

## Gütekriterien | SDGs

**Nachhaltigkeit:** Das Lernszenarium lädt zur bewussten Wahrnehmung der Materie Natur ein, um die Selbstakzeptanz zu fördern.

**Inklusion:** Das Lernszenarium kann an besondere Bedürfnisse angepasst werden.

**Digitalität:** Das Kamishibai wird digital umgesetzt.

**Zielgruppenentsprechung:** Das Lernszenarium richtet sich an Lehrende der Primarstufe bzw. an Hochschullehrende von Lehramtsstudierenden.

**SDG:** SDG 14 (Leben an Land), SDG 3 (Gesundheit und Wohlergehen)

## Autor\*innen

### Kilian Frühwirt

Student für „Lehramt für Primarstufe“ an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich.  
Kontakt: [kilian.fruehwirt@stud.ph-noe.ac.at](mailto:kilian.fruehwirt@stud.ph-noe.ac.at)

### Sophie Zimmer

Studentin für „Lehramt für Primarstufe“ an der Pädagogischen Hochschule Niederösterreich.  
Kontakt: [sophie.zimmer@stud.ph-noe.ac.at](mailto:sophie.zimmer@stud.ph-noe.ac.at)

**Zitiervorschlag für diesen Beitrag:**

Frühwirt, Kilian & Zimmer, Sophie (2024): Die Schildkröte und der weise Stein. Selbstakzeptanz im Einklang mit der Natur. 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](http://www.ph-noe.ac.at) | <https://cnl.ph-noe.ac.at/>