

# Rituale | Rituels

Ein Reiseführer zum Leben | Un guide de vie

8.11.2013 – 20.7.2014



1. Tor schiessen
2. losrennen
3. auf die Knie fallen
4. Leibchen über den Kopf ziehen

1. marquer un but
2. courir
3. tomber sur les genoux
4. passer son maillot sur la tête

Musée de la communication  
Museum für Kommunikation

## INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort .....	3
Höhen der Macht: Die Kraft der Rituale .....	4
Hallo!	
Royal Wedding	
Menschenmassen	
Starkult	
Ebene der Sicherheit: Ritual® hilft bei Stress und Angst .....	7
Am Übergang	
Tod	
Glücksbringer	
Sieg	
Wettkampf	
Felder des Alltags: Rituale – unbewusst von Bedeutung .....	11
Prost!	
Familie	
Gute Nacht	
Arbeit	
<b>Rituale in der Schule</b> .....	15
Freizeit	
Tal der Traditionen: Rituale als kulturelles Erbe .....	18
Kulturerbe	
Schwingfest	
Das Fremde	
Der Weg der Identität: Zu Rollen, Werten und Normen .....	20
Die Strasse der Hierarchie: Durch Stand, Rang und Position .....	20
Der Pfad der Manipulation: Auf den Spuren der Beeinflussung .....	21
Die Route des Wandels: Zurück in die Zukunft .....	21
Ritual oder Routine? .....	22
Ritual oder Zwang? .....	22
Ritual und Rausch .....	23
Wann ist ein Ritual ein Ritual? .....	24
«YB-Wurst-Essen» oder «Kuss»?	
Rituale – ein sicheres Terrain (Rekapitulation, Aufsatz zur Vertiefung) .....	29
Links und Literatur .....	32
Glossar .....	33
<b>Kommentar für Lehrpersonen</b> .....	35
<b>Aufträge für Schülerinnen und Schüler</b> (inkl. Lösungen) .....	36
<b>Auswertung des Ausstellungsbesuchs</b> .....	55
<b>Lernkontrolle</b> (inkl. Lösungen) .....	56
Impressum .....	61

## VORWORT

Unser Leben ist geprägt von Ritualen. Wir begegnen ihnen in allen Lebenslagen: am Familientisch und in der Schule, im Sportstadion und in der Kirche, beim Staatsempfang und im Jugendtreff, am Schwingfest und am Rockkonzert. Dank Ritualen wissen wir, wie wir uns dort richtig verhalten – und befinden uns auf sicherem Terrain.

Rituale sind unsere inneren Reiseführer. Wir haben sie immer mit dabei – vielleicht ohne es zu wissen. Denn Rituale sind oft unbewusste Handlungsabläufe, die in bestimmten Situationen oder zeitlichen Abständen wiederholt werden.

Rituale geben Halt, stiften Identität und Vertrauen, vermitteln Zugehörigkeit und Sicherheit. Sie können aber auch ausgrenzen und manipulieren. Es sind Kommunikationscodes, die das Verhalten in einer Gemeinschaft regeln. Wer die Codes kennt, hat auch Macht.

Rituale werden über Generationen weitergegeben, verändern sich aber auch laufend. So wird unser innerer Reiseführer immer wieder angepasst und umgeschrieben.

Mit dieser Ausstellung machen wir ihn sichtbar und begreifbar.

Das vorliegende Dossier beinhaltet die meisten Texte der Ausstellung, ein zusätzliches Kapitel zu «Ritual und

Schule» sowie im Anhang Aufträge für Schülerinnen und Schüler, die anlässlich eines Ausstellungsbesuches oder auch im Klassenzimmer bearbeitet werden können. Die didaktischen Materialien bleiben über die Dauer der Ausstellung hinaus auf der Museums-Website online und so im Unterricht einsetzbar.

Die Aufträge richten sich in erster Linie an Klassen der Sekundarstufen I und II, einzelne Kapitel können auch auf der Primarstufe thematisiert werden. Mit den Aufträgen richten wir den Fokus auf das eigene (Er)Leben der Jugendlichen und das Hinterfragen bewusst und unbewusst gelebter Rituale.

Klassen ab dem 5. Schuljahr können zum Preis von SFr. 150.– einstündige Führungen durch die Ausstellung buchen. Die nötigen Informationen finden Sie auf [www.mfk.ch](http://www.mfk.ch). Lehrpersonen führe ich gerne nach Absprache in die Ausstellung ein.

Am 19. Januar und am 2. März 2014 finden ausserdem zwei Familiensonntage mit einem Programm für Kinder und Eltern statt.

Ich wünsche lehrreiche Unterhaltung und freue mich auf Ihren Besuch.

