

- Welche Bedeutung haben Rituale für die Erziehung?
- Welche Rituale passen zu unserer Familie?
- Was passiert, wenn mein Kind älter wird?



**ElternWissen**  
Rituale – Inseln der Verlässlichkeit

## Die Reihe ElternWissen wird herausgegeben von:

AGJ-Fachverband für Prävention und  
Rehabilitation in der Erzdiözese Freiburg e. V.  
Referat Prävention  
Oberau 21  
79102 Freiburg

[jugendschutz@agj-freiburg.de](mailto:jugendschutz@agj-freiburg.de)

Der AGJ-Fachverband ist Teil der Caritas mit den Aufgabengebieten Sucht-, Wohnungslosen- und Arbeitslosenhilfe sowie Kinder- und Jugendschutz. Zirka 500 Beschäftigte arbeiten in einem Netz aus stationären und ambulanten Einrichtungen zur Prävention, Behandlung, Beschäftigungsförderung und Fortbildung.

Überreicht durch:

Die Schriftenreihe ElternWissen entstand nach dem Vorbild der gleichnamigen Reihe der Katholischen Landesarbeitsgemeinschaft Kinder- und Jugendschutz NW e.V.

### **Autorin:**

Sibylle Fischer ist Frühpädagogin. Sie arbeitet zu den Themen der Resilienzförderung im Studiengang Pädagogik der frühen Kindheit und ist im Zentrum für Kinder- und Jugendforschung sowie an der Evangelischen Hochschule tätig.

## Einleitung

Kennen Sie das? Nach einem Arbeitstag die Kleider abstreifen und mit einer Tasse Tee und Kuschelsocken an den Füßen die Tagesereignisse auf der Couch Revue passieren lassen. Ohne bunt gefärbte Ostereier ist die Osterzeit nichts und das Backen der Weihnachtsplätzchen gehört unabdingbar in die Adventszeit. Bei einem Besuch im Elternhaus darf auf gar keinen Fall das Familienessen fehlen, das es schon zu Kinderzeiten gab. Warum ist das so? Das alljährliche Weihnachtsfest, die Schultüte zum Schuleintritt, die Fangesänge im Fußballstadion oder das Kita-Sommerfest. Wozu brauchen wir das? Die Antwort ist einfach: Wir brauchen Rituale. Und Kinder brauchen sie ganz besonders. Kinder denken in Ereignissen. Nicht umsonst bestehen sie darauf, immer wieder die gleiche Gute-Nacht-Geschichte zu hören, möglichst am gleichen Ort, oder am Samstagmorgen noch eine halbe Stunde im Bett der Eltern zu kuscheln, bevor das Frühstück gemacht wird. Immer wiederkehrende Abläufe strukturieren das Leben, schenken Geborgenheit, geben Halt und Sicherheit und stärken das Ich- und Wir-Gefühl (vgl. Lutsche, 2016). Lange Zeit wurden Rituale mit überholten Traditionen und starren Regeln gleichgesetzt. Heute jedoch, in einer Zeit des ständigen Wandels, erleben Rituale einen Aufschwung.

## Rituale sind Ankerpunkte im Leben

Ganz allgemein betrachtet sind Rituale besondere Ausdrucksformen von Kultur, die von Personen gestaltet werden und in Symbolen zum Ausdruck kommen. Ihre Erscheinungsformen sind vielfältig und werden unterschiedlich erlebt: als erhaben, feierlich oder beruhigend, aber auch als veraltet oder abgedroschen. Das hängt auch davon ab, ob sie eher als Spiel, Fest oder Zeremonie begangen werden oder als alltägliche Routine. Rituale – als soziale, religiöse oder psychologische Kraft betrachtet – helfen, Gemeinschaft herzustellen und Krisen zu bewältigen (vgl. Michaels, 2011). Rituale sind wichtige Orientierungspunkte und reduzieren die Komplexität des Lebens. Sie geben Sicherheit, weil sie sich verlässlich wiederholen, wie etwa das selbstverständliche Begrüßen und Verabschieden. Rituale wie das Schlaflied abends vor dem Einschlafen geben Vertrauen in den Fortbestand der Welt. Sie stiften Gemeinschaft und strukturieren die Zeit, wenn beispielsweise vor der Mahlzeit ein Tischspruch oder ein Tischgebet das gemeinsame Essen einleitet.

## Rituale in der Erziehung

**Rituale haben in der Erziehung, Bildung und Sozialisation von Kindern eine zentrale Bedeutung.**

Rituale haben in der Erziehung, Bildung und Sozialisation von Kindern eine zentrale Bedeutung. Sie unterstützen Kinder dabei, sich in die soziale Welt einzufügen und mit dieser konstruktiv umzugehen. Rituale gestalten jedoch auch Übergänge zwischen unterschiedlichen Bereichen und Institutionen, z. B. Familie, Kita und Schule. Sie sind hilfreich bei der Bewältigung von Übergangssituationen wie Geburt, Einschulung, Erwachsenwerden oder Tod und ermöglichen das soziale und kulturelle Lernen (vgl. Fischer, 2016).

Rituale laufen nach bestimmten Regeln ab, die oft über lange Zeit gleichbleiben. Dadurch erfahren besonders Kinder ein Gefühl von Sicherheit, Orientierung und Geborgenheit. In ritualisierten Handlungen werden Werte erleb- und erfahrbar und symbolisieren unsere Beziehungen zu anderen Menschen. Kinder eignen sich über Rituale Formen und Möglichkeiten sozialen Handelns an und entwickeln es durch Nachahmung weiter. So erlangen sie Wissen über typische Verhaltensmuster in der jeweiligen Gruppe, in der sie sich aufhalten. Sie erfahren u. a., was als erwünscht gilt, z. B. Begrüßungen, Esskulturen, religiöse oder soziale Zeremonien. Angefangen in der Familie setzen sich diese Prozesse in Kindertageseinrichtungen, Schulen und in der Freizeit fort. Sie sind dadurch für Bildung und Erziehung von zentraler Bedeutung (Franz, 2010).

Ein Ritual umfasst sowohl festgelegte und unveränderliche als auch variable Elemente, die in der Situation konkret ausgestaltet werden. Der regelmäßig wiederkehrende Familienspaziergang am Sonntag kann ebenso ein Ritual sein wie das gemeinsame Tischgebet oder der ritualisierte Tagesablauf in der Kindertageseinrichtung und in der Schule. Während Uhrzeit und Familienmitglieder beim Familienspaziergang gleichbleiben, kann der Spazierweg variieren. Unabhängig davon, welche Rituale wir durchführen, um uns mit ihnen wohlzufühlen, brauchen wir eine innere Verbindung und Achtsamkeit zum „Anlass“ des Rituals und zur Art und Weise der Umsetzung.

