

# Die Klang-Pause™ in Kindertagesstätte und Schule



Die Klang-Pause™



Prof. Dr. Hella Erler  
Prof. Dr. Luis Erler

Mitarbeiterinnen:  
Ursula Balmer  
Silvia Schindler

# Definition: Klang-Pause



Die Klang-Pause™



kurzfristiger Einsatz  
von Klangschalen  
(2-5 Minuten) im  
pädagogischen Alltag

# Wirkung von Klang: Stressreduktion



Die Klang-Pause™



- Atem- und Herzrhythmus langsamer
- Gehirnhälften arbeiten besser zusammen
- Aufmerksamkeit von außen nach innen

# Fragestellung & Methode:



Die Klang-Pause™

- ▶ Wirkung der Klang-Pause im Setting von Kindertagesstätte und Schule ?
- ▶ Beobachtung und Dokumentation über 4 Wochen mittels:
  - *Tagesprotokolle*
  - *Halboffener Fragebogen*

# 1. Untersuchung: Regensburg 2009



Die Klang-Pause™

<b>Teilnehmer:</b>				
	Erzieher / Lehrer	Kinder / Jugendliche	Alter	Beobach- tungstage
Kinder- garten:	4	38	3-6	54
Schule	10	243	6-17	151

# 1. Untersuchung Ergebnisse:



Die Klang-Pause™



- alle Teilnehmer von Wirkung überzeugt
- alle Teilnehmer wollen mit Klang-Pause weiter arbeiten

## 2. Untersuchung: München 2010/2011



Die Klang-Pause™



### **Forschungsauftrag**

### **der LH München:**

Betriebliches Gesundheitsmanagement

### **Ausgangspunkt:**

Streik der Erzieherinnen

## 2. Untersuchung: München 2010/2011



Die Klang-Pause™

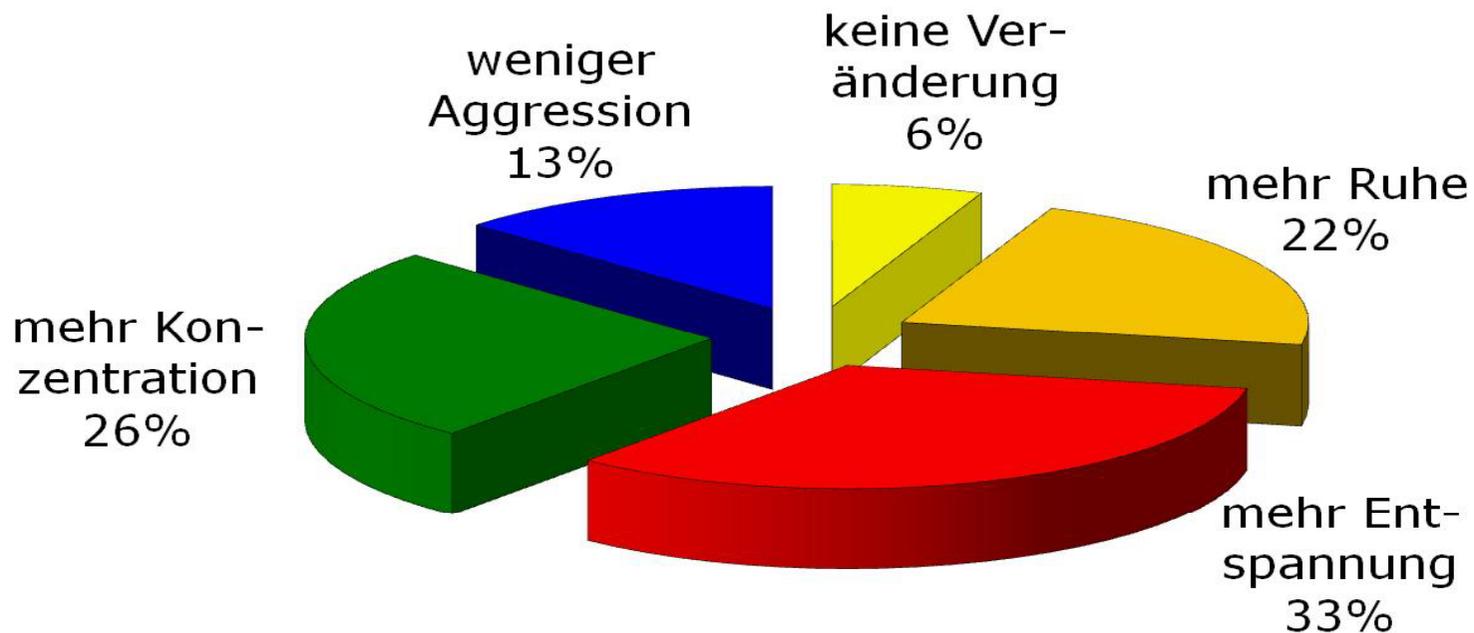
Teilnehmer:			
Erzieher / Lehrer	Kinder / Jugendliche	Alter	Beobach- tungstage
19/20	1.255	0-12	336

