

freigeist

Geschwindigkeit

Einladung zur
Langsamkeit

Ulrich Schnabel

Sonnentor - Edith
Gutmann im Gespräch

Ingrid Ratheiser

Das Herz der
Lernwerkstatt

Interview mit Theo Feldner



Foto: David Meixner



SEITE 3
editorial

SEITEN 4 BIS 13
Themenschwerpunkt: Geschwindigkeit
Einladung zur Langsamkeit

Alle Kinder sind verschieden
Der Mußenkuss
Speedwatching
Lasst uns Fehler machen
notiz am rande

SEITEN 14 BIS 25
Sonnentor - Edith Gutmann im Gespräch

HLUW Yspertal
eh normal
buchtipp

SEITE 26 BIS 27
mitte

SEITEN 28 BIS 33
In Glückes Schmiede
kinderseiten

SEITEN 34 BIS 46
aus der lernwerkstatt
Das Herz der Lernwerkstatt

Geschwindigkeit, das hat mit Zeit zu tun
Tagebuch eines Kinderrades
72 Stunden ohne Kompromiß
cartoon & dramolett
veranstaltungen

SEITE 47 BIS 52
insetate, abo, impressum

Medieninhaber und Herausgeber:
Verein „Mit Kindern wachsen“
Initiative für aktives und offenes Lernen
Josef Trauttmansdorff-Straße 10
A-3140 Pottenbrunn
(ZVR 690476130)
Tel. +43 (0)2742/43550
info@lernwerkstatt.at
www.lernwerkstatt.at
redaktion@freigeist.online
www.freigeist.online



Themenschwerpunkt: Geschwindigkeit



Einladung zur Langsamkeit

Ulrich Schnabel macht sich auf die Suche nach der richtigen Geschwindigkeit und der Rückeroberung der Muße. > SEITE 4



Sonnentor

Edith Gutmann im Gespräch mit Ingrid Ratheiser über Visionen, Haltung und Lebensgestaltung im Kontext Mensch, Umwelt und Unternehmertum. > SEITE 14



Das Herz der Lernwerkstatt

Im Interview spricht Maria Altmann-Haidegger mit Theo Feldner, dem pädagogischen Leiter der Lernwerkstatt, über bedingungslose Liebe, Nichtdirektivität und eine vorbereitete Umgebung. > SEITE 35

editorial

Liebe Leserinnen, liebe Leser!

Galt die Vorweihnachtszeit einst als ruhig und besinnlich, leiden in der konsumorientierten Industriegesellschaft der Gegenwart viele Menschen gerade jetzt unter Reizüberflutung und Hektik. Ein Grund für das Redaktionsteam des **freigeist**, die vorliegende Winterausgabe dem Schwerpunktthema „Geschwindigkeit“ zu widmen. Ist der Begriff an sich neutral, so denken wir dabei doch eher an Tempo, Beschleunigung, also höhere Geschwindigkeit, was auch der Entwicklung unserer Gesellschaft entspricht, in der meist alles immer schneller gehen muss. Was dabei alles verloren gehen kann und was Innehalten, Entschleunigung oder die Akzeptanz unterschiedlicher Geschwindigkeiten bewirken können, dem möchten wir in dieser Ausgabe nachgehen.

„Die ständige Hetze stellt letztlich das Funktionieren der Demokratie infrage“, schreibt der Journalist und Autor Ulrich Schnabel in seiner Einladung zur Langsamkeit und erwähnt einige Beispiele, wie sich wieder mehr Zeit für das Wesentliche finden lässt. Viel lässt sich von den Kindern lernen, die etwas um ihrer selbst willen tun, anstatt wie die Erwachsenen alles auf Effizienz und Nützlichkeit auszurichten. In „Mußenkuss“ berichtet Ute Scheub über die Notwendigkeit von Muße für die Entstehung von kreativen Ideen.

Der Schweizer Kinderarzt Remo Largo führte jahrzehntelang Langzeitstudien über die Entwicklung von Kindern durch und verfasste einige Bücher darüber. Unter dem Titel „Alle Kinder sind verschieden“ lesen Sie eine Zusammenfassung seiner Erfahrungen und Gedanken. Rainer Wisiak entdeckte auf seinem kleinen Spaziergang durch die Reformpädagogik die lernfördernde Wirkung des Fehlermachens. Ingrid Ratheiser und Sonia Höllerer besuchten das Unternehmen „Sonnentor“ im Waldviertel und sprachen während eines Rundganges mit Zukunftsbegleiterin Edith Gutmann und Eveline Pichler, der pädagogischen Leiterin der firmeneigenen Kinderbetreuungseinrichtung „Sonnenscheinchen“.

