



V.I.E.W.

Vielfalt

Inspiration

Engagement

Wissen



Inhalt

	Seite
Vorwort.....	3
Wir stellen uns vor.....	4
Workshops psychische Gesundheit.....	5
Tipps für Ausflüge	6
Ein Tag an der pädagogischen Hochschule	7
Projekttag Bewegung und Begegnung	8
Impressionen: Begegnungstage im September	11
LSAK-Song	13
Ausflug ins Eins und Alles in Welzheim	15
Rezepte	17
Gedanken zu Resiliente Menschen	19
31. Oktober	23
Poesie	24
Buchtipp	26
Kindermassage	30
Massagegeschichten	31
Feedback.....	32
Impressum	33

Vorwort zur Schülerzeitung

Liebe Schüler*innen,

herzlich willkommen zur ersten Ausgabe unserer Schülerzeitung!

Wir freuen uns, euch diese spannende Sammlung von Artikeln, Berichten und kreativen Beiträgen präsentieren zu dürfen.

Unsere Schülerzeitung hat das Ziel, eine Plattform zu bieten, auf der eure Stimme gehört wird und ihr eure Gedanken und Ideen teilen könnt.

In dieser Ausgabe erwarten euch interessante Berichte über Schulveranstaltungen, aber auch Kreatives, Freizeittipps, etc.

In zukünftigen Ausgaben wollen wir auch Interviews mit Lehrer*innen wiedergeben und kreative Beiträge von Schüler*innen sowie Lehrkräften präsentieren.

Ein besonderer Dank geht an alle, die an dieser Ausgabe mitgewirkt haben - Eure Mühe und Kreativität machen unsere Zeitung lebendig!

Wir hoffen, dass Ihr beim Lesen viel Freude habt und vielleicht inspiriert werdet, selbst einen Beitrag für die nächste Ausgabe zu erstellen.

Wir freuen uns über weitere Mitwirkende, die unsere Zeitung bereichern möchten.

Lasst uns gemeinsam die Schulgemeinschaft stärken und unsere Erlebnisse und Erfahrungen teilen!



© Robin Walter

Vanessa Pereira (PIA25A), Sydney Lea Klenk (PIA25B), Inara Kühn (PIA25A), Leonie Fitzner (PIA PIA25A), Nadine Bucka, (PIA23A), Arbiana Idrizi (PIA23B), Katharina Weidenbacher (PIA25A), Jule Marie Roth (PIA25B) , Robin Walter (PIA23B), Loredana Graziosa.

Wir stellen uns vor!

Wir sind Schüler*innen der Ludwig-Schlaich-Akademie. Einige von uns besuchen das 1. PIA-Ausbildungsjahr und einige das 3. PIA-Ausbildungsjahr.

Wir wollen Euch unsere Erfahrungen, Tipps und Vorlieben zeigen, aber auch Gedanken zu pädagogischen Themen äußern.

Es wird kreativ und bunt werden!

Workshops und Vorträge über psychische Gesundheit

In der Ludwig-Schlaich-Akademie fand ein Projekt-Nachmittag statt, der sich intensiv mit dem Thema „Psychische Gesundheit“ auseinandersetzte. Frau Roth präsentierte aktuelle Statistiken, die die Verbreitung psychischer Erkrankungen verdeutlichten. Besonders auffällig ist, dass Frauen signifikant häufiger betroffen sind als Männer. Psychische Erkrankungen stellen die zweithäufigste Ursache für Krankenstand und Frühverrentung dar, was erhebliche direkte und indirekte Kosten für die Gesellschaft nach sich zieht.

Der Vortrag betonte die Relevanz präventiver Maßnahmen zur Förderung der psychischen Gesundheit, einschließlich gesunder Lebensgewohnheiten wie ausreichendem Schlaf, gesunder Ernährung und sozialer Interaktion. Frau Roth stellte auch zwei Achtsamkeitsübungen vor, die helfen, den eigenen Stress zu erkennen und besser damit umzugehen.

Nachdem der Vortrag grundlegende Informationen geliefert hatte, konnten die Teilnehmer in verschiedenen Workshops praktische Erfahrungen sammeln. Besonders der Workshop von Martina Niethammer, der auf dem Züricher Modell basierte, vermittelte Techniken zur Nutzung persönlicher Ressourcen und zur Reflexion über emotionale Zustände.



©Nadine Bucka

Zusammenfassend zeigte der Projekt-Nachmittag, wie wichtig es ist, psychische Gesundheit ernst zu nehmen und aktiv daran zu arbeiten. Resilienz, Achtsamkeit und die Erkenntnis eigener Stärken werden als entscheidende Faktoren hervorgehoben, um psychische Herausforderungen besser bewältigen zu können. Der interaktive Ansatz der Workshops ermöglichte den Teilnehmenden, konkrete Strategien zu entwickeln, um ihre psychische Gesundheit zu stärken und ein erfüllteres Leben zu führen.

Text: Nadine Bucka

Tipps für Ausflüge

Für Klein und Groß

Wald-Erlebnis-Pfad in Urbach

Nach Urbach zum Bärenbachtal benötigt man weniger als 20 Minuten. Hier befindet sich der Wald-Erlebnis-Pfad. Der Weg befindet sich im Naturpark Schwäbisch-

Fränkischer-Wald. Es gibt zahlreiche Stationen zum Mitmachen auf dem 2,2 Kilometer langen Pfad. In unmittelbarer Nähe gibt es einen Waldspiel- und Grillplatz. Der Weg ist nicht auf der ganzen Strecke kinderwagentauglich, es sind aber Umfahrungen möglich.

Man kann viel über die Tiere des Waldes lernen, wie zum

Beispiel über den Biber. Vor Ort wurde eine riesengroße

Biberburg zum Anschauen nachgebaut.

Zusätzlich gibt es zwei Kugelbahnen. An einem Automaten, der an einen Kaugummi-Automat erinnert, kann man Holzkugeln kaufen, um damit spielen zu können.



Für mehr Informationen kann man sich einen Flyer unter der Homepage der Stadt Urbach herunterladen.

