



Klangschalen im Kindergarten

Spielerisch Selbstvertrauen, Körpergefühl und Kreativität stärken

Klangschalen und ihre sphärischen Klänge faszinieren Kinder und Erwachsene. Bei fachgerechtem Einsatz können sie auch als pädagogisches oder gar therapeutisches Instrument genutzt werden. Die positiven Effekte lassen sich wissenschaftlich belegen. Der folgende Beitrag gibt einen detaillierten Einblick in die Arbeit mit und die Einsatzmöglichkeiten von Klangschalen in der Kita und liefert hilfreiche Hintergrundinformationen.

Christina M. Koller

Experimentieren mit Klängen

Kinder sind im Umgang mit Klangschalen oft wunderbar ungezwungen und unvoreingenommen: Da wird das Instrument auf vielfältige Weise zum Klingen gebracht und nicht nur, wie herkömmlich, mit einem Schlägel angeschlagen. Nein, so eine Schale kann man auch ansingen – und sie singt mit! Man kann sie mit den Fingern ganz sanft anstupsen und sie seufzt ganz leise. Oder man kann Kügelchen in sie hineinfüllen, die rauschen wie die Wellen des Meeres. Und das Tolle daran ist: Es klingt immer anders. Mal sind die Klänge tief und lang anhaltend, mal sind sie hoch und klingen nur ganz kurz.

Man kann sich eine Klangschale auch auf den Bauch oder den Rücken legen. Und wenn sie groß genug ist, kann man sich sogar hineinstellen. Wenn sie dann angeklungen wird, kribbelt das ganz doll. Und es gibt auch ganz zarte Klänge: Wenn man richtig hinhört und ganz leise ist, klingt die Schale gaaaanz lange. Lustig ist es auch, wenn man in die Schale Wasser einfüllt und sie ganz kräftig anschlägt – dann gibt es einen richtigen „Springbrunnen“.

Aber Klangschalen eignen sich nicht nur zum Spielen und Experimentieren. Vielmehr kann man sie – mit dem entsprechenden Wissen und Können – gezielt zur Stärkung des Selbstbewusstseins, für ein gutes Körpergefühl oder zur Unterstützung der Kreativität nut-

zen. Man kann sie auch in spezifische Förderprogramme integrieren, wie im Folgenden gezeigt wird.

Das Aussuchen einer Klangschale

Es gibt eine große Vielfalt an Klangschalen auf dem Markt. Esoterikläden, Musikalienhandlungen oder Klangschalen-Hersteller bieten Klangschalen unterschiedlicher Größen und Formen an. Manche Schalen sind graviert, manche sind alt, manche neu, andere „auf alt gemacht“. Es gibt zum Teil erhebliche Unterschiede in der Klang- und Schwingungsqualität, wobei der Preis nicht unbedingt ausschlaggebend für eine hohe Qualität sein muss.

Wenn man sich eine Klangschale kaufen möchte, ist es daher gut, vorab für sich zu klären, was man damit machen möchte. Soll sie nur als Signalgeber dienen? Oder soll sie bei Konzerten gespielt werden? Sollen die Klänge entspannen und im Rahmen einer

„Die Klangschwingungen übertragen sich über die Haut.“

Klangmassage – bei der Klangschalen auf oder neben den bekleideten Körper positioniert und angeschlägelt werden – zum Einsatz kommen? Für den gezielten Einsatz im Kindergartenalltag sollte eine Klangschale ihren Klang harmonisch und gleichmäßig entfalten. Auch die Schwingung der Schale sollte klar und gleichmäßig zu spüren sein, z. B. wenn man sie auf die flache Hand stellt und sanft anschlägt. Gut ist auch, wenn der Klang möglichst lange anhält. Die Schale darf außerdem auch bei kräftigem Anschlagen keine Nebengeräusche, wie Scheppern oder Surren, erzeugen. Hilfreich kann es auch sein, die Klangschale mit unterschiedlichen Materialien anzuklingen und ihre Klangvielfalt zu testen. Es ist empfehlenswert, möglichst mehrere Klangschalen auszuprobieren, um vergleichen zu können. Aber letztlich ist es auch das eigene Gefühl, das kaufentscheidend sein sollte. Der Klang und die Schwingung sollten angenehm ansprechen und Lust auf mehr machen!