Gallus Staubli, Leiter Bildung & Vermittlung



# HÖHEN DER MACHT

## DIE KRAFT DER RITUALE

Menschen, die in einer Gemeinschaft leben, haben gemeinsame Rituale. Etwa an Musikanlässen: Bei klassischen Konzerten klatschen wir am Ende, im Jazz spenden wir den Solisten Szenenapplaus und bei Hip-Hop-Konzerten «bouncen» und nicken wir im Takt. Wir kennen die Regeln – oder ahmen das Verhalten der anderen nach.

Rituale sind eine Form von Kommunikation. Interaktionsrituale ㉔ regeln, wie wir uns einem anderen gegenüber verhalten. Sie festigen die Rangordnung in der Gruppe, vermitteln Zugehörigkeit und Identität. Unwissende können dadurch auch ausgeschlossen werden. Wer Rituale unbewusst mitmacht, kann im Extremfall beherrscht werden.

## HALLO!



### Küsschen oder Händedruck?

Jeden Tag begrüßen wir Menschen – alle auf eine etwas andere Art. Die Mutter umarmen wir, der Kollegin geben wir drei Küsschen auf die Wange und dem Freund einen Kuss auf den Mund.

Durch die Begrüßung zeigen wir, wie wir zu jemandem stehen. Die Geste kann Unterwürfigkeit, Freundschaft oder Zuneigung ausdrücken. Wenn sich Mitglieder einer Gruppe gleich begrüßen – zum Beispiel durch eine vereinbarte Geste – vermittelt dies ein Gefühl der Zugehörigkeit.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 36

## ROYAL WEDDING



### Wenn eine ganze Nation heiratet

Hochzeiten sind Übergangsrituale ㉔ : Gefeierte wird der Eintritt ins Eheleben. An der «Royal Wedding» vom 29. April 2011 feierte die ganze britische Nation mit. Die Vermählung von Prinz William und Catherine Middleton war eine öffentliche Zeremonie ㉔ mit internationaler Bedeutung.

Wer wird eingeladen? Wer sitzt wo? Welche Kleidung ist angemessen? Das Programm und das Auftreten der Beteiligten war im sogenannten «Protokoll» bis ins kleinste Detail geregelt. So wussten die Teilnehmenden, welches Verhalten angebracht war.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 36

## MENSCHENMASSEN



### Gemeinsam in Gefahr

Rituale sind oft unbewusste Handlungen. Ihr Entstehen lässt sich manchmal nicht mehr nachvollziehen. Das heisst aber nicht, dass keine Absicht dahintersteckt.

In der Politik und der Armee sind Rituale wichtig, um Machtpositionen zu sichern. In einer Masse können sie individuelle Angst in ein Sicherheits- und Gemeinschaftsgefühl verwandeln. Dieses berausende Wirgefühle kann auch instrumentalisiert werden. Massen können so beeinflusst und manipuliert werden. Ein abschreckendes Beispiel dafür sind die Folgen des Nationalsozialismus unter Adolf Hitler.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 36

## STARKULT



### Ohne Fans kein Star

Das Licht geht aus, nur ein Basslauf ist zu hören. Plötzlich grelle Scheinwerfer, bombastischer Sound: Der Star betritt die Bühne. Nicht nur Popkonzerte werden heute wie ein Theater dramaturgisch inszeniert.

Lady Gaga, Roger Federer oder der Papst – Berühmtheiten sind Kultfiguren. Sie brauchen Verehrer, die ihnen mit Ritualen huldigen. Häufig sind dies Jugendliche: Das Mitmachen in einer Fangemeinde vermittelt Wirgefühle und kann als Abgrenzung dienen. Der Starkult kann Teil eines Übergangsrituals <sup>28</sup> zum Erwachsenwerden sein.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 36

## Video-Interview mit Björn und Henning von Deichkind, einer Hamburger Hip-Hop- und Electro-punk-Formation mit ausgeprägt schräger, mitunter grotesker Bühnenshow, die gespickt ist mit üblichen und vor allem unüblichen Ritualen zwischen Publikum und Musikern. Das Interview entstand anlässlich des «Touch The Lake»-Festivals 2013 in Zürich. (Video-Transkript)

[Björn]

Ich finde spontan, Deichkind ist dafür kein gutes Beispiel. Stars verbindet man mit einer Person und einem klaren Gesicht. Bei Deichkind wird bewusst dagegen angearbeitet – mit Masken und wechselnden Identitäten ...

[Henning]

... auch mit unterschiedlichen Formationen.

[Björn]

Genau. Deshalb trifft das auf Deichkind nicht zu. Bei Deichkind geht es um das Lebensgefühl, wenn man die Musik hört. Klar, bei Lady Gaga verbindet man auch ein Lebensgefühl, aber bei uns es ist eben nicht so zentriert auf eine Person.

[Henning]

Für mich ist das Publikum ein wichtiger Teil der Gesamtinstallation. Was wäre die Aufführung denn schon ohne Publikum?