© Nadine Bucka

Wikinger-Spielplatz

Wer nicht mit dem Auto weiter wegfahren möchte, ein weiterer Tipp:

Direkt in Waiblingen gibt es einen ganz tollen Spielplatz. Er befindet sich auf der Bühlwiese in Waiblingen. Er liegt zwischen den Talauen und der Waiblinger Altstadt. Den man für einen schönen Spaziergang verbinden kann. Nebenan fließt die Rems, die durch Zäune abgegrenzt wird. Es wird für Kinder jeden Alters etwas geboten. Es gibt etliche Spielgeräte und für die Erwachsenen viele Möglichkeiten zum Sitzen. Ein wichtiger Tipp: Matschhosen mitnehmen! Sollte man Hunger bekommen: In der Altstadt gibt es viele Restaurants oder Cafés.

Ihr wilden Wikinger, worauf wartet ihr?

Viel Spaß!

Wer in die Natur geht, sollte mit dieser respektvoll umgehen.

Keine Likes für deinen Müll!

Text: Nadine Bucka

Ein Tag an der



Pädagogische Hochschule Ludwigsburg

An einem heißen Donnerstag im Juli, verbrachten die Klassen 23A und 23B einen gemeinsamen Tag an der Pädagogischen Hochschule Ludwigsburg. Der Fokus des Besuchs lag auf der Besichtigung der hauseigenen Bibliothek, die den Schülerinnen und Schülern eine wertvolle Erfahrung bot, da im nächsten Schuljahr die Facharbeiten geschrieben werden.

Begleitet von einer fachkundigen Führung erhielten die Teilnehmer einen Überblick über die verschiedenen Bereiche und Etagen der Bibliothek. Besonders hervorzuheben ist der Ruhebereich in der obersten Etage, wo die Besucher die Bücher vor Ort einsehen können. Zudem stehen spezielle Kopierer zur Verfügung, mit denen sich Inhalte direkt auf einen USB-Stick übertragen lassen. In den anderen Bereichen der Bibliothek können die Schüler und Schülerinnen Bücher aus den Regalen entnehmen und ausleihen.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil des Besuchs war die Vergabe von Bibliotheksausweisen. Jeder Schüler und Schülerin erhielt einen Ausweis, der für ein Jahr gültig ist und den Zugang zu den umfangreichen Medienangeboten der Bibliothek ermöglicht. Am Eingang gibt es zudem die Möglichkeit, Taschen und Rucksäcke in Schließfächern zu verstauen, sodass sich die Schüler und Schülerinnen ungestört auf das Lernen konzentrieren können.

Die Teilnehmer und Teilnehmerinnen hatten auch die Gelegenheit, sich mit ihrem Tablet oder tragbaren Rechner im Online-Portal „Opac plus“ anzumelden, um Informationen über verfügbare Bücher zu recherchieren. Einige Titel sind sogar direkt mit Links zu den Verlagen versehen, was den Zugang zu weiteren Informationsquellen erleichtert. Zudem beeindruckte das stabile WLAN-Netz der Hochschule, das eine reibungslose Nutzung der digitalen Angebote ermöglichte.

Mittags zog es die Klassen in die Mensa, wo sie eine wohlverdiente Pause einlegen konnten. Ein kleiner Hinweis für zukünftige Besucher: Die Preise für das Essen in der Mensa sind etwas höher, weshalb es ratsam ist, eigene Snacks mitzubringen. Das mitgebrachte Essen sollte nicht fettig oder cremig sein, da die Bücher sonst in Mitleidenschaft gezogen werden. Auch wurde erwähnt, dass die Parkplätze an der Hochschule nicht mehr kostenfrei sind, was die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln empfehlenswert macht.

Text: Nadine Bucka

Impressionen zum Projekttag

Bewegung und Begegnung

Der Sommer kommt und das Schuljahr ist fast zu Ende. An unserem Projekttag haben die Schüler*innen an verschiedenen Aktivitätsgruppen teilgenommen. Es gab eine Kochgruppe, eine Tanzgruppe, eine Yogagruppe und Wandergruppen. Vormittags haben die Gruppen sich kennengelernt und Übungen erlernt. Die Schüler*innen sind in Gespräche gekommen und es wurden neue Bekanntschaften geschlossen.

Um die Mittagszeit trafen sich die Teilnehmer*innen am Hörnleskopf oberhalb von Korb. Es gab eine Pause und das Essen von der Kochgruppe konnte verzehrt werden. Es gab einen intensiven Austausch zwischen den unterschiedlichen Klassenstufen. Die Tanzgruppe präsentierte einen einstudierten Tanz und andere Schüler*innen, so wie Lehrer*innen wurden angeregt, mitzutanzten. Es wurde vor Ort Karaoke gesungen. Zudem gab es zwei Stationen bei der man seine Kreativität ausprobieren konnte. Man konnte mit Farben der Natur malen oder ein Armband gestalten. Die Stimmung war ausgelassen und gut. Es gab viele Teilnehmer*innen, denen der Tag sehr gut gefallen hat und bei so einem Angebot wieder mitmachen würden.

Hier ein paar Eindrücke. :-)

Text: Nadine Bucka





Begegnungstage September 2025

Es beginnt ein neues Schuljahr. In den kommenden Tagen, lernen die Schüler*innen viel Neues. Einige Teilnehmer*innen des Berufskollegs sind nun PIAs. Die Schüler*innen des ersten Lehrjahrs beginnen das zweite Lehrjahr. Die Schüler*innen des Jahrgangs 23 sind nun im letzten Jahr. Also für alle neue Herausforderungen, Erfahrungen, aber auch die Tatsache, dass manches einfacher wird, weil man Routine in seinem Beruf bekommt.

Es gibt viele neue Erkenntnisse aus der schulischen Pädagogik, die praktisch neu umgesetzt werden. Also wurden die Klassenzimmer neu dekoriert und gestaltet. Dadurch wird die Eigenverantwortlichkeit mehr gefördert und lernen wird so gestaltet, dass man sich wohl fühlen soll und mit größerem Erfolg lernt.

Die Abschlussklassen durften sich auf eine Wanderung begeben. Wanderung? Nein, ein Abenteuer. Das Wetter war gut, die Stimmung auch, aber die Planung hat ihre kleinen Tücken im Detail gehabt. Die Zeit lief gegen uns, da wir mittags die neuen Schüler*innen begrüßten. Aus diesem Grund wurde die Wanderung abgewandelt und gekürzt. Trotzdem wurden viele Eindrücke unterwegs gesammelt und die Natur genossen.

Wieder in der Schule wurde eine Pause eingelegt und dann ging es zum wichtigsten Punkt der Woche: Begrüßung der PIAs 25 und des BKs25.