## Durchführung von Ritualen

Durch die immer wieder in gleicher Weise durchgeführten Ritualhandlungen zu bestimmten Zeitpunkten am Tag,

während des Monats oder im Jahresverlauf wird ein großer Wiedererkennungswert erzielt. Einmal durchgeführte Rituale sollten dann auch in gleicher Weise beibehalten werden, damit Kinder lernen, wann mit welchem Ritual zu rechnen ist und um selbst Sicherheit in der Ritualhandlung zu erlangen. Konstanz und Sicherheit schaffen die Grundlage, dass Rituale auch in schwierigen Lebenssituationen dazu beitragen können, Stress, Angst und Unsicherheit abzubauen respektive zu bewältigen.

### **In Kürze: Was ist ein Ritual?**

- Rituale sind kulturell geschaffen und spiegeln soziale Beziehungen wieder, z. B. Verlobung oder Hochzeit, aber auch individuelle Rituale wie das ritualisierte Wecken der Kinder am Morgen oder das abendliche Geschichtenerzählen.
- Rituale sind an Handlungen geknüpft. Eine Handlung wird dann zur Ritualhandlung, wenn die Handlungsformen und -mittel vorgeschrieben sind; d. h. bei einem Ritual werden bestimmte Verhaltensweisen in bestimmten Situationen oder zu bestimmten Zeitpunkten wiederholt, z. B. das Anzünden der Kerzen auf dem Adventskranz.
- Ein Ritual unterliegt bestimmten Regeln und folgt zumindest über eine gewisse Zeit einem festen Ablauf, z. B. an jedem Adventssonntag wird eine weitere Kerze angezündet; die Ausgestaltung der Situation kann ebenfalls einem ritualisierten Ablauf folgen, etwa nach dem Adventsgottesdienst bei Kaffee und Weihnachtsgebäck.
- Rituale werden nachgeahmt, geübt oder erlernt, so dass deren Ablauf nach einer Weile vertraut ist.
- Ritualhandlungen können sich auf eine höher bewertete Welt oder heilige Anfänge beziehen, z. B. die Taufe als erstes und grundlegendes Sakrament, das seinen Ursprung in der Taufe Jesu durch Johannes im Fluss Jordan hat.
- Rituale stellen lebendige Ereignisse dar, in denen sich eine Gemeinschaft immer wieder neu findet, z. B. wird durch ein bestimmtes Begrüßungsritual einer Jugendgruppe die Gemeinschaft immer wieder hergestellt. (vgl. Michaels, 2011)

## Rituale in Übergangssituationen

Insbesondere in Zeiten des Übergangs sind Rituale Schleusen hin zu neuen, sich verändernden Rollen. Die Abschiedsrituale in der Kindertageseinrichtung markieren z. B. den Rollenwechsel vom Vorschulkind zum Schulkind. Ein Umzug oder Schulwechsel kann vom Verlust der Bezugsgruppe gekennzeichnet sein und bringt die Anforderung mit sich, einen Platz in einer anderen Gemeinschaft zu finden. Der Verlust eines nahestehenden Menschen durch den Tod ist für Kinder eine besondere Belastung mit massiven Veränderungen und enorme Herausforderungen. Übergangsprozesse werden deshalb auch als „verdichtete Entwicklungsanforderungen“ beschrieben. Damit ist gemeint, dass in kurzer Zeit auf viele neue Ereignisse reagiert werden muss und zwar mit beschleunigten Lernprozessen. Die Entwicklung von Menschen ist gekennzeichnet von Abschieden und Neuanfängen bis in den Tod. Übergangsrituale heben diese Veränderungen in besonderer Weise hervor und können sie erleichtern bzw. können helfen, sie besser zu bewältigen. Darüber hinaus verdeutlichen Rituale den Kindern, dass die Erwachsenen diesen Übergängen einen hohen Stellenwert beimessen und vermitteln ihnen wie wichtig solche Momente sein können.

Übergänge beinhalten immer Abschied und Neuanfang. Häufig sind Abschiede auch an Trennungen von Personen geknüpft. Von vertrauten Situationen und Menschen Abschied zu nehmen ist für die Bewältigung von Übergängen von besonderer Bedeutung. Zum bewussten Abschiednehmen gehört jedoch auch der Blick nach vorn. Zeigen Sie ihren Kindern auf, welche Chancen und Möglichkeiten in einem Neuanfang liegen können.

**Übergänge beinhalten immer Abschied und Neuanfang.**

## Rituale zum Abschied

### Gute-Wünsche-Mobile

Idee: Gestalten Sie mit Ihrem Kind ein „Gute-Wünsche-Mobile“.

Material:

- Blumendraht
- Drahtschneider
- Architektenpapierreste
- Sterne aus weißem Fotokarton
- Federn zum Verzieren
- Silberstift

Den Blumendraht in gleich lange Stücke schneiden. Das Architektenpapier in Quadrate und Rechtecke schneiden und gute Wünsche darauf schreiben oder malen, für die Person, die man verlässt, von der man verlassen wird bzw. die verstorben ist. Jedes Kind oder jedes Familienmitglied kann einen oder mehrere Wünsche aufschreiben. An jedes Drahtstück einen Wunschzettel, eine Feder und einen Stern anbringen. Die Drahtstücke am oberen Ende umwickeln und einen Faden zum Aufhängen befestigen. Die Drahtstücke auseinanderbiegen und ausbalancieren. Das Mobile aufhängen oder der Person schenken, von der man sich trennen muss.

### **Abschiedsworte**

Auf eine Karte folgenden Satz schreiben: „Was ich Dir unbedingt noch sagen möchte...“ Die Kinder können auf die Karte schreiben oder malen. Alternativ kann auch ein Tonträger besprochen werden. Möchte man als Gruppe einen Abschied zelebrieren, kann ein kleiner Film gedreht werden. Dafür ein Plakat mit dem Satz „Was ich Dir unbedingt noch sagen möchte“ beschriften und aufhängen. Davor einen Stuhl stellen. Jedes Kind oder jedes Familienmitglied, welches eine Botschaft aufnehmen lassen möchte, setzt sich auf den Stuhl und spricht Abschiedsworte in die Kamera.

### **Gute-Wünsche-Luftballons**

Gute Wünsche Karten an einen mit Gas gefüllten Luftballon hängen und gemeinsam im Freien steigen lassen. Vorher kann die Lieblingsgeschichte der Person, von der man sich verabschiedet, gelesen werden oder ein gemeinsames Lied stimmt die folgende Handlung ein.

### **Abschieds- oder Erinnerungen-Buch**

Bei einem gemeinsamen Spaziergang all jene Orte und Plätze aufsuchen, die mit der Person oder mit den Personen verbunden werden, von der oder denen man sich trennt. An diesen Orten einen Moment verweilen und den Aktivitäten nachsinnen, die mit der Person, dem Ort und den eigenen Gefühlen in Verbindung gebracht werden. In das Buch können Fotos, Ereignisse, Gefühle, Liedtexte oder kleine Geschichten geschrieben, geklebt und gemalt werden. Auch dieses Buch kann die Trauerbewältigung unterstützen oder einem scheidenden Menschen als Geschenk überreicht werden.