Die Wirkung des Klanges

Die Wirkung der Klangschalen-Klänge ist immer sehr komplex. Das hat unter anderem damit zu tun, dass die Klänge dieser Instrumente nicht nur über die Ohren, also über das Hören, aufgenommen werden. Vielmehr spielt hier auch das Fühlen eine wesentliche Rolle. Die Klangschwingungen übertragen sich – nicht nur bei einer Klangmassage – auf den menschlichen Körper, und zwar über die Haut. Wie ein Stein, der ins Wasser fällt und konzentrische Kreise um sich zieht, setzen sich die Vibrationen über Gewebe, Knochen, Organe, Körperflüssigkeiten und Körperhohl-

räume im ganzen Körper fort. Dies wird fast immer als sehr angenehm und wie eine Art „Massage“ beschrieben, wodurch auch der Begriff „Klangmassage“ geprägt wurde.

Der besondere Klang von Klangschalen wird von manchen als „sphärisch“ oder gar „kosmisch“ bezeichnet, in jedem Fall fasziniert er von Anfang an. Hervorzuheben ist sicher auch die Vielfalt an Klängen, die man ein und derselben Klangschale entlocken kann, je nachdem, womit man sie zum Klingen bringt. Man spricht auch von den „monochromen“ Klängen einer Klangschale. Sie zeichnen sich durch eine gewisse Gleichförmigkeit aus, in der ein enormes Potenzial liegt. Nicht nur, dass solch monochrome Klänge (die mit Naturgeräuschen wie dem Rauschen des Meeres oder dem Säuseln des Windes in einem Blätterwald verwandt sind) beruhigend wirken. Vielmehr birgt die damit verbundene „Einfachheit“ auch ein Geheimnis in sich. Sie



liegt jenseits einer Wertung von „musikalisch“ oder „unmusikalisch“ und sie liegt, was noch wichtiger ist, jenseits von Wörtern. Die Klänge erinnern an den Ton, den ein Embryo im Mutterleib hört (die sogenannten „Womb-Sounds“), und vielleicht ist auch dies der Grund, warum die meisten Menschen sofort ein tiefes „Vertrauen“ zu dem Klang haben und sich von ihm wie magisch angezogen fühlen. Die Klänge laden geradezu ein, auf sie zu lauschen, in die Ruhe zu kommen, achtsam zu werden; achtsam für die leisen Töne – in uns und um uns.

„Bei regelmäßigem Durchführen der Klangmassage verändert sich die Körperwahrnehmung.“

Die Peter Hess-Klangmassage

Peter Hess, der Pionier auf dem Gebiet der Klangmassage mit Klangschalen, hat das Potenzial, das in der Besonderheit dieser Instrumente liegt, früh erkannt. Bereits ab 1984 entwickelte er die Klangmassage mit Klangschalen, die heute unter der Bezeichnung „Peter Hess-Klangmassage“ bekannt ist. Dabei versteht sich die Klangmassage, die eine westliche Entwicklung ist, in erster Linie als Entspannungsmethode, die dem Wohlbefinden und der Stärkung der Gesundheit dient. Darüber

hinaus hat sich im Laufe der Zeit eine Spezialisierung für verschiedene Bereiche entwickelt, wie in der Wellness, der Pädagogik, Beratung, Therapie oder in der Medizin – und das spiegelt sich z. B. in dem vielfältigen Aus-, Fort- und Weiterbildungsangebot des „Peter Hess Instituts“ wider.