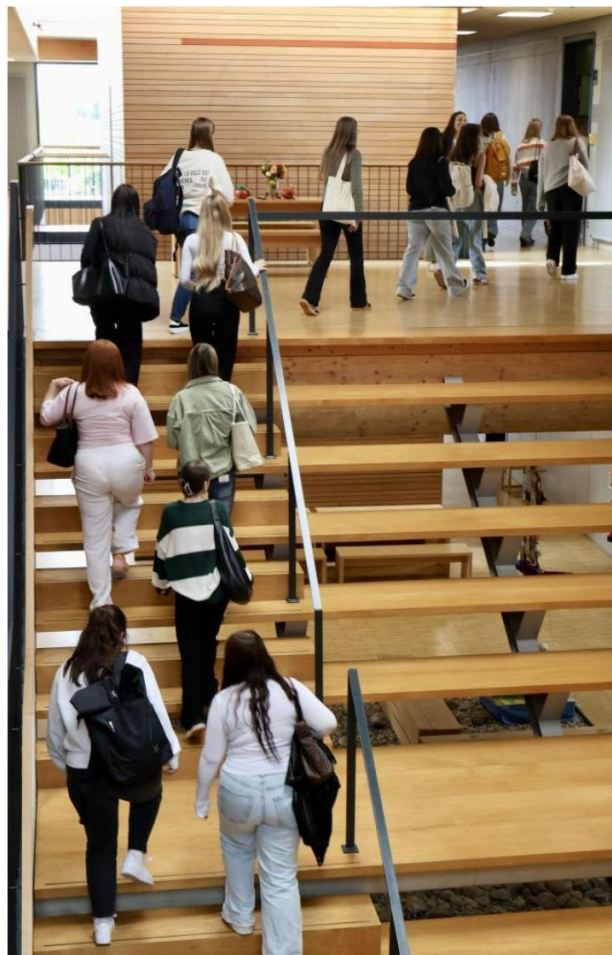
Zwei Schülerinnen der PIA24 übernahmen die Moderation. Die Lehrkräfte wurden anhand von Beschreibungen vorgestellt. Die Klassenleitungen stellten sich vor und gingen mit ihren Klassen in die „ersten“ Unterrichtseinheiten. Doch zuvor haben sie mit den neuen Schüler*innen Spiele gespielt, wodurch sie u.a. erfahren konnten, wer gleichaltrig ist oder aus derselben Gegend kommt.

Ein Highlight war unser LSAK-Song, den unser neuer Musiklehrer Herr Maisch komponiert hat. Schnell ist ein Chor entstanden, der das Lied bei der Willkommensfeier vorsang.

Ein richtiger Gänsehautmoment!

Text: Nadine Bucka





Hier beginnt dein Weg- Ludwig Schlaich Akademie

zum Schuljahresbeginn 2025

Musik und Text: Patrick Maisch (KI unterstützt)

$\text{♩} = 84$

G C

1. Du kommst hier an mit Fra - gen im Ge - päck,
2. Du wirst ge - stal - ten, Räu - me er - öff - nen,

C G G

mit Neu-gier, Mut und Ei - nemers - ten Check: Was heißt es, Kin - der zu be -
mit Kin - der tan - zen, Kon - flik - te ent - schär - fen. Du lernst zu sehn, was an - de - re

C C G

glei - ten, sie zu Stär - ken, durch Zei - ten zu leit - ten? Hier zählt dein
nicht sehn und mit Em - pa - thie druch Le - ben zu gehn. Du wächst mit

Em D G C

Herz, dein Blick dein Ton, dein Ryth - mus dei - ne In - tu - i - tion. Wir
je - dem neu - en Tag, weiß Bil - dung mehr als Wis - sen mag. Hier

C G D

ler - nen, to - ben, la - chen viel mit Hal - tung, Fach - lich - keit und Stil.
zählt, was Du mit Men - schen machst mit Herz, mit Kopf, mit Lei - den - schaft.

G D C G

Hier be - gint dein Weg will - kom - me im Team! An der Lud - wig - Schlaich

Em D G D Em

A - ka - de - mie, wo Träu - me zieh'n. Mit Mu - sik, mit Be - we - gung mit Kre - a - ti - vi

C G D C D **1. G 2. G Em**

tät wird aus Ler - nen Le - ben das Wei - ter geht. geht. Ob Be - rufs - kol - leg

25 C G D Em
o - der PI - A wir sind ge-mein-sam da. Wir sin-gen, wir fra - gen, wir den - ken

27 C G D G D
laut, weil Bil-dung auf Be-zieh-ung baut. Hier be - ginnt dein Weg will-ko-men im Team.

30 C G Em D G
Ander Lud - wig Schlaich A - ka - de-mie, wo Träu-me zieh'n. Mit Mu -

33 D Em C G D C D G
sik, mit Be-we-gung, mit Kre-a-ti-vi tät wird aus Ler-nen Le - ben das wei-ter geht.

37 G

Hier geht's zum Mitsing-Video:
<https://youtu.be/IFQyhlwYK4k>



Erster PIA A + B Ausflug ins „Eins + Alles“ Welzheim

Am Freitag, den 19.09.2025 haben wir neuen Schüler*innen der Klassen PIA 25 A/B einen Schulausflug in „Eins + Alles“ nach Welzheim unternommen. Es war eine tolle Gelegenheit, uns als Klasse besser kennenzulernen, neue Freundschaften zu schließen und gemeinsam viel zu erleben.

Als Erstes durften wir das Eingangshaus erkunden. Schon beim Reinkommen hatte ich das Gefühl, wieder ein Kind zu sein und die Welt mit Kinderaugen zu sehen. Es gab riesige Stühle (die Sitzfläche war in zwei Metern Höhe) und einen voll gedeckten Tisch (dieser war entsprechend noch höher) nur mit gegenseitiger Hilfe konnten wir auf den Tisch blicken. Plötzlich fühlte man sich winzig klein, wie eine Maus. Besonders spannend fand ich auch das große Pendel, das beruhigend über eine Sandfläche schwang und dabei wunderschöne Muster zeichnete. Oben im Haus warteten weitere Überraschungen. Aufgaben wurden in Reimen erklärt, und in einem schief gebauten Raum entstand eine optische Täuschung: Manche sahen darin größer, andere kleiner aus. In Badewannen liegend konnten wir außerdem verschiedene Gegenstände wie zum Beispiel Kronenkorken mit allen Sinnen wahrnehmen - echt ungewöhnlich.