## Kinderliteratur zum Thema Tod:

- van Hout, M. (2012). Heute bin ich. Für Kinder von 3 bis 6 Jahren
- Popp, E.M. (2007). Tim trauert um seinen Freund. Für Kinder von 3 bis 10 Jahren
- Ringtved, G. (2002). Warum lieber Tod...? Für Kinder ab 4 Jahren
- Voigt, E. (2014). Schaut Oma uns aus dem Himmel zu? Für Kinder von 4 bis 10 Jahren
- Nielson, U. (2006). Die beste Beerdigung der Welt. Für Kinder von 5 bis 6 Jahren
- Benecke, M. (2008). Wo bleibt die Maus? Vom Kreislauf des Lebens. Für Kinder ab 4 Jahren
- Schössow, P. (2005). Gehört das so??! Die Geschichte von Elvis. Für Kinder ab 4 Jahren

## Rituale verändern sich

Wenn Rituale als selbstverständliche Bestandteile des Alltags verinnerlicht wurden, kann es passieren, dass Kinder heftig protestieren, wenn ihre Handlungsabläufe verändert werden sollen. Andererseits verändern sich Rituale und Ritualgegenstände im Entwicklungsverlauf ganz selbstverständlich.

**Rituale sind immer auch Spiegel der Gesellschaft und ihrer historischen Entwicklung, in der sie ihre Bedeutung entfalten.**

Nutzt das Kleinkind noch sein Stilltuch als Ritualgegenstand zum Einschlafen, wird das Kita-Kind vielleicht vom Kuschtier in den Schlaf begleitet, das ihm die Großmutter geschenkt hat und später ersetzt möglicherweise ein Tagebuch dieses Ritual. Während sich religiöse Rituale bei den Jüngsten in einem

kurzen Tisch- oder Abendgebet erschöpfen können, sind ältere Kindern vielleicht bereits mit den komplexen Ritualhandlungen des Gottesdienstes vertraut. Und so manches Ritual, wie das morgendliche Wecken durch ein Elternteil, verschwindet auf dem Weg zum Erwachsenwerden ganz. Rituale sind nicht starr und festgelegt, sondern können ihre Bedeutung verändern oder auch ganz verlieren. Rituale sind immer auch Spiegel der Gesellschaft und ihrer historischen Entwicklung, in der sie ihre Bedeutung entfalten.



## Rituale in der Familienerziehung

Alltagsrituale, familiäre Feste und Feiern erzeugen familiären Zusammenhalt. Sie bedeuten: Wir sind uns wichtig! Derartige Rituale helfen aber auch, den Tag oder die Woche einzuteilen, verlässliche und nachvollziehbare Strukturen zu schaffen und im Umgang miteinander gewisse Selbstverständlichkeiten zu entwickeln. Rituale, die den Tagesablauf strukturieren, nehmen bewusst die ganz kleinen Übergänge in den Blick: Die Schlafenszeit ist beendet, jetzt beginnt der Tag. Wir streifen den schulischen Unterricht für heute ab und gehen über zur Freizeitgestaltung. Dabei entwickelt jede Familie ihre individuellen Ritualhandlungen. Während in der einen Familie die Kinder mit einem Glockenklang geweckt werden, startet eine andere Familie mit dem symbolischen Entfernen des Schlafsandes in den Tag. Rituale sollten zu Ihrer Familie passen, Ihre Werte ergänzen und von allen Familienmitgliedern getragen werden. **Tipp:** Verzichten Sie auf eine Überregulierung des Tagesablaufs. Wenn sich zu viele festgelegte Tätigkeiten aneinanderreihen oder wenn der Alltag durch Hektik und Termindruck geprägt ist, verkommen Rituale schnell zu einem zusätzlichen ungeliebten Pflichtprogramm. Rituale sollen Geborgenheit vermitteln, familiäre Beziehungen stärken und Freiräume für Muße und eigene Kreativität schaffen. Dafür braucht es Platz im Tagesverlauf. Wie viel Raum Rituale in einer Familie einnehmen können, sollte individuell entschieden werden. Es kommt vor allem auf die Qualität an, mit der Ritualhandlung ausgestattet werden, nicht auf die Menge an Ritualen.

### Gemeinsame Mahlzeiten

Einen besonderen Stellenwert haben gemeinsame Mahlzeiten. Sie bieten die Gelegenheit für Gespräche, die zeigen, dass wir uns für die Dinge interessieren, die uns als Einzelne und als Familie beschäftigen. Diese Achtung und Wertschätzung prägt Kinder und beeinflusst maßgeblich ihr Essverhalten als Erwachsene. Die Berliner Ritualstudie wies die Bedeutung gemeinsamer Mahlzeiten für die Familienmitglieder nach. In diesem Rahmen erfolgt nicht nur eine Bestätigung des Selbstbildes der Familie, auch das „Wir-Gefühl“ und der Zusammenhalt werden gestärkt sowie Wärme und Geborgenheit vermittelt. Beim gemeinsamen Essen können Familienmitglieder auf den bevorstehenden Tag und seine Anforderungen vorbereitet werden oder von wichtigen Erlebnissen des zurückliegenden Tages erzählen. Man kann unbefangen über dies oder jenes gemeinsam

**Einen besonderen Stellenwert haben gemeinsame Mahlzeiten.**

plaudern oder Termine miteinander klären und Freizeitaktivitäten aushandeln. Tischrituale schaffen eine positive Grundatmosphäre, in der auch heikle Themen achtsam angesprochen und gemeinsam diskutiert werden können. So können auch Differenzen und Konflikte ausgetragen bzw. durch die rituelle Gestaltung gemeinsamer Mahlzeiten kanalisiert werden (Audehm, 2007). Das Essen gemeinsam zu beginnen und je nach Entwicklungsstand der Kinder auch zu beenden stärkt das Ritual gemeinsamer Mahlzeiten. Jüngere Kinder mögen es, wenn mit einem Tischgebet oder Tischvers die Mahlzeit eingeleitet wird. Struktur und Sicherheit erfahren Kindern auch, wenn jedes Familienmitglied seinen fixen Platz am Tisch hat oder sie beim Tischdecken und Abräumen helfen.

## **Tischverse und -gebete**

*Hippel die Dippel  
die Wurst hat zwei Zippel  
der Käse viel Ecken  
drum lasst es euch schmecken.*

*Herbei, herbei, gekocht ist der Brei,  
der Tisch ist gedeckt,  
nun seht, wie es uns schmeckt.*

*Komm Herr Jesu, sei unser Gast und segne was Du uns  
bescheret hast.*

*Alle guten Gaben, alles was wir haben,  
lieber Gott es kommt von dir, wir danken dir dafür!*

*Für dich und für mich ist der Tisch gedeckt,  
habe Dank lieber Gott, dass es uns gut schmeckt –  
Amen.*

*Jedes Tierlein hat sein Essen, jedes Blümlein trinkt von  
dir,  
hast auch unser nicht vergessen, lieber Gott wir danken  
dir.*

*Mal ess' ich Kartoffeln, mal ess' ich Quark  
Mit den Gaben der Natur, werd' ich groß und stark!  
Lieber Gott drum bitt' ich dich um eines nur,  
schütze und erhalte die Natur!*

## Wochentagrituale

Rituale können Wochentagen einen ganz persönlichen Familiencharakter geben und einen Ankerpunkt setzen. Der Montag kann zum Gemüsetag werden. Mittwochs schauen wir zurück und nach vorn: Was hat die Woche bisher gebracht? Was mag sie wohl noch bringen? Freitag ist, wenn es Fisch gibt. Samstag ist, wenn wir gemeinsam schwimmen gehen. Sonntags wird gemeinsam gekocht. Ein gemeinsamer Abend nur mit dem Vater oder der Mutter, der immer nach demselben Schema abläuft, z. B. gemeinsam einkaufen, kochen, essen und reden oder spielen, können helfen, stürmische Entwicklungsphasen der Kinder auszubalancieren.