Diese Frage, ob einen das überhaupt noch «kickt» ... Oder ob man da in einer Abspulmaschine sitzt: Ich bin der Entertainer und weiss, welche Knöpfe ich drücken muss, damit alle jubeln ...

[Björn]

Es hat ja schon so einen Rauscheffekt.

[Henning]

Unheimlich wird es dann, wenn du merkst, dass du nicht mehr kritisch betrachtet wirst, weil dich alle sympathisch finden und dir vertrauen.

Natürlich ist Verantwortung ein Thema. Ganz pragmatisch: Leute geraten ausser Rand und Band ... Da geht es auch um Sicherheitsvorkehrungen. Dass die Leute sich nicht gedankenlos in den Irrsinn stürzen, den man da auf der Bühne proklamiert oder teilweise vielleicht auch schauspielert.

Auf jeden Fall gibt es bei uns auch klare Verbote.

Zum Beispiel ganz klare Rock-Posen ... Arten, wie man mit dem Publikum umgeht ... Ansagen, die man macht ...

[Björn]

Es gibt ja immer diese Hände-hoch-Debatte ...

[Henning]

... ja ... dieser Gestus passt mir nicht. Wobei das natürlich in einem Widerspruch zum Wunsch steht, die Leute zu unterhalten, zu animieren, sie aus sich herauszukitzeln. Es sind Techniken, die sich bewährt haben und auf die das Publikum leider immer sehr stark einsteigt. Stellt euch vor, wenn an einem Konzert einer schreit: «Hey, kann ich euch alle hören?» und alle rufen zurück: «Pfu, was will der denn ...» Das macht dann eben keiner. Es wird doch immer «Yeah!» geschrien.

Wir versuchen natürlich, diese Fragen intellektuell und konzeptuell zu durchdringen. Viele Dinge geschehen aber auch instinktiv. Die Rituale sind so tief in unserer Kultur verwurzelt, dass sie automatisch passieren. Das macht wahrscheinlich auch die Magie eines Konzertes oder eines Momentes aus. Viel Rituelles ist von vornherein mit dabei. Nicht weil man es kreiert hat, sondern weil es zur Geschichte dazu gehört. Konzerte gibt es schon lange, weshalb alle diese Sachen bereits existieren. Wir spielen damit und wir versuchen, sie zu brechen. Wir nehmen Rituale da auf, wo es sie schon gibt, und verweigern uns dort, wo wir sie nicht haben wollen. Und wir versuchen, sie an einigen Stellen sichtbar zu machen. Ob uns das gelingt, kann ich selber nicht beurteilen ...

[Björn]

Ich stehe den Bildern, die Deichkind oder Popkonzerte allgemein liefern, natürlich misstrauisch gegenüber. Das hat immer was mit [Menschen-]Massen zu tun, und vorne steht derjenige, der etwas sagt ... Es ist ein bewusste Entscheidung: «Ok, wir machen das jetzt mit diesem Format.» Wir wollen aber auch zeigen, dass dieses Verhältnis kritisch betrachtet werden muss.

[Henning]

Wir wollen experimentieren und trotzdem auch als Popgruppe wahrgenommen werden. Ich glaube, deswegen gibt es das Einverständnis, in gewisser Weise konform zu sein, aber – mit Vorsicht. Mit Vorsicht und Misstrauen, um gleichzeitig auszuprobieren, wie weit man gehen kann ... Habe ich zumindest das Gefühl ...

[Björn]

Habe ich auch das Gefühl.

[Henning]

Jetzt bin ich natürlich ein bisschen unsicher geworden grade ...

# EBENE DER SICHERHEIT

## RITUAL® HILFT BEI STRESS UND ANGST

Das Leben besteht aus Veränderungen. Die Übergänge von einer Phase zur nächsten sind oft mit Verunsicherung und Stress verbunden. In solchen Situationen wirken Übergangsrituale (☞) Wunder. Mit ihrer Hilfe können wir uns vom Alten lösen und uns auf Neues einlassen.

In Momenten der Überforderung zeigen Rituale, wie wir uns zu verhalten haben. Der standardisierte Ablauf (Routine ☞) gibt Betroffenen und ihrem Umfeld Orientierung und Stabilität. Und entlastet den Kopf: Das Hirn ist ganz auf die rituelle Handlung konzentriert und die beunruhigende Situation tritt in den Hintergrund.

## AM ÜBERGANG



### Drei Schritte zum Neuanfang

Aus Kleinkindern werden Schüler, aus Singles Eheleute, aus Angestellten Chefs – Menschen entwickeln sich und wechseln dabei das soziale Umfeld oder ihre Rolle darin. Solche Veränderungen begehen sie mit Zeremonien (☞). Diese geben in Zeiten des Neuanfangs Sicherheit.