Nach der Erkundung im Haus ging es in Kleingruppen draußen weiter. Jede Gruppe sollte ein Märchen mit Naturmaterialien, die in der Nähe zu finden waren, darstellen. Am Ende haben wir die Werke gemeinsam angeschaut und geraten, welches Märchen wohl gemeint ist. Lustigerweise entschieden sich fast alle Gruppen für dasselbe Märchen. Trotzdem sah jedes Bild einzigartig aus.
(Wenn du magst probier' es selbst mal)!

Eine Frau mit sehr langem Haar ist einem Turm gefangen. Hast du es schon erkannt?
Na, klar, Rapunzel ist gemeint.



Draußen warteten noch mehr spannende Erlebnisse. Beim **Blindenlauf** musste man Vertrauen schenken: Eine Person hatte die Augen verbunden, die andere führte sie sicher über Hügel, kleine Bäche und Waldwege. Beim **Bogenschießen** waren Konzentration und Ruhe gefragt, im **Niedrigseilgarten** brauchte man Mut, und manche überwandten sogar ihre Höhenangst. Beim Klettern war Teamarbeit entscheidend – alle halfen sich gegenseitig. Jede Station forderte etwas anderes heraus: Mut, Vertrauen, Konzentration oder Zusammenarbeit.

Etwas Besonderes war der **Stockkampf**. Klingt erst mal gefährlich, war aber sicher und gut angeleitet. Jeder bekam einen ca. 1,5 Meter langen Stock. Zuerst machten wir Aufwärmübungen: Stöcke balancieren, Reflexe testen und kleine Spiele. Danach lernten wir Begrüßungen und Kombinationen, die wir mit unseren Partnern übten. Schließlich kämpften wir im Kreis jeder gegen jeden – natürlich spielerisch und mit viel Respekt.

Zum Abschluss trafen wir uns wieder in den Gruppen, reflektierten den Tag und präsentierten unsere Erlebnisse, in einem selbst gebauten Waldfernsehen. Danach ging es wieder den Berg hinunter, zurück zur Anmeldung und schließlich nach Hause.

Mein Fazit ist, dass es ein richtig schöner Tag war! Das Erleben und Ausprobieren mit allen Sinnen war spannend und abwechslungsreich, und für jeden war etwas dabei. Diesen Ausflug kann ich absolut weiterempfehlen, an groß oder klein, Kind oder Erwachsen.

Texte: Sydney Lea Klenk

Rezepte

Lecker macht glücklich!

In dieser Ausgabe erwarten dich drei Rezepte, die du so vielleicht noch nicht kennst: modern, saisonal, mit gesunden Zutaten und einem kreativen Twist.

Orientalischer Iced Chai Latte

Du willst was Erfrischendes – aber mit Stil? Dann ist dieser eiskalte Chai Latte perfekt: schwarzer Tee, Gewürze wie Kardamom & Zimt, dazu Milch und Eis – fertig ist dein Wohlfühl-Getränk.

Zutaten (für 1 großes Glas):

- 200 ml Wasser
- 2 Beutel schwarzer Tee (z. B. Assam)
- 1 Zimtstange oder ½ TL Zimtpulver
- 3–4 Kardamomkapseln
- 2 Nelken
- 2 Scheiben Ingwer
- 1–2 TL brauner Zucker oder Honig
- 150 ml Milch oder Pflanzendrink
- Eiswürfel



Zubereitung:

1. Wasser mit Gewürzen aufkochen, Tee einlegen und 5–8 Min ziehen lassen.
2. Abseihen, süßen und abkühlen lassen.
3. Glas mit Eis füllen, Tee und Milch dazugießen – fertig!

● Vegane Alternative:

- Milch ersetzen durch: Hafer-, Mandel- oder Kokosdrink
- Honig ersetzen durch: Agavendicksaft oder braunen Zucker

Rote Bete Carpaccio mit gebratenen Aprikosen & Burrata

Ob fürs Picknick oder als leichte Mahlzeit: Dieser Salat kombiniert süße, warme Aprikosen mit würzigem Grün, knusprigen Nüssen und cremigem Käse – eine echte Geschmacksexplosion!

Zutaten (für 2 Portionen):

- 2–3 Aprikosen
- 1 Kugel Burrata oder 50 g Ziegenkäse
- 1 Handvoll Rucola oder Babyspinat
- 1 Rote Bete (roh, dünn gehobelt)
- 1 Handvoll Walnüsse oder Kürbiskerne
- 1 TL Honig
- 1 TL Olivenöl
- Balsamico-Creme oder Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

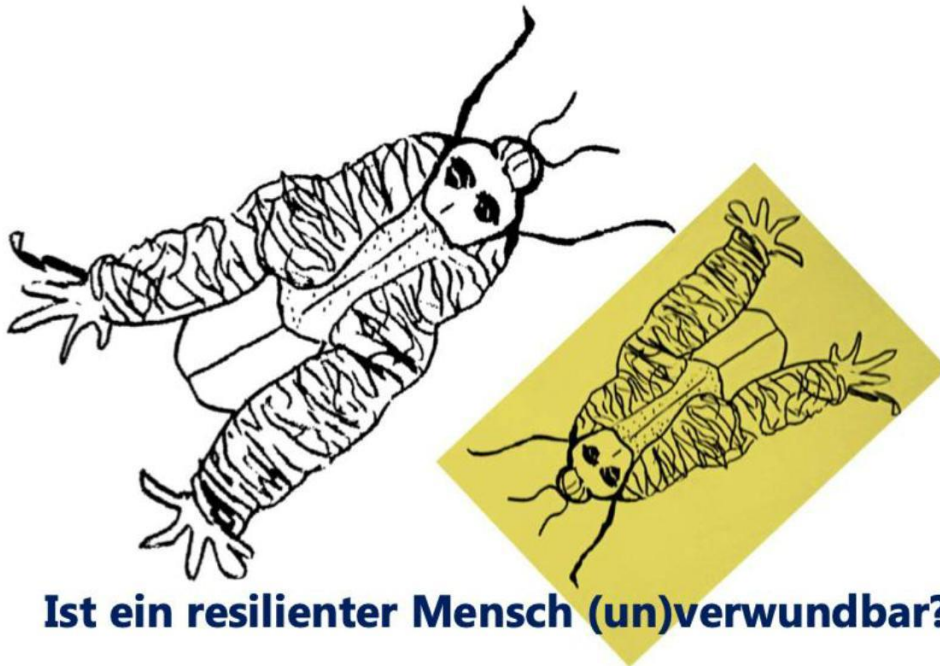


Zubereitung:

1. Aprikosen halbieren, entkernen, in Pfanne mit Öl anbraten, mit Honig glasieren.
2. Rote Bete hobeln, auf Tellern verteilen. Rucola drauf, Aprikosen dazu.
3. Burrata in die Mitte oder Ziegenkäse zerbröseln. Mit Walnüssen bestreuen.
4. Mit Balsamico und Olivenöl beträufeln, würzen.