## Abendrituale

Abendrituale erleichtern das Hinübergleiten in einen erholsamen Schlaf und das nicht nur für junge Kinder. Das Wiegenlied, das Abendgebet und die Gutenachtgeschichte gehören zu den gängigsten Abendritualen für Kinder. Eine Spieluhr oder der MP3 Player ersetzen weder das gemeinsame Singen noch das Vorlesen einer Geschichte. Denn das Gefühl von Geborgenheit entsteht in der direkten Beziehung zu einer Bezugsperson und kann keineswegs durch ein technisches Gerät ersetzt werden. Durch kleine Gebete erfahren Kinder, dass es neben den Eltern noch jemanden gibt, der über sie wacht. Manche Kinder brauchen ihr Kuscheltier, um gut einschlafen zu können, und es kann einer kleinen Katastrophe nahekommen, wenn es einmal nicht auffindbar ist. Selbst Heranwachsende in der Adoleszenz greifen manchmal beim Einschlafen plötzlich wieder auf vertraute Ritualobjekt ihrer Kindheit zurück. Die Gründe dafür sind sehr unterschiedlich, z. B. der Wunsch, die umsorgte Kindheit nicht verlassen zu müssen, das Gefühl, in diesem Ritual die einzig erfahrbare Nähe zu erhalten, oder sich in der Übergangsphase zwischen Kindheit und Erwachsensein hin und her gerissen zu fühlen. Unabhängig vom Motiv sollte ein Kind oder Jugendlicher nie dafür ausgelacht werden oder Sätze hören wie: Dafür bist du doch schon zu groß! Jedes Verhalten hat einen guten Grund und jedem Gefühlsausdruck sollte mit Respekt begegnet werden.

**Jedes Verhalten hat einen guten Grund und jedem Gefühlsausdruck sollte mit Respekt begegnet werden.**

Neben diesen klassischen Abendritualen haben auch andere ritualisierte Handlungen Platz, mit denen der Tag ausklingen kann. Für manche Kinder kann das abendliche

## Abendgebet

*Guter Vater im Himmel du,  
meine Augen fallen zu.  
Will mich in mein Bettchen legen,  
gib nur du mir deinen Segen.  
Lieber Gott ich bitte dich,  
bleib bei mir und schütze mich!  
Amen.*

Malen bedeutsam sein, um im Anschluss daran beispielsweise mit einem Elternteil das Geschaffene zu betrachten. Ein gemeinsames Tagebuch kann auch mit den Kleinsten schon geführt werden: In ein eigens dafür bestimmtes Buch werden die wichtigen Tagesereignisse der Familienmitglieder eingetragen. Für Kleinstkinder, die noch nicht sprechen können, übernehmen die Erwachsenen oder ältere Geschwister das; sie notieren die Besonderheiten des Tages aus ihrer Perspektive. Kindergartenkinder können über ihre besonderen Erfahrungen schon sprechen und ihre eigenen Eintragungen mündlich oder mit Bildern beisteuern. Ältere Kinder und Jugendliche tragen ihre Erlebnisse selbst ein. So entsteht über die Zeit ein wunderbares Dokument mit Schätzen des Alltags, beispielsweise die Freude des Jüngsten über die erste selbständige „Fahrt“ durch die Röhrenrutsche, das warme Gefühl über den Trost eines Schulfreundes oder das Glücksgefühl bei einem von Lachen erfüllten gemeinsamen Abend in der Familie.

## Morgenrituale

Bei einem gemeinsamen Frühstück über die vergangene Nacht, über Träume oder über das, was der Tag möglicherweise bringen mag, zu sprechen, verschafft allen einen angenehmen Start in den Tag. Auch das Wecken kann ritualisiert werden. Manche Kinder mögen es, wenn ein „kleinen Zauber“ das Aufwachen begleitet, zum Beispiel mit einer Feder die sanft über die Wange oder das Ohrläppchen streift oder mit dem Klang einer Klangkugel. Andere mögen es, wenn ihr momentaner Lieblingssong leise abgespielt wird oder ein weicher Staubwedel vorsichtig den „Sternenstaub“ von ihrem Gesicht nimmt.

## Rituale im Jahresablauf

Alljährlich wiederkehrende Rituale ermöglichen die Orientierung über längere Zeitspannen hinweg und zeichnen sich häufig durch aufeinander aufbauende Ritualhandlungen

aus, die Vorbereitungszeiten strukturieren, beispielsweise das Kerzenentzünden im Advent. Während bei religiösen Festen der jeweilige Hintergrund Anlass zum Feiern bietet, bezeichnet der Geburtstag einen persönlichen Übergang hinüber in einen neuen Lebensabschnitt.

### Geburtstag

Der Geburtstag ist für jedes Kind etwas ganz Besonderes. Das Kind soll spüren, dass sich die Angehörigen über sein Dasein freuen. Der Start in den Tag kann z. B. mit einem festlich geschmückten Frühstückstisch beginnen. Um Gefühle und Vorlieben des Kindes an diesem Tag besonders zu berücksichtigen, ist es gut, frühzeitig mit dem Kind zu sprechen. Dann können das Mittags- oder Abendessen und der Geburtstagskuchen vom Geburtstagskind gewählt werden und man kann in Erfahrung bringen, welche Aktivitäten es sich zu seinem großen Tag wünscht. Kindergeburtstage vermitteln manchmal den Eindruck, es handle sich um einen Wettbewerb zwischen Eltern, wer das gelungenste Event organisiert. **Tipp:** Versuchen Sie, sich davon frei zu machen.

**Das Kind soll spüren, dass sich die Angehörigen über sein Dasein freuen.**

### Kindergeburtstag

- Ein rituell gestaltetes Fest, möglichst mit dem Kind zusammen geplant und organisiert, könnte folgendem Schema folgen:
- Eingangsritual: Kreisspiel, Begrüßung, Gratulationslied singen etc.
- Geschenke auspacken und würdigen
- Spiele
- Gemeinsames Essen
- Abschiedsritual: z. B. Geschichte als Abschluss, Verabschiedung

### Advent

Die Adventszeit eignet sich in besonderer Weise für Rituale, die jährlich wiederholt werden: Gemeinsam den Advents- und Weihnachtsschmuck herzustellen, Plätzchen zu backen, vielleicht mit Freunden, immer zur selben Tageszeit ein Türchen des Adventskalenders zu öffnen, fördert die Gemeinschaft und gibt der Vorweihnachtszeit eine besondere Bedeutung. Das abendliche Zusammensitzen bei Kerzenlicht, mit Weihnachtsgeschichten und Liedern oder

Gesprächen über den christlichen Hintergrund können diese Tage mit einem festlichen Hauch umgeben. Die Wartezeit auf Weihnachten wird so zu einer der schönsten Festvorbereitungen für Kinder, weil sie dem Bedürfnis nach Besinnlichkeit, Gemeinschaft und ruhigen Stunden Rechnung trägt und im weitesten Sinne friedensstiftend wirkt. Jede Familie sollte ihre eigenen Rituale finden, die den Weihnachtsgedanken in sich tragen.