Auch in dieser Ausgabe darf natürlich die Rubrik „eh normal“ nicht fehlen, mit der Franz Josef Gaugg diesmal ein besonders lesenswerter Wurf gelungen ist. In der Serie über ÖKOLOG-Schulen schreiben diesmal vier Schüler*innen der HLUW Yspertal über die vier Säulen der Ausbildung an dieser berufsbildenden höheren Schule. „In Glückes Schmiede“ beschreibt Saskia Sautner-Schweiger eindrucksvoll die Besonderheiten der Waldorfschulen. Theo Feldner, pädagogischer Leiter der Lernwerkstatt, spricht im Interview mit Maria Altmann-Haidegger über seine Gedanken und persönlichen Erfahrungen aus seiner pädagogischen Arbeit. Renate Liangos, Leiterin der Spielwerkstatt, kommt in ihrem Beitrag nochmal zum Themenschwerpunkt zurück und beschreibt eindrucksvoll, wie wichtig es ist, Kindern Zeit zu geben, in ihrem jeweils individuellen Tempo zu lernen.

So wünsche ich Ihnen einen guten Jahresausklang und die Muße, den Freigeist voll Freude in Ihrem individuellen Tempo lesen zu können.

Paul Braunstätter
Im Namen der Redaktion



Paul Braunstätter
ist Bautechniker und Vater dreier Kinder, welche die Lernwerkstatt besuchten.

www.freigeist.online
Eine gute Möglichkeit, einen freien Geist in die Welt hinaus zu tragen: Ein **freigeist**-Abo zu Weihnachten verschenken!
Einfach bestellen auf unserer neuen Homepage!



Über die Suche nach der richtigen Geschwindigkeit und die Rückeroberung der Muße.
Von Ulrich Schnabel

Vor einiger Zeit war der Schriftsteller Pico Iyer zur Konferenz einer Werbeagentur nach Singapur eingeladen. "Trends von morgen" waren gefragt, und der viel reisende Iyer, der ständig zwischen den USA und Japan pendelt, sollte über globale Mobilität referieren. Doch bevor er dazu kam, wurde er mit einem Geständnis konfrontiert. "Kurz nach meiner Ankunft", berichtet Iyer in der New York Times, "nahm mich der Chef der Werbeagentur zur Seite. Was ihn am meisten interessierte, so begann er – und ich stellte mich schon auf eine besonders geheimnisvolle Werbekampagne ein –, sei: die Stille."

Stille? Kein Trubel, keine Show, kein aufgeblasenes Marketing-Event, sondern einfach nur mal abschalten und Ruhe geben? Ist das der neueste Trend? Gut möglich. Denn je hektischer die Zeiten, je schneller die digitale Kommunikation und je größer der Drang, allzeit erreichbar zu sein, umso ausgeprägter wird der Wunsch, das alles einmal hinter sich zu lassen und abzuschalten. Und das gilt nicht nur für ruhebedürftige Werbechefs. Häufig seien es gerade die kreativen Erfolgsmenschen, wie Pico Iyer erstaunt notiert, die sich vom Nachrichtenstrom abkoppelten und sich der permanenten Erreichbarkeit verweigerten. Manche legen übers Wochenende ein "Internet-Sabbatical" ein oder blocken per Freedom-Software stundenweise ihren Internetzugang, andere flüchten aufs Land, ins Kloster oder in eines jener teuren "black hole"-Hotels, in denen man gerade dafür bezahlt, keinen Fernseher im Zimmer zu haben und nicht erreichbar zu sein.