## 2. Untersuchung

### Wirkung der Klang-Pause auf die Kinder

- Zusammenfassende Einschätzung:

Die Klang-Pause™

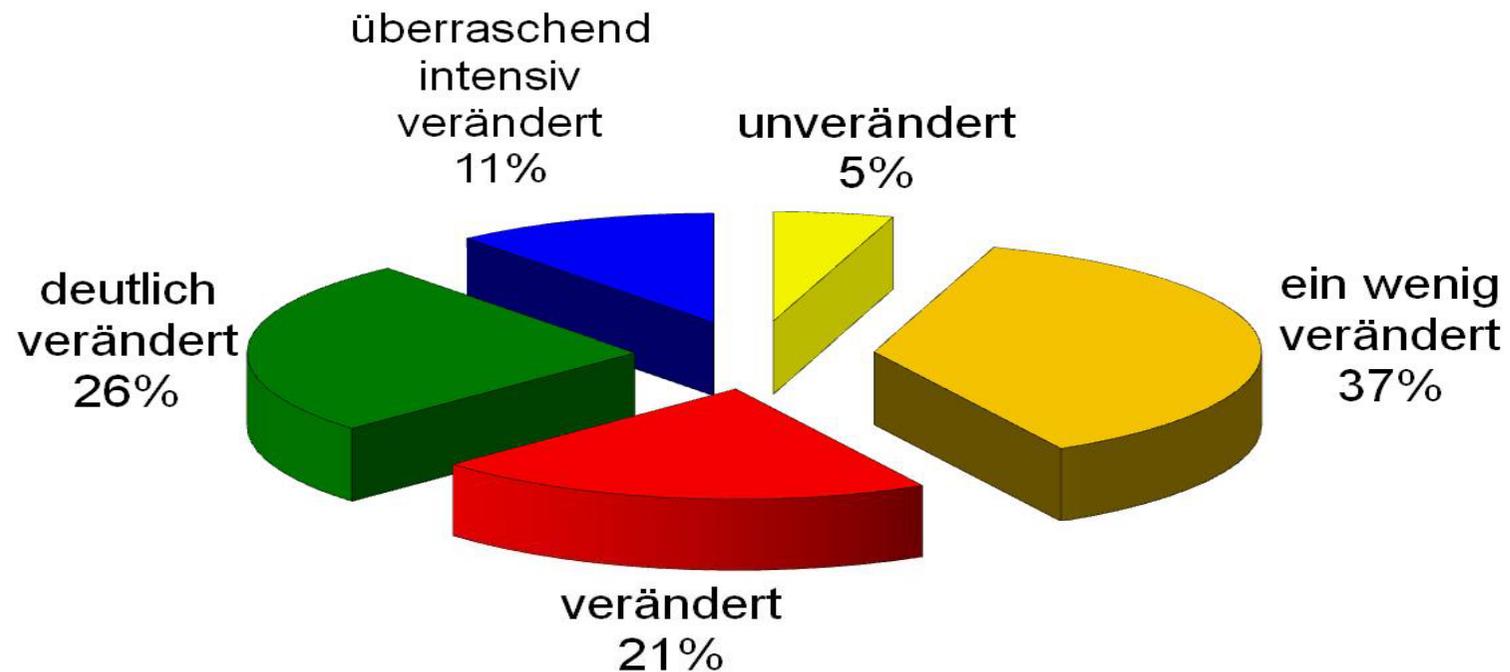


*n=31 Nennungen (100%) durch 19 Erzieherinnen, Mehrfachnennungen waren möglich*

## 2. Untersuchung Wirkung der Klang-Pause auf die Entspannung der Kinder:



Die Klang-Pause™

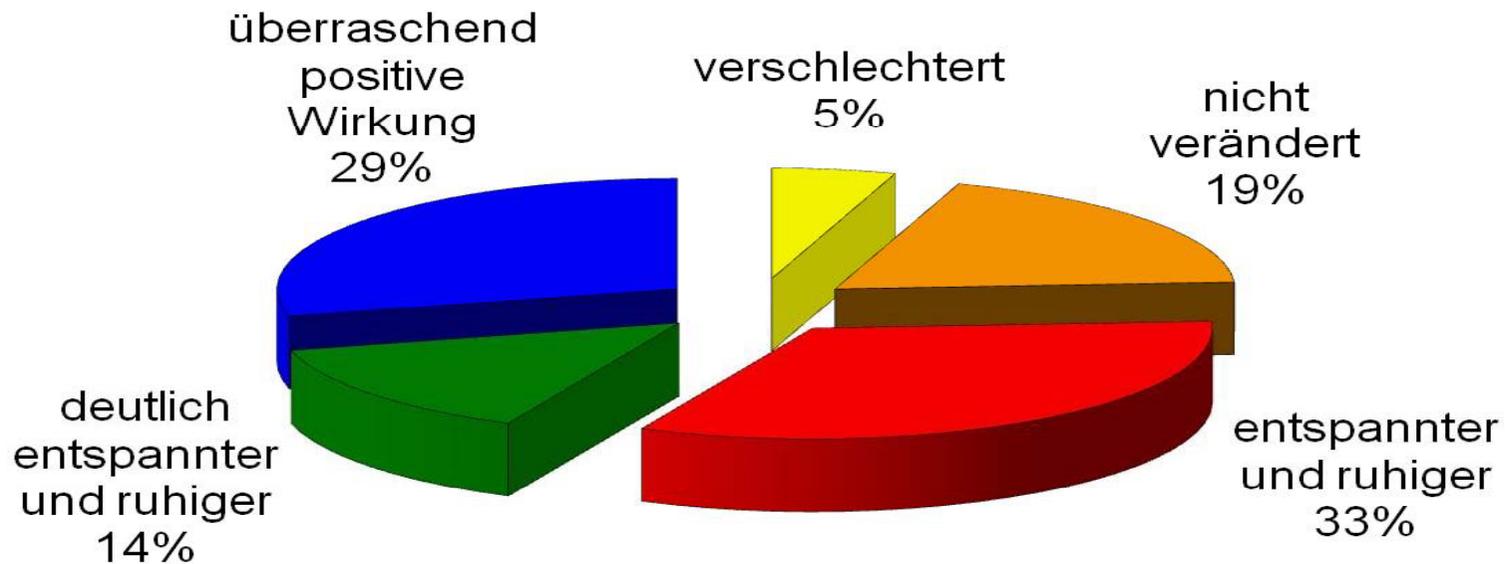


*n=19 Nennungen (100%) durch 19 Erzieherinnen*

## 2. Untersuchung Wirkung der Klang-Pause auf das persönl. Stresserleben der Erzieherinnen:



Die Klang-Pause™



*n=21 Nennungen (100%) durch 19 Erzieherinnen, Mehrfachnennungen waren möglich*

# Vorteile der Klang-Pause:



Die Klang-Pause™

- individuelle Anpassung
- einfache Handhabung
- kurze Einführung und Anleitung
- niederschwelliges Angebot
- für Vorbereitung in der „Fläche“ geeignet
- relativ geringe Materialkosten

# Aktueller Stand und Ausblick:



*Die Klang-Pause™*

- Klang-Gruppen in Regensburg und München
- Untersuchung zum individuellen Stressmanagement von Erzieher/innen und Lehrer/innen 2011/2012

# Seminar vom 1.-3. November 2011: Einführung in die Klang-Pause



Die Klang-Pause™



- Informationen für Interessenten
- Einrichtungsspezifische Konzeptentwicklung

# Die Klang-Pause™ in Kindertagesstätte und Schule



Die Klang-Pause™



**Vielen Dank  
für Ihre  
Aufmerksamkeit!**