### **Weihnachtsfest**

Damit Weihnachten zu einem erfüllten Ritual wird, sollte es für alle Beteiligten stressfrei ablaufen. Dafür braucht es eine gute Planung, die sich durch einen gemeinsamen Anfang, die Durchführung und einen Abschluss auszeichnet. Damit wird gewährleistet, dass sich alle Familienmitglieder an der Vorbereitung beteiligen und sich innerlich engagieren können. Durch einen wiederkehrenden Ablauf der vorbereitenden Adventszeit wird diese innerliche Engagiertheit zusätzlich gestärkt. In manchen Familien wird Weihnachten über Generationen hinweg auf dieselbe Weise gefeiert, was sich im Weihnachtsgesamt, dem Besuch des Weihnachtsgottesdienstes, im Baumschmuck, im Vorlesen der Weihnachtsgeschichte und vielen anderen Dingen widerspiegeln kann. Es lohnt sich, solche sinngefüllten Rituale zu erhalten. Wichtig ist, dass alle mit guten Gefühlen das Fest begehen können. (vgl. Kaufmann-Huber, 1995)

### **Fastenzeit**

Verzichten können gehört zu unserem Leben. Den einen fällt Verzicht leicht, für andere ist er ein schwieriger Prozess. Maßvoll zu verzichten, müssen wir früh lernen. Kleinkinder üben sich zum Beispiel in Verzicht, auch Bedürfnisaufschub genannt, wenn das Eis erst nach dem Essen verzehrt werden darf oder das ersehnte Spielzeug

**Maßvoll zu verzichten, müssen wir früh lernen.**

nicht sofort gekauft wird, sondern erst einmal auf die Geburtstagswunschliste geschrieben wird. Zurückhaltung kann das ganze Jahr über zu mehr

Genuss führen: Erdbeeren schmecken im Frühsommer besonders gut und das Weihnachtsggebäck entfaltet seine sinnlichen Freuden eben in der Adventszeit und nicht schon im September. Maßvolles Verzichten, der Wechsel von Genuss und Verzicht und das Betonen der Jahreszeitlichkeit schärft die Beobachtung für die Veränderlichkeit der Welt und damit der Aufmerksamkeitsfokussierung (Margrag & Schneider, 2009). Die Fastenzeit eignet sich besonders, um zusammen mit Kindern freiwilligen Verzicht zu üben. Dafür gibt es vielfältige Möglichkeiten: z. B. an bestimmten Abenden auf den

Konsum technischer Medien zu verzichten und dafür mehr Gespräche im Familienkreis zu führen. Eine andere Variante ist der Verzicht auf Freizeit. Diese Zeit kann dann an andere verschenkt werden, indem beispielsweise eine Hilfsorganisation unterstützt wird. Der Verzicht auf Süßigkeiten kann ebenfalls eine zusätzliche Sinnhaftigkeit erhalten, wenn z. B. das eingesparte Geld in eine „Fastendose“ wandert. Nach gemeinsamer Absprache kann das Geld dann einem guten Zweck zukommen. Vielleicht verzichtet aber auch jedes Familienmitglied auf etwas anderes.

Wenn man Kinder zur Fastenzeit motivieren will, sollte man begründen können, wozu und für wen der Verzicht gut ist. Gemeinsam mit Heranwachsenden könnte beispielsweise an den medienfreien Abenden über Themen wie Globalisierung oder der eigene Lebensstandard und der Lebensstandard in ärmeren Ländern gesprochen werden. Dadurch können gerade Jugendliche eine Vorstellung davon entwickeln, was „weniger für uns“ für andere bedeuten könnte und die Motivation für ein gemeinsames Hilfsprojekt würde gestärkt. **Tipp:** Jede Familie muss für sich entscheiden, was für sie ein maßvolles nicht überforderndes Fasten bedeutet. Wofür auch immer Sie sich entscheiden, Sie sollten das gut mit Ihren Kindern abgesprochen werden und ihre Wünsche sind unbedingt mit einzubeziehen.

**Jede Familie muss für sich entscheiden, was für sie ein maßvolles, nicht überforderndes Fasten bedeutet.**

## Ostern

Die üblichen Osterrituale, wie das Eierfärben, das Nestbauen oder das Schmücken eines Osterbaumes sind allgemein bekannt. Um das Fest der Auferstehung verstehend zu feiern, kann mit Kindern aber auch das Leiden auf entwicklungsangemessene Weise bewusst gemacht werden. Um den Sinngehalt dieser Tage zu unterstreichen, kann man auch schon jüngeren Kindern die Passionsgeschichte erzählen. In einer sensiblen Erzählweise können Kinder sehr wohl verstehen, dass es Menschen gab, die Jesus nicht mochten und ihm nach dem Leben trachteten. Da es damals die Todesstrafe gab konnten diese Menschen durch ihre Lügen bewirken, dass Jesus sterben musste. Man kann hervorheben, wie gemein das war und dass Gott seinen Sohn wieder lebendig machte und damit verdeutlicht wird, dass er stärker ist als das Böse. Kindern ist besonders gut zu vermitteln, welche Maßstäbe Jesus hatte, dass er die Menschen geliebt und ihnen geholfen hat. Dass er mit sich gerungen hat, traurig war und gelitten hat, sich aber nicht zu Rache oder Lieblosig-

keiten hat hinreißen lassen, sondern auch in seinem größten Leid einen Blick für die Menschen beibehalten konnte. Schulkinder können schon verschiedene Perspektiven einnehmen und sich beispielsweise in die Rolle der Jünger hineinversetzen. Sie haben die Fähigkeit zu überlegen, wie es ihnen wohl ergangen wäre oder was sie möglicherweise getan hätten in einer solchen Situation. Junge Heranwachsende können selbst Verse lesen und gemeinsam können Bezüge zur momentanen gesellschaftlichen Situation hergestellt und diskutiert werden.