Klingt verrückt? Kaum weniger verrückt als der Schweizer Trendsetter Rolf Dobelli. Der Mitgründer der Firma getAbstract (die Managementwissen in komprimierter Form anbietet) hat sich radikal vom Nachrichtenrauschen abgekoppelt. Er habe sämtliche Zeitungs- und Zeitschriftenabos gekündigt, Radio und Fernseher entsorgt und die News-Apps von seinem iPhone gelöscht, berichtet Dobelli in seinem Bestseller zur Kunst des klugen Handelns. "Die ersten Wochen waren hart", gesteht der Autor. "Sehr hart. Ständig hatte ich Angst, etwas zu verpassen." Doch er habe durchgehalten. Denn die



hektischen News seien ebenso störend wie irrelevant. Lieber habe er Bücher und Hintergrundartikel gelesen oder Gespräche mit Freunden geführt (echten, keinen Facebook-Freunden). Ergebnis? Heute, drei Jahre später, genieße er "klareres Denken, wertvollere Einsichten, bessere Entscheidungen und viel mehr Zeit". Und das Beste sei: "Noch nie habe ich etwas Wichtiges verpasst."

Die ständige Hetze stellt letztlich das Funktionieren der Demokratie infrage
Sind Leute wie Dobelli vielleicht gar nicht so spinnert, wie es zunächst scheint? Haben sie möglicherweise etwas Entscheidendes erkannt? Unbestritten ist der Bedarf nach Ruhe. Kaum etwas ist in unserer überhitzten Leistungsgesellschaft seltener und wertvoller geworden als Zeit und Muße. Zeit zum Denken und Reflektieren, Muße, um neue Ideen und Perspektiven

entwickeln zu können – statt im ewig gleichen Hamsterrad zu strampeln. Dabei geht es um weit mehr als nur ein bisschen Wellness für die gestresste Seele; es geht darum, Zeit für das Wesentliche zu finden – sowohl im Arbeitsleben wie außerhalb. Wie schwer das ist, spüren besonders Politiker, die wie kaum eine andere Berufsgruppe unter Druck stehen. Sie sollen weitreichende Entscheidungen treffen und zukunftsfähige Gesellschaftsmodelle entwerfen – ohne dass sie dafür die nötige Zeit haben.

Für den ehemaligen SPD-Vorsitzenden Franz Müntefering steht damit sogar das Funktionieren unseres politischen Systems auf dem Spiel. Mit der Geschwindigkeit der Finanzmärkte könne die Politik schlicht nicht mehr mithalten. "Deshalb müssen wir Tempo rausnehmen", mahnte er in einem Interview

Fotos: Foto: Sonia Höllner

„Denn das Gefühl des Gehetztseins ist ein zentrales Charakteristikum unserer modernen 'Beschleunigungsgesellschaft'.“

Ulrich Schnabel



mit dem Magazin Cicero. Schließlich setze Demokratie voraus, "dass per Wahl beauftragte Menschen Dinge diskutieren, dass sie auch streiten und dann Entscheidungen treffen". Demokratie brauche also "eine menschenmögliche Geschwindigkeit, und die gibt es nicht mehr", analysiert der ehemalige Vizekanzler, der seit seinem Ausscheiden aus der aktiven Regierungspolitik einen kritischen Blick auf das hektische Berliner Getriebe gewonnen hat. Wenn ein Parlament vor wichtigen Entscheidungen keine Zeit mehr habe, zu diskutieren und nachzudenken, "dann werden die autokratischen Systeme gewinnen, die auf niemanden Rücksicht nehmen".

Nicht nur in der Politik wäre eine langsamere Gangart notwendig. Auch in der Wirtschaft zeigen sich die negativen Folgen der Hektik. Zum einen, weil sich die Anzahl der Fehltag durch psychische Erkrankungen in fünfzehn Jahren fast verdoppelt hat, was laut Bundesarbeitsministerium zu jährlichen Produktionsausfällen in Höhe von 8 bis 10 Milliarden Euro führt. Zum anderen, weil eilig entworfene Produkte zunehmend als "grüne Bananen" auf den Markt kommen, die erst beim Kunden reifen. Klemmt dann beim neuen Auto Gaspedal oder Bremse, ist der Imageschaden immens.