● Vegane Alternative:

- Burrata ersetzen durch: veganen Frischkäse oder Cashew-Creme
- Honig ersetzen durch: Agavendicksaft oder Ahornsirup



Ist ein resilienter Mensch (un)verwundbar?

„Resilienz oder psychische Widerstandsfähigkeit ist die Fähigkeit, Krisen zu bewältigen. Das Gegenteil von Resilienz ist Verwundbarkeit.“

Diese Definition sprang mir auf der Innenseite der Mitarbeitertoilette einer Kindertageseinrichtung ins Auge. Wenn das Gegenteil von Resilienz die Verwundbarkeit wäre, würde Resilienz Unverwundbarkeit bedeuten. Soll das ein Apell oder gar eine Warnung der Mitarbeitenden sein, bloß nicht (stressbedingt) krank zu werden? Sei ja resilient! Offensichtlich wird Verwundbarkeit mit einer geringeren Belastungsfähigkeit assoziiert, einer Schwäche und nicht etwa als wesentliche *Conditio Humana*¹. Dieser Gedanke erscheint mir etwas suspekt, auch wenn ich das Streben nach Überwindung der eigenen Verwundbarkeit wie das Abstreifen einer alten Insektenhaut nachvollziehen kann. Angesichts zunehmender Krisen und Belastungssituationen erscheint ein Resilienz-Training für alle Menschen angebracht zu sein, denn scheinbar gibt es immer mehr Menschen, die nicht resilient und nicht selbstständig sind und damit Systeme überlasten.

Was sagt das über die vorherrschenden Annahmen und Haltungen gegenüber der eigenen Verletzlichkeit und der Verletzlichkeit von anderen Menschen in unserer Gesellschaft aus?

Bei dieser Frage möchte ich zuerst auf den medizinischen und anschließend auf den pädagogischen Bereich eingehen, da wir es hier mit Menschen zu tun haben, die allgemein als vulnerabel und fürsorgebedürftig gelten.

¹ Menschliche Grundverfassung, Bedingung des Menschseins; wird verbunden mit Schmerz, Leid, Tod, Unwissenheit, Verwundbarkeit, Beeinträchtigung, Angst, Begrenztheit, aber auch Berührbarkeit, Würde, Gerechtigkeit und Barmherzigkeit

Sowohl im medizinischen, als auch im pädagogischen Tätigkeitsfeld findet man ein relativ klares Autonomiegebot², das den Respekt vor der Selbstbestimmung des Menschen unterstreicht. Beide Berufsfelder spielen sich im Spannungsfeld zwischen Autonomie und Fürsorge ab.

Die Vulnerabilität Kranker wird besonders in ihrer Rolle als Patienten deutlich. Aufgrund von Erkrankungssymptomen können die daraus resultierenden Einschränkungen als Bedrohung der bisherigen Autonomie bzw. des autonomen Selbstkonzepts wahrgenommen werden. Die Theologin, Medizinerin und Ethikerin Henriette Krug sieht bei ihren Patienten jedoch ein interindividuell verschiedenes Autonomiebedürfnis, was auf verschiedene Grundeinstellungen gegenüber der allgemeinen oder eigenen Verwundbarkeit hinweisen könnte. So fordert eine Gruppe von Erkrankten ihr Recht auf Fürsorge ein, bspw. mit der Frage: „Wenn ihre Oma einen Tumor hätte, was würden Sie ihr raten?“ Damit wird der Arzt oder die Ärztin in die Verantwortung einbezogen, zur Anteilnahme gewissermaßen aufgefordert und es wird nicht auf das eigene Autonomierecht gepocht. Es reiche ihrer Meinung nach nicht aus, Patienten über Diagnose und Behandlung(srisiken) zu informieren. Vielmehr müsse es darum gehen – im Rahmen einer vertrauensvollen Beziehung zwischen Patienten und Arzt oder Ärztin – das Hilfsanliegen eines Patienten oder einer Patientin einzuschätzen, um individuell darauf eingehen zu können.

Doch erst wenn man seine eigene Verletzbarkeit respektieren und annehmen kann, kann man respektvoller mit der Verletzlichkeit des Gegenübers umgehen. Das Ziel wäre, den Patienten Wege aufzuzeigen mit seiner (neu entdeckten) Verwundbarkeit zufrieden zu leben und ihn evtl. ein Wegstück dorthin zu begleiten, damit er „resilienter“ aus dieser Erfahrung gehen kann.

Auf der anderen Seite beeinflusst die professionelle oder persönliche, ärztliche Haltung gegenüber Vulnerabilität die Sicht auf das menschliche Leben und prägt damit die ärztliche Urteilsbildung und das entsprechende Handeln. So wird ein Gynäkologe oder eine Gynäkologin einer werdenden Mutter bei Verdacht auf eine genetische Erkrankung des Embryos vielleicht eher zu einer Abtreibung raten, da ein Leben in Abhängigkeit von anderen Menschen ihm oder ihr als lebensunwertes Leben erscheint.

Michael Coors, Professor für Theologische Ethik in Zürich, differenziert zwischen Verletzungen und der allgemeinen Verletzlichkeit. Verletzlichkeit wäre also die

² Im medizinischen Bereich *informed consent* (Einverständniserklärung des Patienten, dass er die nötigen Informationen über Behandlung, Eingriffe etc. bekommen hat, um eine Entscheidung zu treffen) und im pädagogischen Bereich das Erziehungsziel zur Selbstständigkeit

Voraussetzung für Verletzungen, die Fähigkeit zu Sensibilität, Affizierbarkeit und Empathie. Verletzlichkeit könne mit einer besonderen Wahrnehmungs-, Orientierungs- und Handlungsfähigkeit einhergehen.

Ein Mangel an Verwundbarkeit könnte auf einen Mangel an Fähigkeiten hindeuten.

