

## **Persönlichkeitsbildung und Entspannungspädagogik in Elkeringhausen**

**Lünen.** Das Lippe Berufskolleg Lünen hat eine bildungsübergreifende Klassenfahrt durchgeführt, bei der die Frage nach der eigenen Persönlichkeit im Fokus stand.

Im sauerländischen Elkeringhausen standen Themen der Persönlichkeitsbildung und der Entspannungspädagogik auf dem Tagesprogramm. „Elkeringhausen ist ein ruhiger und besinnlicher Ort. Wir haben ihn für uns selbst super genutzt“, sagte Klaus Isenbort, der als Lehrkraft gemeinsam mit Andrea Krollmann die Fahrt begleitete. So wurden unter anderem Yoga, Qi Gong, progressive Muskelentspannung, Meditation und Spaziergänge im Wald gemeinsam mit Schülern durchgeführt. Zudem gab es einen Besuch des Friedwalds, bei dem die Auseinandersetzung mit dem Tod ebenfalls thematisiert wurde. Auf dem Pfad des Franz von Assisi – es ist ein Weg in der Nähe des Hauses mit Stationen, die zum Nachdenken anregen - gab es viele persönliche Gespräche.

Unterm Strich war es eine gelungene Klassenfahrt, die sowohl Schüler als auch Lehrkräfte für sich individuell nutzen konnten und so die Frage nach dem „Wer bin ich?“ nachgehen konnten.



*Die Schülerinnen und Schüler mit Klaus Isenbort und Andrea Krollmann in Elkeringhausen (Foto: Krollmann).*