## Rituale in Kita und Schule

Rituale in der Kindertageseinrichtung und der Schule helfen den Kindern, den Tag strukturiert wahrzunehmen und sich sicher in einem institutionell bestimmten Zeitraum orientieren zu können. Ritualisierte Handlungen in Bildungseinrichtungen sind kleine Schleusen, die Stabilität und Vorhersehbarkeit ermöglichen. Sie können Gemeinschaften erzeugen, in dem sie das Wir-Gefühl und das soziale Miteinander regeln und stärken. Darüber hinaus können sie die Selbständigkeit der Kinder unterstützen. Damit das gelingt, sind Rituale immer wieder auf die mit ihnen verknüpften Ziele hin zu prüfen. Sie sind nur annehmbar, wenn sie nicht im Widerspruch zu den Grundgedanken der konzeptionellen Grundlagen einer Einrichtung stehen und dem zugrunde liegenden Bild vom Kind gerecht werden. Außerdem müssen die Rituale von Kindern und Jugendlichen verstanden werden sowie für sie sinnvoll und durchführbar sein. Das setzt voraus, dass sie dem Entwicklungsstand der Kinder und Jugendlichen angemessen sind und ihre Vorerfahrungen berücksichtigen. Aus diesem Grund, sind sie immer wieder mit den Kindern gemeinsam auf ihre ursprüngliche Bedeutung hin zu überprüfen. So kann der ritualisiert durchgeführte Montagmorgenkreis, der vor Jahren mit dem Ziel eingeführt wurde, jedes Kind einmal pro Woche „zu Wort kommen zu lassen“, Kinder langweilen, weil beispielsweise mittlerweile ein Kita- oder Klassenrat eingerichtet wurde, der in unterschiedlichen Zusammensetzungen zweimal wöchentlich tagt und gemeinsam mit anderen partizipatorischen Prinzipien den Alltag der Einrichtung prägt.

Damit Rituale im institutionellen Kontext von Kindern und Jugendlichen angenommen werden, ist es darüber hinaus wichtig, dass sich Fachkräfte – Erzieher/-innen, Lehrer/-innen etc. – mit ihnen identifizieren. Das setzt voraus, dass Fachkräfte die Bedeutung geklärt haben und diese als wichtig erachten.



## Vorschulpädagogik

Besonders während der ersten Wochen in einer Bildungseinrichtung halten sich Kinder an einem verlässlich wiederkehrenden Ablauf fest, um die Zeit zwischen der Trennung von den Eltern und dem Abholen zu überbrücken (Kleemeiß, 2011). Dem Übergang zwischen zuhause und Einrichtung kommt dabei eine besondere Rolle zu. Aber auch Rituale im Tagesverlauf sind wichtig. Sie machen Ereignisse vorhersehbar und geben Kindern die Möglichkeit, sich auf sie einzustellen. Rituale werden zu Eckpfeilern einer stabilen Kita-Welt. Neue Situationen können so bewältigt und die Fülle von Informationen eingeordnet werden. Je vertrauter Kinder mit den Abläufen sind, desto mehr können sie selbst aktiv mitwirken. Rituale in der ersten Bildungseinrichtung sollten Kinder vor allem dabei helfen, in der Einrichtung sicher anzukommen, neue Kontakte zu knüpfen und Sicherheit in der neuen Rolle als Kita-Kind zu erlangen. Folgende Elemente können Kindern Struktur bieten:

**Dem Übergang zwischen zuhause und Einrichtung kommt dabei eine besondere Rolle zu**

**Ankommen in der Einrichtung:** Der Übergang von zuhause in die Kindertageseinrichtung oder zur Tagesmutter muss jeden Tag bewältigt werden. Eine bestimmte Abfolge mit ritualisierten Handlungen in entspannter Atmosphäre hilft dem Kind dabei. Folgende Rituale können diesen Übergang für Kind und Eltern erleichtern:

- Ausziehen in der Garderobe und Hausschuhe anziehen
- Begrüßung durch die Bezugsfachkraft
- Übergabe des Kindes von Arm zu Arm
- Das Kind mit einem bestimmten Satz, mit einer Umarmung und/oder einem Kuss verabschieden: „Tschüss, ich gehe jetzt und hole Dich heute Mittag wieder ab. Viel Spaß bis dahin!“ oder „Tschüss, mach's gut, auf Wiedersehen!“
- Die Trennung mit einem kurzen Spiel, Reim oder Lied einläuten
- Am Fenster winken (mit einer Fachkraft, mit einem anderen Kind, alleine)
- Das Kind an einen bestimmten Ort begleiten (z. B. Frühstücksraum), an dem es in Ruhe namentlich begrüßt und willkommen geheißen wird

## Abschiedsspruch/-lied

*Und zum guten Schluss,  
einen Abschiedsgruß.  
Lebewohl auf Wiedersehen,  
wenn wir aus einander gehen,  
geben wir zum Schluss,  
einen Abschiedskuss.*

Gesprochen oder gesungen auf die Melodie von „Hopp, hopp, hopp, Pferdchen lauf Galopp“.

Neben dem Ritual, spielt auch die Gelassenheit der Bezugsperson eine wichtige Rolle. Strahlt beispielsweise der Vater Sicherheit und Vertrauen in der „Bring-Situation“ aus, hilft das dem Kind, die neue Situation gut zu bewältigen.

**Verlässlich durch die Zeit:** Ein vorhersehbarer Tagesablauf und eine strukturierte Woche vermittelt Kindern die notwendige Sicherheit, um den kommenden Anforderungen unbeschwert zu begegnen. Durch verlässliche, ritualisierte Abläufe an den kleinen Übergängen, zum Beispiel zwischen Ankommen und Freispiel, Bewegung und Ruhephase, Projektzeit und Mahlzeit, wird der Tagesverlauf rhythmisiert und die Entwicklung des Zeitgefühls unterstützt. Solche ritualisierten Tages- oder Wochenetappen sind z. B.: der Morgenkreis, das Treffen in den einzelnen Gruppen, das gemeinsame Singen vor dem Mittagessen, der gemeinsame Imbiss am Nachmittag oder das persönliche Verabschieden

**Rituale sollen strukturieren, aber nicht einengen.**

von Kind und Eltern im Flur der Einrichtung durch eine Fachkraft. Wochenabläufe, wie die Tagung des Kita-Parlaments am Dienstag, die Vorschulkindergruppe am Donnerstag

oder der Waldtag am Freitag können mit so genannten sprechenden Wänden (Bildtafeln) dargestellt und in das tägliche Morgengespräch einbezogen werden. Die einzelnen Etappen wiederum zeichnen sich ebenfalls durch verlässliche Strukturmerkmale aus. Der Morgenkreis kann zum Beispiel mit einem Begrüßungslied eingeleitet werden, gefolgt vom sich Vergewissern, wer heute da ist, über den Blick auf den Kalender und das Wetter bis hin zur Vorstellung der an diesem Tag angebotenen Aktivitäten. **Tipp:** Auch hier gilt der Grundsatz: keine Überritualisierung! Rituale sollen strukturieren, aber nicht einengen und die so elementaren Freiräume für Entwicklung beschneiden.