Sich Zeit zu lassen kann Zeit sparen

Sich Zeit zu lassen kann also enorm viel Zeit sparen. Eine ähnliche Erkenntnis macht sich bei der Deutschen Bahn breit: Statt mit Höchstgeschwindigkeit (und hoher Verspätung) fährt sie nun lieber langsamer (aber pünktlicher). Wäre es nur so einfach, das eigene Leben abzubremsen! Zwar werden uns allerorten zeitsparende Tipps und "schnelle Entspannungstricks" offeriert, doch leider sind diese keine Therapie, sondern ein Symptom der allgemeinen Hetze. (Wer sich "schnell entspannen" muss, steckt so im Stress, dass ihm die Zeit für echte Ruhepausen fehlt.) Und in Seminaren zum Zeitmanagement lernt man vor allem, Arbeitszeit effizienter zu nutzen – nicht aber, sich Zeit zu lassen. Das hat den paradoxen Effekt, dass man noch mehr Dinge in noch kürzerer Zeit erledigt und auf lange Sicht noch gestresster ist. Echtes Umdenken beginnt mit der Erkenntnis, dass man nicht individuell versagt, wenn einem die Zeit knapp wird. Im Gegenteil, das Leiden an der Zeitnot ist längst ein kollektives Problem, das uns alle verbindet – Angestellte wie Selbstständige, Politiker wie Manager, Unbekannte wie Prominente. Denn das Gefühl des Gehetztseins ist ein zentrales Charakteristikum unserer modernen "Beschleunigungsgesellschaft", die durch ständig steigende Erwartungen und den Drang zum Immer-mehr und Immer-schneller gekennzeichnet ist.

Der gesellschaftliche Anspruch auf Perfektion quält heute insbesondere Frauen, die das Gefühl haben, sie müssten Beruf, Kindererziehung und Familienglück gleichzeitig optimieren. Doch nicht nur dieser Spagat zwischen altem Rollenverständnis und neuen Ansprüchen sorgt für Stress. Dazu kommt die technische Beschleunigung, die uns mit ständig schneller werdenden Maschinen, Computerchips und Datenleitungen beglückt, sowie der wirtschaftliche Wettlauf, der in der globalisierten Welt keinem Unternehmen eine Atempause gönnt. Auch der Verlust an religiösen Bezügen kann zum Gefühl beitragen, keine Zeit zu haben. Wer keinen Umgang mit dem Tod und der eigenen Endlichkeit entwickelt, empfindet das Leben leicht als "letzte Gelegenheit", wie es die Sozialwissenschaftler >>

„Kinder sind ohnehin geborene Müßiggänger, weil sie nicht wie wir Erwachsenen alles nach Effizienz und Nützlichkeit beurteilen, sondern viele Dinge einfach um ihrer selbst willen tun.“

Ulrich Schnabel

lerin Marianne Gronemeyer formuliert. Mit anderen Worten: Man weiß zwar, dass man sterben muss, aber vorher versucht man, noch möglichst viel, unendlich viel zu erledigen. So verlagert sich der äußere Zeitdruck nach innen und verwandelt sich in den Drang, den Terminkalender randvoll zu packen, weil man ja sonst wertvolle Zeit vertrödelt. Deshalb träumen wir einerseits von unbeschwerten Aus- oder Mußzeiten, halten es andererseits aber nur schwer aus, wenn einmal nichts zieht und drängt, wenn nichts mehr bimmelt, klingelt und uns ablenkt.

Der erste Schritt auf dem Weg zur Muße besteht daher darin, sich dieser äußeren und inneren Hindernisse bewusst zu werden. Der zweite Schritt wäre die Erkenntnis, dass innere Ruhe nichts mit der Zahl unserer Arbeits- oder Freizeitstunden zu tun hat, sondern mit einer inneren Haltung: Gelingt es, einmal ganz bei sich selbst anzukommen und wunschlos zufrieden zu sein?

Am ehesten empfinden wir dies in Momenten, in denen wir selbst über unser Tun oder Nichtstun bestimmen und in denen wir uns ganz einer Sache widmen können. Der eine erlebt dies vielleicht beim Angeln, die andere beim Gärtnern, der Dritte im Punk-

konzert oder, warum nicht, beim kreativen Arbeiten oder im Spiel mit Kindern. Kinder sind ohnehin geborene Müßiggänger, weil sie nicht – wie wir Erwachsenen – alles nach Effizienz und Nützlichkeit beurteilen, sondern viele Dinge einfach um ihrer selbst willen tun. In dieser Hinsicht kann man viel von ihnen lernen.

In jedem Fall aber hilft es, Ausschau nach Gleichgesinnten zu halten. Nichts entspannt mehr als die Gegenwart entspannter Freunde; zugleich sind Verbündete unendlich wertvoll, um der allgemeinen



Hetze zu widerstehen. Denn in einer Gesellschaft, die auf ständiges Wachstum und immerwährende Beschleunigung gepolt ist, muss man sich Ruheräume und Zeiten der Stille regelrecht erkämpfen (und dann, wie Rolf Dobelli, auch die Angst aushalten, etwas zu verpassen).

