

# Entspannung bei Kindern in der Schule und im Kindergarten – Kinder in ihrer Entwicklung mit Klang unterstützen

Praxisbewährte Methoden mit der Peter Hess®-Klangpädagogik

Wer wünscht sich nicht, daß sein Kind sich zu einer kreativen, selbstbewußten und sozial-emotionalen Persönlichkeit entwickelt. Zur Ruhe finden, sich zu sammeln und sich zu konzentrieren, sich auf einen Lernabschnitt oder eine Aufgabe vorzubereiten, ist eine wesentliche Voraussetzung für erfolgreiches Lernen.



## Nur, wie schafft man diese Bedingungen?

Reizüberflutung und Konzentrationsmängel sind auffällige Erscheinungen in der jetzigen Kindergeneration. Kinder mit Sprache und Klang begeistern; Berührung, Förderung und Entwicklung aller Sinne und eine bewußte Körperwahrnehmung sind elementare Bestandteile der Peter Hess®-Klangpädagogik.

Entspannte Kinder können uns mit ihrer Kraft, Kreativität und Lern- und Lebensfreude in Erstaunen versetzen. Kinder in Achtsamkeit und Wertschätzung begleiten und ihre Selbstwahrnehmung zu stärken, ihnen die Möglichkeit geben, ein Bewußtsein für die eigenen Gedanken und deren Wichtigkeit zu entwickeln.

Die Klänge der Klangschalen führen die Kinder in eine wohltuende Ruhe und steigern somit ihre Konzentration, Aufmerksamkeit und

Merkfähigkeit. Außerdem regen sie bei den Kindern die Fantasie und Erzählfreude an. Hierdurch können Kinder gleichzeitig innere Spannungen, Ängste und Erlebnisse besser für sich verarbeiten.

Die Klangpädagogik unterstützt durch praxiserprobte Methoden bei der täglichen Umsetzung in Kindergärten und Schule diese Ziele. Die Erfahrungen haben gezeigt, wie der Klang mit seinen Schwingungen die Kinder erreicht, sie schnell in einen Zustand der Ruhe und Entspannung kommen und wie er sie in ihrem Handeln positiv unterstützen, motivieren, aktivieren und fördern kann.

Die Kinder lieben aktiven Klanggeschichten und Klangreisen, weil sie sich selber mit in die Geschichte einbringen können. Sie haben hier die Möglichkeit, die Klanggeschichte selber zu erzählen und weiter zu entwickeln. Ihre Fantasie, ihre Vorstellungskraft, ihr Sprachverständnis und ihre Sprachbereitschaft werden bei diesen Klanggeschichten positiv beeinflusst. Dadurch, daß ihre Beiträge im Fortlauf der Geschichte berücksichtigt werden, fühlen sie sich ernst genommen und werden selbstbewußter.

Zudem werden die Kinder aber auch zu empathischen

Zuhörern, weil sie innerhalb der Gruppe aufeinander achten. Sie helfen sich gegenseitig, Schwierigkeiten und Herausforderungen (bei der Fortführung der Klanggeschichte) zu bewältigen. Hier lernen sie eine Handlungskompetenz, die für ihr späteres Leben wichtig ist.

Die Peter Hess®-Klangpädagogik hat in der Praxis bewährte Workshops und Seminare für Erzieher/Erzieherinnen, Pädagogen, Eltern und Großeltern. Die Seminare sind durch die Steinbeis Hochschule-Berlin zertifiziert und entsprechen den Qualitäts- und Ethikrichtlinien der Freien und beratenden Gesundheitsberufe.

Beate Pihale, erfahrene Peter Hess®-Klangpädagogin und Entspannungscoach, ist Ihre Ansprechpartnerin zum Thema Kinder und Klang in Baden-Württemberg.

Hinweisen möchten wir noch auf den „Klingenden September“, der auch in Ihrer Region verschiedene interessante Veranstaltungen anbietet.

Informationen unter: [www.peter-hess-institut.de](http://www.peter-hess-institut.de) unter „Aktuelles“.

### Autor

Ulrich Krause  
Wissenschaftlicher Mitarbeiter  
am Peter Hess® Institut