## Schulpädagogik

Schulische Rituale unterstützen Kinder bei der Identifizierung mit der Schule. Außerdem können Rituale das Unterrichtsgeschehen durchschaubar machen, den Ablauf des Unterrichts erleichtern, den Ordnungsbedürfnissen der Kinder Rechnung tragen, Vorfreude begleiten und den Weg zur Selbständigkeit fördern. Vorausgesetzt, die Rituale werden der Entwicklung der Kinder angepasst. Schulische Rituale ähneln jenen der Kindertageseinrichtung. „Große Rituale“ gliedern die gesamte Schulzeit; dazu zählen das Aufnahme- und das Abschlussritual, das Sommerfest, das Weihnachtsfest oder Geburtstagsfeste. Zahlreiche „kleine Rituale“ strukturieren die Arbeitsprozesse: ritualisierter Wochenstart, Rituale der Stille und der Konzentration, Rückgaberrituale der Klassenarbeiten oder Ausgaberrituale der Zeugnisse, regelmäßig stattfindende Buchvorstellungen, besondere Hervorhebungen von Projektbeginn und Projektabschluss, das Handzeichen mit seiner Signalwirkung sowie „Was-ich-schon-kann-Rituale“, die dazu dienen, dass Schüler/-innen ihre Kompetenzen in den großen Pausen ihren Mitschülern/-innen präsentieren können.

**Schulische Rituale unterstützen Kinder bei der Identifizierung mit der Schule.**

Ämter für die Klasse oder den Jahrgang, der Klassenrat oder die Jahrgangsvertretung hingegen bringen Strukturen für die Mitbestimmung am Zusammenleben an der Schule. Das soziale Lernen kann durch Patenprogramme unterstützt werden: Am Schuljahresbeginn werden Paten für die Schulanfänger ausgewählt und diesen bei einer Willkommensfeier vorgestellt. Nach einem festgelegten Zeitraum wird die Patenschaft feierlich beendet.

Rituale sollen Zusammenhänge deutlich machen, nicht isolierte Akte sein. Durch sie kann beispielsweise die Hinführung zu einem bestimmten Thema, die Achtung vor der Natur zum Ausdruck gebracht werden. Beim Wechsel von der Kindertageseinrichtung in die Schule werden Inhalte aus dem Schulleben aufgegriffen, gleichzeitig wird der neue Raum Schule greifbar gemacht. In der pädagogischen Arbeit werden rituelle Inszenierungen als Teil des Lehrhandelns betrachtet. Rituale zu Methodenwechsel und Methodenvielfalt können den Unterricht bereichern. Schülerinnen und Schüler sollten auf jeden Fall beteiligt werden, ansonsten besteht die Gefahr, dass die Identifikation mit den Ritualen und damit ihre Sinnhaftigkeit verloren gehen. (Wulf, 2008).

## Rituale zwischen Gleichaltrigen

Rituale unter Gleichaltrigen erleichtern es, Reaktionsweisen und Spielvorlieben anderer kennen zu lernen und aufeinander abgestimmte Beziehungsmuster zu erwerben (Viernickel, 2010). Rituale schaffen Verbindung und ermöglichen Nähe. Sie stehen für die Auseinandersetzung mit dem Bedürfnis nach zwischenmenschlicher Beziehung. Damit tragen sie auch in Beziehungen zwischen Gleichaltrigen zu einem Gefühl der Zugehörigkeit und Sicherheit und allgemein dem Wohlfühlen bei. Zwischen Jugendlichen werden Symbolhandlungen gepflegt, die von allen Gruppenmitgliedern sofort verstanden werden, z. B. bestimmte Begrüßungsriten. Rituale vermitteln Zugehörigkeit, nach innen, aber auch nach außen, erkennbar für andere. So entsteht Gruppenidentität. In manchen Gruppen Jugendlicher zeigen sich rituelle Selbstdarstellungen durch eine ganz bestimmte äußerliche Ästhetik, z. B. bei Punks oder durch die Selbstdarstellung in sozialen Medien.

Freundschaftsbeziehungen im Jugendalter beruhen meist auf gleichen Ansichten, Motiven, Freizeitbeschäftigungen und ähnlichen Vorlieben, z. B. bei Musik und Kleidungsstil (Hurrelmann & Quenzel, 2016). Diese Gemeinsamkeiten gehören zu den Voraussetzungen für den Zusammenhalt der Jugendlichen, der durch rituelle Selbstdarstellungen, wie z. B. genau definierte Begrüßungs- und Verabschiedungsrituale

**Die Ausbildung eigener Rituale ist häufig die Antwort auf die Konventionen der Erwachsenen.**

oder sprachliche Ausdrucksweise unterstrichen wird. Die Ausbildung eigener Rituale ist häufig die Antwort auf die Konventionen der Erwachsenen. Rituale können einerseits eine Art Übergangshandlung sein, durch die die nächste Zone der Entwicklung hin zum Erwachsensein erreicht werden kann.

Andererseits sind sie häufig auch Ersatz für die Bearbeitung der Identitätskrisen in der Pubertät und helfen bei der Bewältigung dieser Krisensituation und Entwicklungsaufgaben (Bosse, 2006). In rituellen Mutproben wie S-Bahn-Surfen oder Autorennen kann sich das Bedürfnis nach Identität ausdrücken. Hier liegt eine Aufgabe von Jugendeinrichtungen darin, weniger gefährliche und dennoch ernstzunehmende Mutproben zu vermitteln. Heranwachsende können durch Rituale auch zu ihren Emotionen finden und diese in der Gruppe ausdrücken. Die Verletzung von Gruppenritualen dagegen kann zum Ausschluss aus einer Gruppe führen oder zumindest ausgrenzend wirken (Wulf, 2008). Jugendliche befinden sich in einer „Zwischenphase“.

Alles, was bisher als selbstverständlich galt, alle sozialen Normen, wird in Frage gestellt oder boykottiert. Doch die Mitglieder dieser „Zwischenwelt“ erleben ein starkes Zusammengehörigkeitsgefühl: Sie bilden eine Gemeinschaft Gleicher. Dieses Gefühl der Gemeinschaft ist für Jugendliche wichtig, um die nächste Phase der Entwicklung – das Erwachsensein – stabil erreichen zu können. In der Familie bieten Rituale in der Pubertät nur dann Halt und Stabilität, wenn sie entsprechend dieser Entwicklungsphase verändert werden. Von manch einem liebgewonnen Ritual muss man sich sogar verabschieden, dafür können neue hinzukommen. Ein Familienrat kann in dieser Übergangsphase ein entwicklungsangemessenes Ritual sein, um verschiedene Positionen regelmäßig gemeinsam zu erörtern.

## Rituale entfalten nicht grundsätzlich positive Wirkung

Rituale erfüllen nicht immer eine positive Funktion und sind nicht automatisch entwicklungsförderlich: Rituale können zur Pflicht werden, sie können ausgrenzend wirken, sie können Angst und Abwehr erzeugen. Rituale können sich insbesondere dann schädlich auswirken, wenn sie für Kinder und Jugendliche zur Zwangshandlung werden, ihnen sinnentleert und bedeutungslos erscheinen oder Angst verursachen. Ritualhandlungen sollten nicht als Disziplinierungsmaßnahme oder zur Unterwerfung von Kindern und Jugendlichen missbraucht werden (Kaiser, 2000). Rituale müssen mitwachsen, sich der Entwicklung der Kinder und der Familie anpassen. So könnte das abendliche Vorlesen in ein Gespräch über ein Buch, das das Kind gerade selbst liest, übergehen.