Mit anderen Worten: Ruhe stellt sich nicht von selbst ein, sondern bedarf der sorgsam Pflege. Ein guter Start dafür wäre die simple Frage: Wann ist eigentlich genug? 🍷

Dieser Artikel erschien erstmalig in "DIE ZEIT", Nr. 50, 2012. Herzlichen Dank für die Erlaubnis zum Nachdruck.

Foto: Sonia Höllner

Themenschwerpunkt >
Geschwindigkeit

Alle Kinder sind verschieden

Über den 1943 in Winterthur geborenen Arzt und Autor Remo Hans Largo.
Von Paul Braunstätter.

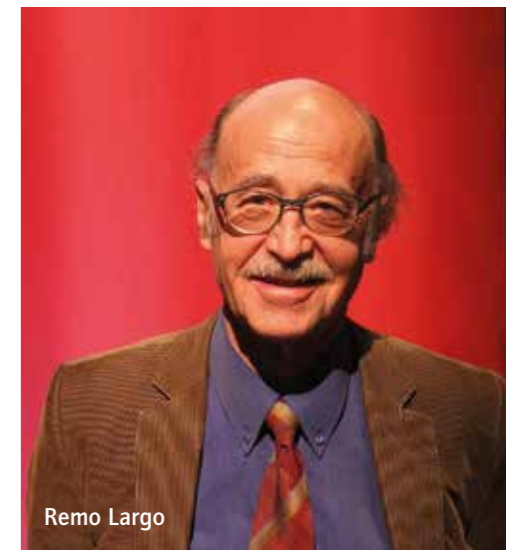
Als Remo Largo während seiner Schulzeit beim Turnen ein Schädel-Hirn-Trauma erlitt und danach sechs Wochen lang nur auf dem Rücken liegen konnte, las er „Krieg und Frieden“ und fragte sich, woher die großen russischen Autoren so viel über den Menschen wüssten. Die Frage, was der Mensch sei, beschäftigt ihn bis heute. Er schwärmt über die „Brüder Karamasow“: „Das Buch ist unglaublich. Die kommen alle aus der gleichen Familie, aber man spürt, die sind von Grund auf verschieden. Dostojewski hat die Unterschiedlichkeit der Menschen begriffen. Ja, der ist jetzt mal so, und sein Bruder, der ist anders und der dritte nochmals anders. Wenn wir heute sagen, es ist alles möglich in der Entwicklung der Person, entsteht daraus enormer Druck. Ich habe in all den Jahren mit den Kindern aber erlebt, dass Dostojewski recht hat. Man kann sie nicht beliebig formen.“

Nach abgeschlossenem Medizinstudium arbeitete Largo am Kinderspital in Zürich und wollte ursprünglich Kinderchirurg werden. Durch eine schwere Krankheit verlor er das Gehör auf einem Ohr, danach war ihm noch lange schwindelig, sodass an eine Karriere am OP-Tisch nicht mehr zu denken war. So kam es, dass ihm eine Stelle in der Abteilung „Wachstum und Entwicklung“ des Kinderspitals angeboten wurde, wo er über 30 Jahre lang blieb und sein eigener Chef wurde. Die in dieser Abteilung erhobenen Daten aus riesigen Langzeitstudien über die Entwicklung von Kindern zu Erwachsenen bestätigten ihm wissenschaftlich, was er schon immer ahnte: Die Menschen sind alle verschieden. Das Wissen dieser vielbeachteten Langzeitstudien bildet den Grundstock von Largos Büchern „Babyjahre“, „Kinderjahre“ und „Jugendjahre“: Wie lernen Kinder laufen? Wann fangen sie an zu sprechen? Wie verändern sich Schlafbedürfnisse? Wie viel Geborgenheit brauchen sie? Auf welche Weise entwickeln sich Sozialverhalten und Selbstgefühl? Mit Statistiken und Schaubildern kann Largo zu jedem Detail der kindlichen Entwicklung Angaben machen:

Bereits Neugeborene haben eine Vergangenheit von etwa neun Monaten und hatten während der Schwangerschaft genügend Zeit, verschieden zu werden.