„Wesen, die nicht empfindungsfähig sind, [sind] unverletzlich in Bezug auf die Zufügung von Schmerz.“ (Johannes Giesinger)

Erst wenn man autonomiefähig ist, kann man in seinem Autonomiebedürfnis verletzt werden. Kleinkinder, die noch keinen eigenen Willen haben, fühlen sich auch nicht sonderlich in ihrer Autonomie durch Eltern verletzt. Jedoch zeigen sie ihr klares Interesse an der Ausbildung ihrer Autonomie (Autonomiephase). Verwundbarkeit scheint nicht so schlecht zu sein wie der Begriff vielleicht impliziert.

Die Kindheit ist eine Phase intensiven Lernens, in der Werthaltungen, Kenntnisse und Fähigkeiten zunächst erworben und aufgebaut werden. Erst durch den Erziehungs- und Entwicklungsprozess erlangen Kinder Fähigkeiten und Haltungen, die verwundbar machen, da es nun etwas zu verletzen (und zu bewahren) gibt. Über die Resilienz dieser Fähigkeitsträger sagt das noch nichts aus, denn wer verletzlich ist, muss nicht notwendigerweise auch verletzt werden.

Laut Giesinger sind Kinder- im Gegensatz zu Erwachsenen- (noch) nicht in der Lage, sich vor Verletzungen (ihrer Interessen) zu schützen. Innere Faktoren wie Selbstschuttfähigkeit müssten noch aufgebaut werden.

Aus diesem Grund sind sie auf bestimmte soziale Strukturen und externe Fürsorge angewiesen, sodass sie nicht zu Schaden kommen.

Auch fehle Kindern (noch) die Fähigkeit gute Entscheidungen zu treffen und danach zu handeln. Erwachsene könnten theoretisch schon selbstständig für ihre Gesundheit sorgen, um unverletzt zu bleiben. Sie könnten z.B. früher schlafen gehen, einen Arzt aufsuchen, weniger Süßigkeiten essen, Entspannungsübungen machen und regelmäßiger Sport treiben. Kinder seien aufgrund der mangelnden Autonomie und Entscheidungskompetenzen anfälliger für eigene Entscheidungen und Handlungen, die ihnen selber schaden könnten.

(Elterliche) Eingriffe in die Autonomie von Kindern könnten damit gerechtfertigt werden, dass Kinder anfälliger für interne und externe Verletzungen seien.

Immer wieder werden (neue) Vorschläge für die Förderung der Resilienz von Kindern in pädagogischen Diskursen angeführt. An Mitarbeitertoiletten kleben Sprüche, die

daran erinnern sollen, dass man trotz hoher Arbeitsbelastung doch bitte resilient sein soll. Die Simplifizierung von Verhältnissen, die im Begriff Resilienz anklingt, vernachlässigt den Blick auf die Quellen von Verletzungen. Menschen sind keine Inseln, sondern eingewoben in soziale Systeme, die uns einerseits vor Verletzungen schützen, andererseits selbst zu Gefahrenquellen werden können. Vulnerabilität und die damit einhergehende Möglichkeit verletzt zu werden, zeigt auf, was für uns Menschen schützenswert erscheint: Zeit haben und bekommen, eingebunden sein, Interessen verfolgen können, wahrgenommen werden, ernst genommen werden, Selbstwert und Anerkennung usw.

Meiner Ansicht nach sollten wir niemals unverwundbar werden, sondern aufmerksamer für die Quellen von Verletzungen und sensibler im Umgang mit verletzten Menschen.

Wir sollten uns bemühen, nicht selbst zu einer Quelle von Verletzungen gegenüber anderen zu werden, sondern uns solidarisch an die Seite von Menschen stellen, die unsere Hilfe benötigen.

Text: Katharina Weidenbacher

31. Oktober: Grusel oder Glaube?

Reformationstag trifft Halloween – Was feiern wir am 31. Oktober?

Wenn der 31. Oktober vor der Tür steht, denken viele sofort an Kürbisse, gruselige Kostüme und den Spruch „Süßes oder Saures!“. Doch der Tag hat noch eine ganz andere Bedeutung: An diesem Datum wird auch der Reformationstag gefeiert. Zwei Feste – ein Datum. Aber was steckt eigentlich dahinter?

Der Reformationstag Am 31. Oktober 1517 soll Martin Luther in Wittenberg seine 95 Thesen an die Tür der Schlosskirche genagelt haben. Darin kritisierte er unter anderem den Ablasshandel, bei dem man für Geld angeblich die Vergebung von Sünden kaufen konnte. Luther wollte, dass die Kirche sich verändert und wieder näher an den Menschen ist. Sein mutiges Handeln führte zu einer Bewegung, die wir heute als „Reformation“ kennen. Sie veränderte das Christentum und brachte neue Ideen, zum Beispiel dass jeder selbst die Bibel lesen und verstehen sollte. Deshalb gilt der Reformationstag bis heute als wichtiger Feiertag für evangelische Christen.

Halloween – Grusel, Spaß und Süßigkeiten Halloween stammt ursprünglich aus Irland und wurde später in den USA groß. Heute ist es auch in Deutschland beliebt: Kinder und Jugendliche verkleiden sich, ziehen mit „Süßes oder Saures!“ von Tür zu Tür und sammeln Süßigkeiten. Typisch sind gruselige Kostüme, Partys und geschnitzte Kürbisse, die im Dunkeln leuchten.

Text: Jule Roth



Poesie

Hier noch mal der Ganze Text. Ich kann es dir leider nicht anderes schicken
Die Kraft der Poesie: Poesie ist eine besondere Form des Schreibens, die Gefühle, Gedanken oder Bilder in schöner und oft rhythmischer Sprache ausgedrückt. Sie regt die Fantasie an und kann Menschen tief berühren. Oft ist es einfacher seine Gefühle mit Kunst zu verarbeiten. Artisten und Künstler wollen oft ihre Geschichten und Gefühle mit der Welt teilen. Sie wollen andere ermutigen stärker zu sein, dass Fehler in Ordnung sind und das alles irgendwie wie gut wird auch wenn es manchmal etwas Zeit braucht. In all diesen Poetischen Werken geht es um eins um Liebe.