Klänge im pädagogischen Kontext

2001 hat die Erzieherin, Tänzerin und Projektmanagerin Petra Emily Zurek zusammen mit Peter Hess für den pädagogischen Bereich eine berufsbegleitende (etwa 2-jährige)

Weiterbildung entwickelt, die „Peter Hess-Klangpädagogik“. Hierbei geht es um den Einsatz der Klangschalen und der Klangmassage in Pädagogik und Beratung. Aus den jahrelangen Erfahrungen und nach vielen positiven Rückmeldungen aus der Praxis ist schließlich das Fortbildungskonzept „KliK – Klang in Kindergruppen“ entstanden. Dar- aus stammen folgende zwei Spiele mit Klangschalen:

Der Klang wandert

Hierfür benötigen Sie: eine Klangschale mit einem Durchmesser von etwa 20–22 cm, einen kleinen und einen großen Filzschlägel

Ziel: Dieses Spiel ist sehr wirksam zur Förderung der Motorik, der taktilen Wahrnehmung und des achtsamen Daseins in der Gruppe. Es kann z. B. ein idealer Einstieg für den Morgenkreis oder für eine Lerneinheit sein. Die Kinder nehmen sich und die Gruppe wahr und sind nun besonders offen für geplante gemeinsame Aktivitäten oder für den Unterrichtsstoff.

Spielanleitung: Nachdem sich die Kinder in einem Kreis auf den Boden oder auf ihre Stühle gesetzt haben, wird die Klangschale sanft am oberen Rand angeschlagen und behutsam im Kreis herumgereicht, bis ihr Ton nicht mehr zu hören ist. Sie sollte möglichst nur an der äußeren Bodenfläche berührt werden, damit die Klangschwingung nicht abgebremst wird.

Mein Körper

Hierfür benötigen Sie: eine Klangschale mit einem Durchmesser von etwa 20–22 cm, einen kleinen und einen großen Filzschlägel

Ziel: Manche Kinder merken kaum, wenn man ihnen eine Klangschale auf die Hand stellt und sie anschlägt, andere wiederum reagieren bei genau derselben Übung sehr sensibel und ziehen ihre Hand reflexartig und erstaunt zurück. Genauso unter-

schiedlich nehmen die Kinder das auch bei anderen Körperbereichen wahr. Bei regelmäßigem Durchführen dieser vereinfachten Klangmassage verändert sich die Körperwahrnehmung. Diese Übung hilft ferner, einzelne Körperteile (wieder) bewusst und differenziert wahrzunehmen und dadurch Motorik und Koordination zu verbessern. Zudem kann im Gespräch über das Gespürte die Ausdrucks- und Sprachfähigkeit erweitert werden. Diese Übung schult auch die Achtsamkeit, zunächst in erster Linie für sich, aber dann auch für andere.

Spieleanleitung: Stellen Sie die Klangschale jeweils nur auf einen Körperteil des Kindes und schlagen Sie dann die Schale an. Die sanfte Massage wird hier für das Kind deutlich zu spüren sein; das Kind wird diesen Teil seines Körpers besonders intensiv wahrnehmen.

Die Bedeutung der Klangschalen in Kindergruppen

Diese zwei Spiele zeigen bereits, wie gezielt man die Klänge und Klangschwingungen nutzen kann. Konzepte wie „KliK“ zielen mit dem spezifischen und fundierten Einsatz der Klangschalen auf die Sensibilisierung, Schulung und Stärkung von grundlegenden Kompetenzen, die für Wahrnehmung, Lernen und Problemlösung notwendig sind. Dadurch tragen sie zur Entstehung optimaler Bedingungen bei, auf denen kognitive Förderprogramme effektiv fruchten können.

Unter solchen grundlegenden Kompetenzen ist z. B. eine gute, sichere und bewusste Körperwahrnehmung zu verstehen, denn der Körper ist das zentrale „Kontaktmedium“ zur inneren und äußeren Welt. Über den Körper werden Reize und Impulse überhaupt erst wahrgenommen. Er gibt wichtige Signale; wir kommunizieren wesentlich über unseren Körper (Gestik, Mimik) mit unserer Umwelt.