Kinder unterscheiden sich bereits bei der Geburt sehr, nicht nur im Aussehen oder in der Größe, sondern etwa auch in Motorik, Sozialverhalten und Temperament, und in den folgenden 15 bis 20 Jahren werden sie immer verschiedener. Am Beispiel des Essverhaltens zeigt sich, dass etwa ein Kleinkind mit 12 Monaten 600 g/Tag isst, ein anderes 1400 g, also mehr als doppelt so viel! Die Menge der aufgenommenen Nahrung sollte das Kind bestimmen, denn nur dieses weiß, wie viel es braucht. Andere Entscheidungen müssten hingegen die Eltern übernehmen: Etwa WAS getrunken und gegessen wird. Remo Largo machte als Kinderarzt jedoch die Erfahrung, dass es häufig umgekehrt läuft: Das heißt, das Kind bestimmt was und die Eltern wie viel. Ein weiteres Beispiel sind Verhaltensstörungen: Jedes dritte Kinder im Vorschulalter leidet unter Schlafstörungen. In den meisten Fällen ist der Grund dafür eine Fehleinschätzung des Schlafbedarfes: Viele Eltern nehmen an, dass das Kind mehr Schlaf braucht, als es wirklich schlafen kann. Der Schlafbedarf von Kindern ist hingegen sehr variabel, wie ein Vergleich von einjährigen Mädchen zeigt: Eines schläft 12 Stunden, was wahrscheinlich viele Eltern erwarten, ein anderes gar 14 Stunden. Es gibt allerdings auch Kinder, die nur 9 bis 10 Stunden Nachtschlaf benötigen. Werden diese Kinder länger im Bett belassen, führt das dazu, dass sie abends nicht einschlafen können, nachts oder morgens zu früh aufwachen oder alles zusammen. Wie viel ein Kind schlafen kann, hängt vom Kind ab, daran können die Eltern nichts ändern.

Starke Unterschiede sind auch in der Entwicklung der Motorik zu beobachten. Die meisten Kinder machen mit 12 bis 14 Monaten ihre ersten Schritte, andere schon mit zehn. Remo Largo berichtete in einem Vortrag von extremen Abweichungen: Während manche Kinder erst mit 20 oder 22 Monaten ihre ersten Schritte tun, war er in den USA einem kleinen Buben begegnet, der bereits im Alter von einem knappen halben Jahr frei laufen konnte! „Wenn das schon so anfängt, können Sie nicht annehmen, dass es dann im Schulalter anders ist“. In seinen Langzeitstudien am Kinderspital in Zürich wurde die Zeit gemessen, die Kinder im Alter von 6 bis 20 Jahren benötigen, um einen einfachen



Remo Largo

Bewegungsablauf auszuführen. Wenig erstaunlich ist dabei, dass sie mit zunehmendem Alter immer schneller werden; eine Entwicklung, die allerdings mit Erreichen der Adoleszenz abgeschlossen ist. Mädchen sind dabei tendenziell ein klein wenig geschickter. Auffällig ist allerdings, dass Siebenjährige für die gleiche Übung zwischen weniger als zehn und mehr als 25 Sekunden benötigten, was einem Faktor 3 entspricht. Die schnellsten Kinder waren dabei mit 7 Jahren ebenso schnell wie andere mit 16. Remo Largo betont, dass es sich dabei ausschließlich um normale, gesunde Kinder handelt. „Die Kinder, die da so langsam sind, die gefallen uns nicht, die schicken wir in irgendwelche Therapien. Dieser Mechanismus ist jetzt sehr zum Nachteil der Kinder in die Irre gelaufen. Denn im Grunde genommen sagen wir, diese Kinder passen uns nicht, die müssen besser werden. Diese Problematik zieht sich durch alle Bereiche in der Schule wie in der Familie. Wir haben zu viele Kinder, die unruhig sind, und die schicken wir zum Teil in eine Therapie oder verfüttern ihnen häufig Ritalin. Das sind nicht immer die Kinderärzte, das wird sehr häufig von den Eltern verlangt und auch zunehmend von den Lehrern mit der Androhung, wenn das Kind kein Ritalin bekommt, dann kann ich es nicht in der Klasse behalten!“

In einer anderen Untersuchung wurden die Aktivitäten von Kindern anhand von Aufzeichnungen über die Anzahl der Arm- und Beinbewegungen gemessen. Dabei >>