Liebe ein großes Wort: Liebe ist ein sehr großes Wort und unmöglich zu beschreiben jeder empfindet die Liebe anders. Liebe beschreibt nicht eine Sache oder etwas es beschreibt so viel mehr als das. Es gibt verschiedene Arten von Lieb. Aber alles basiert auf Philautia. Philautia ist Griechisch setzt sich aus den Wörtern Liebe/ Freundschaft und „selbst“ zusammen es bedeutet also die Liebe zu sich selbst. Es geht dabei nicht darum sich selbst über andere zu stellen und zeigen das man besser ist, es soll den Respekt und die Akzeptanz einander selbst ausdrücken. Ein wichtiger Punkt ist zu verstehen was es bedeutet sich selbst zu lieben, den Liebe dich selbst, bevor du andere lieben lernst.

Selbstzweifel und die Magie der Poesie: Schon immer gab es Menschen, die sich selbst nicht akzeptieren, wie sie sind. Solche Menschen wird es auch in Zukunft geben, doch um ihre Zahl zu verringern und andere zu ermutigen, sich selbst zu lieben, gibt es Poesie. Auch BTS, eine koreanische Boyband richtet dieses wichtige Thema in ihren Texten. 2018 starteten sie ihre Give Yourself Welttournee, mit dem Ziel, jedem Kraft und Sicherheit zu schenken, sich selbst zu lieben. BTS schreiben Lieder wie „IDOL“ – „Ich liebe mich, egal was andere sagen. Niemand kann mich davon abhalten, mich selbst zu feiern.“ – und „Epiphany“ - I'm the one I should love in this world.“, in denen sie diese Botschaft an ihre Fans weitergeben. Mit diesen Texten haben sie nicht nur mir, sondern auch Millionen weiterer Fans das Gefühl gegeben, wertvoll zu sein und genug zu sein.

Auch als BK gefangen habe, hatte ich von Anfang an Zweifel. Ist der Beruf der Richtige? Werden die Kinder mich mögen?

Mir selbst hilft es, meine Gefühle, Gedanken und was mich beschäftigt aufzuschreiben. Es ist nicht immer leicht, die richtigen Worte zu finden für so manches was dich belastet, aber genau das hilft, Negativität und Schwäche loszulassen

Love yourself

Das Leben ist schwer,
die Welt dreht sich viel zu schnell,
Probleme ziehen hin und her,
Liebe schwebt umher

Alles scheint kraftloser, leer
Zum Aufgeben schwer.

Mein Herz mag leer gewesen sein,
doch langsam kehrt die Stärke in mir ein.

Ich bleib nicht stehen, auch wenn's schwerfällt,
egal, wer mich stoppen will in dieser Welt.

Vielleicht mache ich Fehler, viele sogar.

Doch jeder davon macht mich wunderbar.

Gestern war ich nicht perfekt – doch auch ich war ich,
und heute lieb ich mich – Schritt für Schritt, Stück für Stück.

Ich liebe mich, mit all meinen Fehlern und Sorgen,
und wachse daran, werde stärker mit jedem Morgen.

Auch wenn der Weg in Dunkelheit versinkt,
und schwerer Schmerz dein Herz durchdringt,
trägt dich die Kraft, die in dir brennt –
love yourself, mit ganzem Herzen kennt.



BOJABI der Zauberbaum

Die Sonne brennt nieder auf das Land.
Es weht ein trockener Wind.

Die Bäume sind gestorben und
das Gras vertrocknet.

Die Tiere streifen hungrig über den
sandigen Boden auf der Suche nach
Nahrung.

Da entdecken sie einen Baum mit saftigen
Früchten, der von einer riesigen Python bewacht
wird. Doch sie ist gemein, lässt sie sie nicht vorbei,
solange sie ihr nicht den Namen des Baumes
nennen.

Verzweiflung macht sich breit,
denn die Tiere wissen den Namen nicht.

Der König der Tiere könnte ihnen helfen, doch der wohnt
weit, weit, weg und so macht sich einer nach dem anderen
auf die lange Reise, um ihn zu befragen.

Das Zebra kann raketenschnell rennen.

Der Affe ist so klug wie keiner.

Der Elefant vergisst niemals etwas.

Die Schildkröte ist langsam und bedächtig.

Wer von den Tieren

kann sie am Ende vor dem Hungertod retten?

Und was ist eigentlich mit dem König los?
Zwei Dinge kann er gar nicht leiden:

eine übel sitzende Mähne und wenn man
ihn beim Mittagsschlaf stört.

Wird er den Tieren unter diesen
Umständen helfen ?

Lest selbst!

Über das Kinderbuch:

Diese Fabelgeschichte stammt aus Afrika.

Die feinen, farbenfroh colorierten
Zeichnungen des Illustrators Piet Grobler
verleihen dem Text seine Lebendigkeit,
Dramatik und Humor.

Die Originalfassung dieser Geschichte wurde
von der Autorin Dianne Hofmeyr, die selbst in
Afrika aufgewachsen ist, für Kinder
überarbeitet.

Ihr Ursprung ist bis heute ungeklärt.



Wissenswertes:

Bojabi, der Zauberbaum, könnte für den Affenbrotbaum oder auch „Baum des Lebens“ stehen, der das Wahrzeichen von Afrika und ein Symbol für Widerstands- und Anpassungsfähigkeit ist, denn er hält auch harten Dürrezeiten stand, indem er Wasser in seinem dicken Stamm speichert (ähnlich wie ein Kaktus).



Abbildung 1: Dreamstime.com (KI-generiert)

Er ist Versammlungsort für verschiedene Gemeinschaften, spendet Schatten und süßsaure Früchte und vermittelt das Gefühl von Beständigkeit und Zuversicht in die Überwindung von Hindernissen im Leben.



Hintergründe der Fabel:

Vielen ist die Fabel als Mittel zur Aufklärung und Belehrung (aus dem Unterricht) bekannt. Auf eine anschauliche Weise soll sie moralische Botschaften vermitteln und den Menschen zur Welt- und Selbsterkenntnis befähigen. Fabeln sind in allen Kulturen der Welt zu finden und spiegeln die soziokulturellen Werte der eigenen ethnischen Gruppe wider.

Welche Werte werden in der Geschichte Bojabi nun angesprochen?