Übergangsrituale (☞) bestehen aus drei Teilen: In der Trennungsphase löst sich der Mensch von der Gruppe. Es folgt ein Zwischenstadium, die Schwellen- oder Umwandlungsphase (☞). Die Angliederungsphase markiert zuletzt die Integration in die neue Gruppe.

Am «Rotationstisch» werden sieben Übergangsrituale von der Geburt bis zum Tod beschrieben. Je ein

Ritual ist christlich, jüdisch, hinduistisch, muslimisch, buddhistisch, indigen und weltlich.

### Christliche Taufe

Mit der Taufe wird ein Mensch in die christliche Gemeinschaft aufgenommen. Bei einer Erwachsenentaufe bekennt er sich öffentlich dazu. Vollzogen wird die Taufe durch Untertauchen oder das Übergießen des Täuflings mit Wasser. Dabei wird eine Taufformel gesprochen. Die verschiedenen christlichen Kirchen kennen unterschiedliche Taufzeremonien.

### Religiöse Mündigkeit im Judentum: Bar Mizwa und Bat Mizwa

Bar Mizwa und Bat Mizwa heisst «Sohn des Gebots» und «Tochter des Gebots». Mit dieser Zeremonie wird die religiöse Mündigkeit begangen, bei Mädchen mit 12, bei Knaben mit 13 Jahren. Von da an sind sie verpflichtet, die religiösen Gebote zu befolgen. Das Leiten eines Teils des Gottesdienstes ist bei der Bar Mizwa fester Bestandteil und kann bei der Bat Mizwa Teil des Übergangsrituals sein. Es gibt verschiedene Ausprägungen der beiden Zeremonien.

### Hinduistische Hochzeitszeremonie

Die unterschiedlichen Traditionen der hinduistischen Gesellschaft kennen viele Arten von Hochzeitszeremonien. Sie dauern meistens mehrere Tage, wobei der Akt der Eheschliessung an einem Tag erfolgt. Kernbestandteile sind häufig das Umschreiten des Feuers und das Verbrennen von Opfertagen. Oft wird der Braut als Zeichen für die geschlossene Ehe und zum Schutz des Ehepaars ein roter Punkt auf die Stirn gemalt.

### Muslimisches Bestattungsritual

Wenn ein Muslim stirbt, sollte ihm – wie bei der Geburt – ein anderer Muslim den islamischen Gebetsruf (Azan) ins Ohr flüstern. Sofort nach dem Tod wird der Leichnam gewaschen und in ein weisses Tuch eingewickelt. Meist wird der Körper nur mit dem Leichentuch umhüllt begraben, das Gesicht gegen Mekka, gerichtet. Vor dem Begräbnis wird das Totengebet gesprochen.

### Buddhistische Mönchsweihe

Die Trennung zwischen Laien und Mönchen oder Nonnen ist in den meisten Formen des Buddhismus zentral. Deshalb ist die Mönchs- oder Nonnenweihe

ein wichtiges Übergangsritual – auch dann, wenn die Buddhisten nur eine begrenzte Zeit ihres Lebens im Orden verbringen. Bei der Weihung finden Rituale statt, die sich auf den Verzicht von Besitztümern während des Ordenslebens beziehen. Die Kopfrasur kann ebenfalls ein Ritual der Mönchs- bzw. Nonnenweihe sein.

### Indigene Schamanenweihe

Indigene Völker kennen zahlreiche, verschiedene Übergangsrituale. So wird die Weihung einer «Heilerin» – oder eines «Heilers» – in der Regel durch eine Zeremonie vollzogen. Oft muss die Heilerin ihre Fähigkeiten vor der Gemeinschaft unter Beweis stellen. Dadurch wird ihre besondere Stellung in der Gruppe von den Anwesenden als rechtmässig anerkannt.

### Weltliche Diplomfeier

Das Schul-, Lehr- oder Studienende wird gewöhnlich mit einer Feier begangen. Sie markiert den erfolgreichen Abschluss der Ausbildungszeit und den Übergang in einen neuen Lebensabschnitt. Die Übergabe des Diploms erfolgt persönlich durch die Leiter der Lehrinstitution, der wichtige Moment wird von den anwesenden Verwandten und Freunden fotografiert. Meist schliesst ein Apéro die offizielle Zeremonie ab.