Durch die physikalische Schwingung der Klangschale werden vibro-taktile, also fühlbare Reize gesetzt, die zur spezifischen Förderung genutzt werden können. Zusätzlich bieten die harmonischen Klänge einen hörbaren, also auditiven Reiz, der gleichzeitig entspannend und Stress reduzierend wirkt. Dadurch werden die Voraussetzungen für Konzentration und Aufmerksamkeit und somit für eine erfolgreiche Aufnahme und Anwendung von Lerninhalten begünstigt.

Im gemeinsamen Tun und Erfahren werden auf vielfältige Weise soziale Kompetenzen wie Empathie oder Networking geschult. Die Klangschalen sind dabei wunderbare Instrumente, die auch helfen können, sprachliche oder kulturelle Barrieren spielerisch zu überwinden.

Die Klangschale entwickelt sich zum pädagogischen Instrument

Die immer höheren Leistungsstandards im Elementarbereich fordern eine fundierte Begründung vom Einsatz neuer und noch wenig evaluierter Methoden wie der Klangmassage. Die positiven Rückmeldungen aus der Praxis reichen nicht aus, es braucht stichfestere Belege. Das „Peter Hess Institut“ ist entsprechend bestrebt, Untersuchungen und Forschungsansätze zu fördern, die dieser Forderung nachkommen. So wurde beispielsweise die Weiterbildung „Klangpädagogik“ von mir im Rahmen meiner Doktorarbeit in meiner Curriculumentwicklung (drei Weiterbildungsdurchgänge von 2001–2006) begleitet bzw. dokumentiert. Diese Arbeit, die unter dem Titel „Der Einsatz von Klängen in pädagogischen Arbeitsfeldern. Dargestellt am Beispiel der Klangpädagogik nach Peter Hess“ erschienen ist, stellt nicht nur eine erste allgemeine Grundlage zur „Klang-Forschung“ dar, sondern gibt auch spezifische Einblicke in die Praxis dieser Methode.

Die Beobachtungen zahlreicher Erzieherinnen, Lehrerinnen und Eltern, dass Klänge und Klangmassage zu einem ruhigeren und entspannteren Mitein-

ander beitragen, decken sich auch mit einer Untersuchung des Europäischen Fachverbandes „Klang-Massage-Therapie e. V.“, bei der die Auswirkung der *Peter Hess*-Klangmassage auf die Stressverarbeitung und das Körperbild der Probanden untersucht wurde. Diese Untersuchung verdeutlichte den entspannenden Effekt der Klangmassage und die positive Auswirkung auf das eigene Körpererleben. Auch wenn die Probanden Erwachsene waren, so geben die Ergebnisse auch wertvolle Hinweise für die Arbeit mit Kindern.

Dr. Christina M. Koller, wissenschaftliche Mitarbeiterin am „Peter Hess Institut“, Uenzen

Kontakt

Petra Emily Zurek, pädagogische Leitung am „Peter Hess Institut“, Uenzen;
E-Mail:
petra.emily.zurek@peter-hess-institut.de

Literatur

Hess, Peter/Zurek, Petra Emily:
Klangschalen – mit allen Sinnen spielen und lernen.

Kösel-Verlag, München 2008

Hess, Peter/Koller, Christina (Hrsg.):
Peter Hess-Klangmethoden im Kontext von Forschung und Wissenschaft.

Verlag Peter Hess, Kenzen 2010

Linktipps

Homepage des „Peter Hess Instituts“ (hier finden Sie auch Hinweise zur Weiterbildung „Klangpädagogik“):

www.peter-hess-institut.de
www.klangpaedagogik.de

Homepage des Europäischen Fachverbandes „Klang-Massage-Therapie e. V.“:
www.fachverband-klang.de