Die Schildkröte stellt in diesem Fall den Inbegriff für Weisheit dar. Das Tier weist Gemeinsamkeiten mit dem „Baum des Lebens“ auf. Als urzeitliches Reptil (lebt über 220 Mio. Jahren auf der Erde), dessen Art bereits viele geologischen und klimatischen Veränderungen der Erdgeschichte überlebt hat, meistert sie eine schwierige Aufgabe, indem sie auf das Wissen ihrer Urgroßmutter zurückgreift, während die anderen Tiere sich allein auf ihre



individuellen Fähigkeiten verlassen, sich dabei selbst überschätzen und scheitern. Die Schildkröte bezieht das **traditionelle Wissen ihrer Herkunftsfamilie** in die Suche nach einer Lösung ein, was am Ende zum Erfolg führt. Auf einer Metaebene reflektiert die Fabel sich also gewissermaßen selbst, denn der Rückgriff auf das kulturelle Erbe bzw. die Geschichten der Urgroßmutter ist hier der Schlüssel zum Erfolg. Sie wusste sich und anderen zu helfen, da sie von ihren Ahnen die Technik des „stillen Sprechens“ kannte und anwenden konnte.

Der Wert **sich Zeit zu nehmen**, kommt in den Eigenschaften Geduld, Ausdauer und Langsamkeit zur Geltung. Eigenschaften, die in unserer Kultur häufig unterschätzt werden, da vor allem die Langsamkeit als Hindernis



und ein Zeichen für mangelnde Leistung (Arbeit pro Zeiteinheit) wahrgenommen wird. Dies setzt Menschen einer Gruppengemeinschaft einem ständigen

Leistungsdruck aus, um ja nicht als ungeeignetes Gruppenmitglied in Verruf zu geraten und ausgestoßen zu werden.

Nach welchen Normen und Werten leben (moderne) Gemeinschaften? Sind es die individuellen Stärken und Fähigkeiten des Einzelnen? Was denken Kinder darüber? Kann es auch mal gut sein, seinen Eltern oder Großeltern zuzuhören und Ratschläge von Eltern anzunehmen? Vielleicht durch ein Lied oder ein Gedicht? Lasst euch von der Geschichte inspirieren und von den Bildern verzaubern.

Text: Katharina Weidenbacher

Kindermassage

Entspannung zum Anfassen

In einer Welt voller Geräusche, Hektik und Termine ist es für Kinder wichtig, zur Ruhe zu kommen. Eine wunderbare Möglichkeit dafür ist die Kindermassage. Und keine Sorge: Das heißt nicht, dass wir alle kleine Masseure sein müssen - bei der Kindermassage geht es nicht um Technik, sondern um Zuwendung, Achtsamkeit und Nähe.

Warum ist die Kindermassage gut?

Berührung stärkt das Vertrauen: Wenn Kinder achtsam berührt werden, fühlen sie sich sicher und geborgen.

Sie fördert das Körpergefühl: Kinder lernen, ihren Körper bewusster wahrzunehmen.

Sie stärkt die sozialen Fähigkeiten: Bei der Partnermassage lernen Kinder, Rücksicht zu nehmen, achtsam zu sein und auf andere zu hören.

Sie macht Spaß! Viele Massagegeschichten sind lustig und regen die Fantasie an.

Natürlich gilt: Alles freiwillig, kein Kind soll zu einer Massage gezwungen werden. Wer nicht mitmachen möchte, darf einfach zuschauen oder eine kleine Ruhepause machen.

Im Folgenden empfehle ich euch zwei Massagegeschichten für Kinder.

Die Geschichten können im Sitzkreis oder auf Matten erzählt werden. Ein Kind massiert einem anderen (zum Beispiel den Rücken), danach wird getauscht.

Tipp: Ein ruhiger Ausklang danach tut gut, zum Beispiel gemeinsam atmen oder leise Musik hören.

Text: Arbiana Idrizi

Massagegeschichte 1: Der Marienkäfer geht spazieren

Ein Kleiner Marienkäfer spaziert über deinen Rücken. (Sanft mit zwei Fingern über den Rücken „laufen“)

Er bleibt kurz stehen und schaut sich um. (Hände kurz ruhen lassen)

Dann krabbelt er weiter, ganz langsam... (Gaaaaanz langsam mit den Fingern „flattern“)

Jetzt fliegt er ein kleines Stück! (Leicht mit den Fingern „flattern“)

Er landet und ruht sich aus. (Handfläche sanft auf den Rücken legen)

Da kommt ein Regentropfen. Plitsch. (Kurz mit dem Finger tippen)

Und noch einer. Platsch. (Mehrere Finger als Regentropfen)

Der Marienkäfer sucht ein Blatt zum Unterstellen. („Laufen“ in eine Richtung)

Gefunden! Er schläft ein... (Hände sanft auf den Rücken legen und ruhig halten)

Massagegeschichte 2: Das Wetter spielt verrückt

Am Himmel ziehen Wolken auf. (Mit den Fingerspitzen „kreisende Wolken malen.“)

Der Wind weht – erst ganz leicht... (Mit den Händen leicht streichen.)

... dann etwas stärker! (Mit den Fingerspitzen leicht klopfen.)

Plötzlich kommt ein Donner – RUMMS! (Handfläche klatscht sanft.)

Aber gleich danach: die Sonne scheint! (Wärme der Hand auf den Rücken legen.)

Und ein Regenbogen erscheint. (Mit dem Finger einen Bogen auf den Rücken malen.)

Was für ein aufregendes Wetter!

Euer Feedback zählt!

Ihr habt Ideen, Wünsche oder Kritik?

Dann ab damit in unsere Feedback-Box!

Ihr findet sie im 2. OG, am Geländer gegenüber den Stehtischen bei Raum 2.09.

Anonym oder mit Namen – wir freuen uns auf eure Rückmeldungen!



Impressum

V.I.E.W
Vielfalt. Engagement. Inspiration. Wissen.

Herausgeber:

Ludwig-Schlaich-Akademie,

Fachschule für Sozialpädagogik, Waiblingen

Verantwortliche Lehrkraft: L. Graziosa

Redaktion:

Arbiana Idrizi, Inara Kühn, Jule Marie Roth, Katharina Weidenbacher, Leonie Fitzner,

Robin Walter, Nadine Bucka, Sydney Lea Klenk, Vanessa Pereira.

Kontakt: Email: loredana.graziosa@lsak.de

Erscheinungsdatum: Oktober 2025

Auflage: 100

Haftungsausschluss: Die Meinungen der Autoren geben nicht unbedingt die Meinung der Schule oder der Lehrkräfte wieder.

Urheberrecht: Alle Inhalte dieser Schülerzeitung sind urheberrechtlich geschützt.