☑ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 37

## TOD



### «Heute nehmen wir Abschied ...»

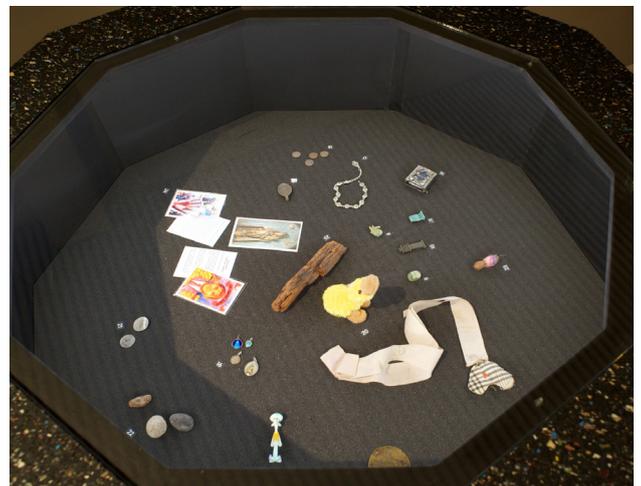
Kein Übergang ist so unausweichlich und schmerzlich wie der Tod. Deshalb gibt es in allen Gesellschaften, Kulturen und Religionen Rituale für den Umgang mit dem Tod, den Toten und der Trauer. Für Angehörige

ist es entlastend, wenn sie in schweren Momenten nicht selbst entscheiden müssen, in welcher Form vom Verstorbenen Abschied zu nehmen ist.

Doch nicht nur die religiösen Rituale geben Trauernden Halt. Für jene, die sich mit keiner Religion verbunden fühlen, gibt es heute weltliche und individuelle Zeremonien <sup>23</sup>.

☑ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 37

## GLÜCKSBRINGER



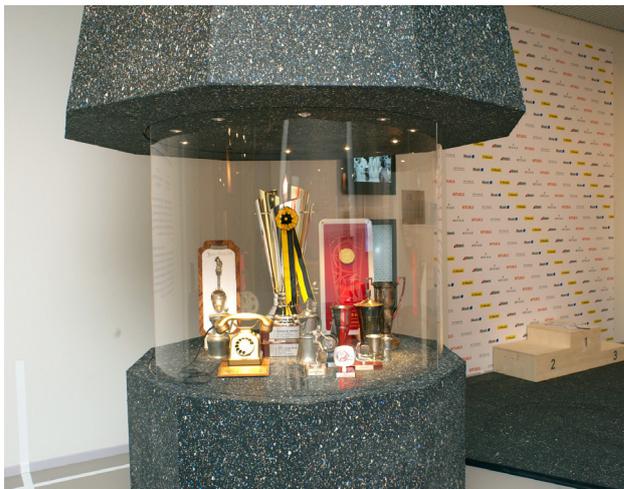
### Um den Hals und in der Tasche

Rituale sind Handlungen, die aus verschiedenen Elementen bestehen – auch Objekte können Teil von Ritualen sein. Beispiele dafür sind Glücksbringer, Amulette oder Talismane, die Glück, Schutz oder Wohlbefinden bringen sollen. Sie kommen bei Prüfungen, Krankheiten oder Wettkämpfen zum Einsatz.

Ihre Wirkung entfalten sie durch die «richtige» rituelle Handhabung. Es kann aber auch sein, dass eine Ritualhandlung selber der Glücksbringer ist: Zum Dauendrücken ist kein zusätzliches Objekt nötig.

☑ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 37

## SIEG



### We are the champions

Mit Jubel und Freudensprüngen zelebrieren Siegerinnen und Sieger ihren Erfolg. Spontane Rituale begeht jeder auf seine Art: Ein typischer Torjubel kann sogar zum Markenzeichen eines Fussballers werden.

Doch erst die Medaille um den Hals oder die Trophäe in der Hand krönt den Erfolg. Das institutionalisierte Ritual der Siegerehrung vor den Augen des Gegners, vor Fans und Kameras ist der Höhepunkt des Triumphs. Er klingt die Nationalhymne, können wir am Sieg unseres Stars teilhaben. Wir empfinden Stolz und ein Zugehörigkeitsgefühl.

☐ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 39

## WETTKAMPF



### Weniger denken ist mehr

Rituale aktivieren Regionen im Gehirn, welche die Aufmerksamkeit steigern. Und klar geregelte Handlungsabläufe entlasten das Hirn. So helfen Vorbereitungsrituale im Sport, den Fokus komplett auf den Wettkampf zu richten.

Sei es das Abklatschen mit dem Team, der Kampfschrei vor dem Spiel oder das Prellen des Balles vor dem Aufschlag im Tennis – sogenannte Anker  helfen, alles rundherum zu vergessen und sich in den optimalen Zustand zu bringen, um gute Leistungen abzurufen.

☐ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 39

## Interview mit Heidi Walser, Mentalcoach (Audio-Transkript)

[Sprecher]

Heidi Walser, als Mentalcoach arbeiten Sie mit Ritualen. Weshalb?

[Heidi Walser]

Jeder Mensch kennt die Rituale aus dem Alltag. Es ist eine der einfachsten Techniken, die man erlernen kann. Etwas, das man sowieso tut, wird mit einem Gedanken verknüpft, um eine Unterstützung im Alltag, im Sport oder im Beruf zu erhalten.