**Tipp:** Ein Gradmesser ist die eigentliche Funktion von Ritualen: eine positive Bereicherung des Lebens.

## Rituale in einer schnellebigen Welt

Rituale bieten durch die Wiederholung vertrauter Handlungsabläufe die Möglichkeit, Ruhe, Sicherheit und Geborgenheit zu finden. Sie sind Inseln der Verlässlichkeit in einer hektischen Gesellschaft, in einem Leben, das uns zur ständigen Auseinandersetzung mit Veränderungen zwingt. Manche Rituale inszenieren wir bewusst, andere hingegen entwickeln sich von selbst im alltäglichen Miteinander, beispielsweise das abendliche Vorlesen oder die gemeinsame Teezeit am Nachmittag. Unabhängig vor welchem Hintergrund Rituale entstehen, sie entfalten eine ausgleichende Kraft und bieten ein Gegengewicht zu Zeitdruck und Hetze. In schwierigen Momenten und Phasen der Anspannung

helfen sie, z. B. durch Rückzug, Ruhe oder Austausch mit vertrauten Personen, zu innerer Balance zu finden. Rituale haben somit eine Art Schleusenfunktion im Alltag. Sie helfen uns, den notwendigen Abstand vom Alltag zu bekommen, um nach einer Zeit der Besinnung den Anschluss an den Alltag wieder zu erlangen. Die gleiche Bedeutung, die Rituale für den/die Einzelne/n und den Familienverband haben, haben sie auch für die Gesellschaft. Bei bestimmten Anlässen dienen wiederholte gemeinsame Handlungen dem sozialen Miteinander, bringen Struktur und vermitteln ein Gefühl von Sicherheit und Gemeinschaft. Ohne Rituale funktionieren Gemeinschaften nicht, sie machen das Zusammenleben möglich, sie helfen uns, in sie hineinzuwachsen und sind Ankerpunkte in unserem Leben. Welche Ankerpunkte Kinder kennenlernen und auf welche Art und Weise sie diese emotional festigen, liegt auch an uns, den Erwachsenen. Genießen Sie mit Ihren Kindern solche Rituale, die warmherzige Geborgenheit vermitteln und oft ein ganzes Leben lang tief in uns verankert bleiben.

## Verwendete Literatur

- **Audehm, K.** (2007). *Erziehung bei Tisch. Zur sozialen Magie eines Familienrituals*. Bielefeld: Transcript Verlag.
- **Bosse, H.** (2006). Die Bedeutung moderner Rituale für die Bedeutung männlicher Lebensentwürfe. In: V. King & K. Flaake (Hrsg.). *Männliche Adoleszenz. Sozialisation und Bildungsprozesse zwischen Kindheit und Erwachsensein*. Frankfurt, New York: Campus Verlag.
- **Fischer, S.** (2016). *Kinder über 4 in der Kita. Motivation, Selbst- und Fremdwahrnehmung und Gefühlsbewältigung*. Sonderheft 5. Freiburg: Herder Verlag.
- **Franz, M.** (2010). *Hauptsache Wertebildung. Mit Kindern Werte erleben und weiterentwickeln*. München: Don Bosco.
- **Griebel, W. & Niesel, R.** (2011). *Übergänge verstehen und begleiten. Transitionen in der Bildungslaufbahn von Kindern*. Berlin: Cornelsen Scriptor.
- **Hurrelmann, K. & Quenzel, G.** (2016). *Lebensphase Jugend. Eine Einführung in die sozialwissenschaftliche Jugendforschung*. Weinheim, Basel: Beltz Juventa.
- **Kaiser, A.** (2000). *1000 Rituale für die Grundschule*. Baltmannsweiler: Schneider Verlag.
- **Kleemiß, H.** (2011). Rhythmus, Konstanz, Rituale und ihre Bedeutung für die pädagogische Arbeit mit Kindern in den ersten drei Lebensjahren. Kita Fachtexte. <https://>

[www.kita-fachtexte.de/uploads/media/FT\\_kleemissII\\_rhythmus\\_2011.pdf](http://www.kita-fachtexte.de/uploads/media/FT_kleemissII_rhythmus_2011.pdf)

- **Lutsche, D.** (2016). Orientierung, Halt und Sicherheit. Strukturen entwickeln und hinterfragen. In: *Klein & Groß*, 5/2016, S. 46-47.
- **Margraf, J. & Schneider, S.** (2009). *Lehrbuch der Verhaltenstherapie. Band 1. Grundlagen, Diagnostik, Verfahren, Rahmenbedingungen*. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- **Michaels, A.** (2011). Wozu Rituale? *Spektrum der Wissenschaft Spezial 1/2011*, S. 6-13.
- **Viernickel, S.** (2010). Soziale Kompetenzen im Kontext von Peer-Beziehungen. In Stamm, M. & Edelmann, D. (Hrsg.). *Frühkindliche Bildung, Betreuung und Erziehung: Was kann die Schweiz lernen?* (S. 55-73). Zürich: Ruediger.
- **Wulf, Chr.** (2008). Rituale in der Grundschule: Performativität, Mimesis und Interkulturalität. In: *Zeitschrift für Erziehungswissenschaften*, 11. Jg., Heft 1, S. 67-83.

## Literatur für Eltern

- **Gräßer, M. & Hovermann, E.** (2015). *Kinder brauchen Rituale: So unterstützen Sie Ihr Kind in der Entwicklung. Stressfrei durch den Familien-Alltag*. Hannover: Humboldt Verlag.
- **König, H. & Amode, E.** (2007). *Das große Jahresbuch für Kinder: Feste feiern und Bräuche neu entdecken*. München: Kösel Verlag.
- **Stöhr-Mäschl, D. & Reiser, St.** (2014). *Kleine Entspannungs-Rituale für Grundschulkindern: Angeleitete Fantasiereisen, Atem- und Entspannungsübungen*. Audiobook-Audio CD. Mülheim: Verlag an der Ruhr.

## Interessante Links

- <http://digitale-elternbildung.de/l-9-zubehoer/>
- <https://www.religionen-entdecken.de/lexikon/r/ritual>

## Themen

- Nr. 1 Web 2.0\*
- Nr. 2 Suchtmittel\*
- Nr. 3 Muss Strafe sein?\*
- Nr. 4 Rechtsextremismus\*
- Nr. 5 Sexuelle Gewalt unter Jugendlichen\*
- Nr. 6 Facebook & Co.\*
- Nr. 7 Wege in den Beruf
- Nr. 8 Trauer bei Kindern und Jugendlichen
- Nr. 9 Stress bei Kindern und Jugendlichen
- Nr. 10 Selbstverletzendes Verhalten
- Nr. 11 Wenn Eltern sich trennen...
- Nr. 12 ADHS
- Nr. 13 Mobbing
- Nr. 14 Smartphone
- Nr. 15 Rituale – Inseln der Verlässlichkeit

\*Printversion vergriffen

Die Ausgaben der Reihe ElternWissen sind digital verfügbar unter: [www.agj-elternwissen.de](http://www.agj-elternwissen.de)

## Kooperationspartner

