



M8 Wissen

Visionen wagen – Kreativität erblühen lassen

Die Achtsamkeitsschnecke Freddy-Frederike

Freddy-Frederike ist eine Achatschnecke. Achatschnecken sind besonders schöne und sehr große Schnecken. Sie werden manchmal über 30 Zentimeter lang. Ihr Gehäuse ist rund 25 Zentimeter lang und zehn Zentimeter breit. Sie können 5-7 Jahre alt werden.



Das Team der VS St. Martin nimmt am Projekt PAS teil. In Reflexionen über schulstrukturelle Veränderungen und altersadäquate Achtsamkeitsvermittlung entstand die Idee, ein Tier oder mehrere Tiere in den Schulalltag zu integrieren.

Just zu diesem Zeitpunkt sah sich meine Tochter auf Grund eines Umzugs mit der Notwendigkeit konfrontiert, ihre Schnecke Freddy-Frederike weggeben zu müssen. Als ihr Bruder während seines Studiums für Primarpädagogik darauf aufmerksam geworden war, dass Achatschnecken als Therapietiere vor allem für Kinder mit ADHS erfolgreich eingesetzt werden, begannen die beiden damit zu experimentieren und ihre Schnecken zu „zähmen“, um sie Kindern zur Verfügung zu stellen.

Freddy-Frederike wechselte also ihr zuhause aus dem Team der Therapieschnecken in Wien in eine Grundschule (VS) im südlichen Burgenland, sehr zur Begeisterung der Schüler*innen und auch des Pädagog*innenteams.

Schon von Anfang an war erlebbar, dass in Freddy-Frederikes Nähe Fokussieren, Ruhe, Konzentration und Stille leichter fällt.

Freddy-Frederike wurde geliebtes Tier, Herzensfreundin und Themenimpuls für viele Forschungsaufträge.

Ein gemeinsamer Prozess begann und viele inspirierende Fragen entstanden für das Pädagog*innenteam:

- Was speziell macht eine Schnecke zur „Achtsamkeitslehrerin“?
- Was vermittelt sie?
- Welche Settings und welche vorbereitete Umgebung unterstützen Kinder besonders dabei, innezuhalten, genauer und differenzierter zu spüren und ihre Wahrnehmung zu sensibilisieren (Sinneswahrnehmungen, Gedanken, Gefühle, sich als Teil der Gruppe zu erleben)?
- Worauf soll bei Anleitungen besonders geachtet werden, um Bewusstsein zu fördern?
- Wie kann Freddy-Frederikes gute und artgerechte Versorgung in den Schulalltag integriert werden? Wie kann Mitgefühl entstehen?
- Wie können Zuwendung, Verantwortungsbewusstsein, Interdependenz, Verbundenheit und Fürsorge spielerisch und kreativ erlebt und genährt werden?

Diese Fragen öffnen eine vielfältige, kreative Palette für Achtsamkeitsvermittlung. Sie ermöglichen Pädagog*innen, ihre fachliche Kompetenz und Kreativität in die Achtsamkeitsvermittlung einfließen zu lassen und regen dazu an, auch ihre eigene Achtsamkeitspraxis zu reflektieren.

Viele wunderbare Ideen entstanden, wurden umgesetzt, ausprobiert, verändert oder beibehalten.

Ohne Zweifel setzt Freddy-Frederike neue Meilensteine der Achtsamkeitsvermittlung und es gibt dabei noch viel zu entdecken.

Einige Impressionen:



- Freddy-Frederike hautnah erleben!
Ich spüre dich
und
spüre gleichzeitig auch mich selbst.
Körperempfindungen,
Gefühle
und
Gedanken
wahrnehmen



- Mit Freddy-Frederike in der Natur.
Beobachten,
behüten,
berühren,
umsorgen,
spüren.
Ich, du und Um-Welt.



- Freddy-Frederike liebt es,
geduscht zu werden,
tröpfchenweise, nicht zu stark.
Dann fühlt sie sich wohl und
streckt ihre Fühler aus und
dreht und wendet sich.
Gemeinsam agieren,
Verbundenheit erleben.



- Behutsam sein,
halten,
Maß halten,
beobachten,
entdecken,
genießen und auskosten,
Teamgeist entwickeln,
sich gemeinsam freuen.



- Freddy-Frederike will gut versorgt sein. Bewusst Verantwortung übernehmen für Ernährung, Temperatur, Luftfeuchtigkeit, Hygiene, Rückzugsmöglichkeit und Sicherheit. Fürsorglich sein, ein Schneckentagebuch führen, reflektieren.