[Sprecher]

Rituale helfen also dabei, sich auf eine bestimmte Situation zum Beispiel einen Wettkampf vorzubereiten?

[Heidi Walser]

Genau. Ich kann mich auf eine Situation viel besser einstellen, wenn ich mir der Rolle bewusst bin, in der ich mich gerade befinde. Wann wechsele ich von der privaten in die berufliche Rolle? Zum Beispiel, wenn ich ganz bewusst eine Autotür schliesse, und mit dieser Handlung in die neue Rolle wechsele.

[Sprecher]

Was muss ich tun, wenn ich die Wirkung von Ritualen bewusst nutzen will?

[Heidi Walser]

Mentaltraining hat in erster Linie mit Bewusstseinerweiterung zu tun. Das heisst, ich muss mir der vielen Dinge bewusst werden, die ich im Alltag ohnehin tue. Warum mache ich etwas Bestimmtes und wie mache ich es? In welcher Rolle befinde ich mich? Wenn ich bewusst einen Gedanken an eine Handlung knüpfe, kann ich mich dabei unterstützen, den Rollenwechsel erfolgreich zu vollziehen.

[Sprecher]

Sind diese Rituale immer mit einer bestimmten Handlung verknüpft?

[Heidi Walser]

Die realen Rituale ja, die sind mit einer Handlung verknüpft. Es gibt aber auch sogenannte mentale Rituale, die finden dann im Kopf statt.

[Sprecher]

Wie muss ich mir ein solches «mentales» Ritual vorstellen?

[Heidi Walser]

Ich kann zum Beispiel in einen unpersönlichen Zustand gehen. Das heisst, ich betrachte eine Situation nicht mehr aus der sogenannten Froschperspektive, wo ich gerne einfach überall «mitquacke» und mich dann vielleicht auch in etwas verrenne. Sondern ich versuche, es mit grösserem Abstand, aus der Vogelperspektive, zu betrachten, und mit diesem Abstand kann ich die Emotionalität vermeiden. Das gibt mir dann eine gewisse Befreiung und einen Überblick, sodass ich beispielsweise in ein Gespräch wieder sachlich einsteigen kann, mit weniger Emotionen.

[Sprecher]

Kann ich die «realen» und «mentalen» Rituale in jeder beliebigen Situation anwenden?

[Heidi Walser]

Eigentlich funktionieren Rituale sehr, sehr gut. Bei den realen Ritualen muss ich einfach daran denken, dass ich mein Tun mit dem Gedanken verknüpfe, dann funktioniert es. Bei den mentalen Ritualen ist es so eine Sache ... Die müssen geübt werden. Es liegt also auch in der Verantwortung der Kunden, dies wirklich zu tun. Das heisst, sie sollten es in Alltagssituationen durchspielen, im Bus, im Bett vor dem Schlafen, um Übung zu bekommen, und damit das Ritual im Ernstfall funktioniert.

[Sprecher]

Gibt es Rituale, die nicht funktionieren, die Sie nicht empfehlen können?

[Heidi Walser]

Ein Ritual funktioniert eigentlich immer. Es ist natürlich abhängig vom Kunden, wie seriös er es anwendet. Mentale Rituale müssen eben eingeübt werden, das braucht etwas mehr Geduld. Bei den realen Ritualen ist das «Darandenken» wichtig, dieses Verknüpfen mit einem Gedanken. Dass ich eben nicht bloss meine Hände wasche, sondern den bewussten Gedankengang an dieses Tun knüpfe. Wovon ich abrate, ist, ein Ritual an einen bestimmten Gegenstand zu binden. Da besteht die Gefahr: Wenn ich diesen Gegenstand verloren oder vergessen und nicht bei mir habe, dann ist auch mein Glück weg, mein Wettkampfgeist oder was auch immer ich daran knüpfe. Deshalb rate ich davon ab.

[Sprecher]

Im Zusammenhang mit Ritualen wird der Begriff des «Ankers» benutzt. Was ist damit gemeint?

[Heidi Walser]

Das ist eine spezielle Technik. Es sind Konditionierungen, die über alle Sinne funktionieren. Das heisst, wir können alle unsere fünf Sinne nutzen, um einen Anker auszulösen. Im konkreten Fall geht das so: Ich höre irgendwo ein Lied, das ich vor fünf Jahren im Urlaub oft gehört habe. Dieses Lied wird also abgespielt – und ich befinde mich gedanklich sofort wieder an diesem Ferienort. Ähnlich funktioniert es auch mit Gerüchen, mit Bildern und auch mit Berührungen. Das sind Konditionierungen, die verknüpft werden können. Also positive – oder auch negative – Erinnerungen werden mit einer Sinneswahrnehmung verknüpft. Im Sport brauche ich solche Anker vor allem, um einen Zustand abzurufen. Wie zum Beispiel: Souveränität. Diesen Zustand muss mein Kunde aber aus eigener Erfahrung kennen, damit er geankert werden kann. Das heisst, ich führe den Kunden in verschiedene Situationen zurück, wo er diese Souveränität bei sich wahrgenommen hat. Das kann ganz weit zurückgehen, bis in die Kindheit. Dann setze ich diesen Anker. Wenn der Kunde das übt, kann er den Anker von einer Sekunde auf die andere abrufen und ist im gewünschten Gefühlszustand.

[Sprecher]

Empfehlen Sie einer Sportlerin andere Rituale als beispielsweise einem Konzertpianisten oder einer Managerin?

[Heidi Walser]

Man muss einfach die Rituale finden, die zu dem Menschen passen. Man kann nicht zwischen Berufsgruppen oder Sportlern unterscheiden. Für den einen ist das Duschen mit etwas anderem verknüpft als für den anderen Kunden. Grundsätzlich ist es meine Aufgabe als Coach, zusammen mit dem Kunden das passende Ritual für den passenden Zustand oder Rollenwechsel zu finden.

[Sprecher]

Das heisst, es ist eine Frage des Individuums, der Person?

[Heidi Walser]

Genau. Es ist eine sehr individuelle Sache. Schön ist, dass man viele der Handlungen sowieso macht, man muss also gar keine zusätzliche Zeit aufwenden. Das Einzige ist, dass man daran denken muss, es zu tun.

# FELDER DES ALLTAGS

## RITUALE – UNBEWUSST VON BEDEUTUNG

Wenn morgens die Kaffeemaschine einmal streikt, kann uns das ganz schön durcheinanderbringen. Dann merken wir, dass der Morgenkaffee mehr als nur eine Gewohnheit ☞ ist. Rituale bieten Struktur im Tagesablauf und verleihen uns Sicherheit.

Auf den ersten Blick erscheinen sie unbedeutend. Die gewohnten und sich wiederholenden Vorgänge haben aber eine wichtige Funktion in unserem Alltag. Sei es zuhause, bei der Arbeit, in der Schule oder in der Freizeit: Rituale sind allgegenwärtig und prägen unser Leben.

## FAMILIE



## PROST!



### Cin cin, Santé, Cheers und Prost!

Das Anstossen und einander Zuprosten gibt es in vielen Kulturkreisen. Mit Trinkritualen wünschen wir uns Glück und Gesundheit, verbrüdern uns, lassen jemanden hochleben oder bieten das «Du» an. Die Formen sind vielseitig und unterschiedlich.

Wie oft wird angestossen? Und mit welchen Getränken? Welche Hilfsmittel werden benötigt? Einmal stossen wir mit der Flasche an, ein anderes Mal mit dem passenden Glas. Wer die Regeln nicht kennt, tritt schnell ins Fettnäpfchen.

Übrigens: Trinkrituale gibt es auch in der Kaffee- und Teekultur.

### Der gemeinsame Sonntagsbrunch

In der Familie sind Rituale unverzichtbar. Sie fördern den Zusammenhalt und stiften eine gemeinsame Identität. Abendspaziergang oder Monopoly: Familiäre Muster oder Angewohnheiten erzeugen ein Gemeinschaftsgefühl und helfen bei der persönlichen Entwicklung der Familienmitglieder. Kinder lernen, sich in der Gesellschaft angemessen zu verhalten, und finden ihren Platz.

In schweren Zeiten können Rituale eine wichtige Stütze sein – sie können aber auch zum Auslöser von Familienkrisen werden.

☞ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 40

## Mein Ritual - Unsere Rituale

☑ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 40



## GUTE NACHT



### «Es war einmal ...» (Audio-Transkript)

[Mutter beginnt, Gutenachtgeschichte zu erzählen:]

«Es isch emau en Äntemueter gsy, die het sibe Eier gleit. Sy het se geduldig usbrüetet u scho sy us de erschte sächs Eier chlyni, härzegi Änteli usgschlüpft. Ds sibete Ei isch grösser gsy aus die angere u es het viu lenger gha. Wos ändlech sowit isch gsy, isch es graus Änteli usgschlüpft, wo zimlech unbehoufe isch gsy. Siner sächs Gschwüschtert i hei grüeft: «Ih, bisch du grusig, ganz grau!» und när hei sy das graue Änteli usglachet ...»

[Sprecher:]

Wurden Ihnen früher auch Geschichten vorgelesen? Oder lesen Sie Ihren Kindern vor? Dann erinnern Sie sich sicher an die einzigartige Stimmung, wenn die Mutter oder der Vater an der Bettkante sitzt. Gemeinsame Geschichten verbinden. Durch das Vorlesen entsteht Intimität zwischen Eltern und Kindern.

[Kind:] «Warum het dr Schwan wöue schön si?»

[Mutter:] «Wüu ne vorhär niemer beachtet het.»

[Sprecher:]

Gutenachtgeschichten haben eine wichtige Funktion. Oft sind sie spannend, manchmal auch ein bisschen unheimlich: Sie wecken Emotionen und stärken dadurch die Bindung zwischen Eltern und Kindern. Nach der kurzfristigen Verunsicherung kommt das Happy End – und ein gemeinsames Abenteuer ist überstanden. Gutenachtgeschichten beruhigen die Kinder und begleiten sie in den Schlaf, die Phase der Verarbeitung. Damit nehmen sie Einfluss auf die Identitätsbildung der Kinder und helfen ihnen, ihren Platz in der Gesellschaft zu finden.

[Kind:] «Und was passiert när?»

[Mutter:] «Das verzelleni dir de morn.»

[Sprecher:]

Dass Eltern ihren Kindern vor dem Einschlafen Geschichten vorlesen, ist ein wichtiges Ritual: Es gibt dem Tag Struktur. Das gemeinsame Ritual gibt den Kindern die Sicherheit, dass alles in Ordnung ist, dass sie beruhigt die Augen schliessen können. Durch die Gewissheit, dass die Geschichte morgen weitergeht, entsteht Kontinuität in Zeit und Raum.

[Kind:] «Wo het dr Wolf de gwohnt?»

[Mutter:] «Wart, das chunnt de scho no.»

Gutenachtgeschichten zeigen die Rollenverteilung in der Familie auf: Die Eltern lesen vor, die Kinder hören zu. Die Eltern leiten das Ritual. Die Generationen verbinden sich in diesem

Moment: Das Ritual wird gemeinsam konstruiert. Sein Ablauf und die Rollen müssen immer neu ausgehandelt werden. Die Generationen trennen sich danach wieder: Die Eltern bleiben wach, die Kinder schlafen ein.

[Kind:] «Darf i no chli ufblibe?»

[Mutter:] «Also, none Viertelschtund.»

[Sprecher:]

Nicht immer wird die Ordnung akzeptiert: Der Zeitpunkt des Zubettgehens kann stets aufs Neue verhandelt werden. Kinder loten gerne Grenzen aus. Durch eine Geschichte kann eine abschliessende Grenze zwischen Tag und Nacht gezogen werden. Das Ritual macht klar: Nach der Geschichte bleiben die Kinder im Bett.

[Kind:] «Wär isch dr Hans im Schnäggelech?»

[Mutter:] «Eine wo nie isch zfride gsy, mit däm woner het gha.»

[Sprecher:]

Geschichten und Lieder bilden und können spielerisch kulturelles Wissen vermitteln. Die Familie stellt neben der Schule einen wichtigen Ort der Bildung dar. Nicht nur die Inhalte der Geschichten werden weitergegeben. Auch ein Bild der familiären Rollen und das Ritual an sich werden überliefert. So werden die Kinder vielleicht ihren eigenen Kindern auch wieder Gutenachtgeschichten vorlesen.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 40

## ARBEIT

### Die Macht der Kaffeepause

Rituale strukturieren auch den Arbeitsalltag: Überall gibt es gültige Normen , aus denen sich Muster und Gewohnheiten ableiten. Diese Rituale – Wochenplanungssitzung, Kaffeepause, gemeinsames Mittagessen oder Betriebsausflug – fördern die Kommunikation und unterstützen das Gemeinschaftsgefühl. Sie festigen aber auch Hierarchien und können Mitarbeitende steuern. An den Ritualen lässt sich die Kultur eines Unternehmens ablesen.

### Interview mit Daniel Beyeler, Unternehmensberater (Audio-Transkript)

[Sprecher]  
Daniel Beyeler, welche Rolle spielen Rituale in der Arbeitswelt?

[Beyeler]  
Typischerweise würde jetzt ein Manager sagen: «Keine, sie sind absolut bedeutungslos. Das ist eine harte, betriebswirtschaftliche Welt, es zählen Fakten und Zahlen.» Schaut man aber unter die Oberfläche, sind Unternehmen voll mit kleinen Ritualen bis hin zu grossen Zeremonien.

[Sprecher]  
Können Sie Beispiele nennen? Wo, in welchen Gebieten wirken Rituale?

[Beyeler]  
Es ist wie im normalen Leben auch. Das ganze soziale Zusammenwirken, Zusammenarbeiten ist sehr komplex. Es geht um Positionen, um Status, es geht um Verhaltensweisen, die akzeptiert sind oder nicht. Müsste man diese Komplexität jeden Tag neu erfinden, würde das jeglichen Rahmen sprengen. Der Kontroll- und Administrationsaufwand – z. B. um ein Meeting zu organisieren, jedes Mal neu auszuhandeln, wer wo sitzt, wer beginnt, wer wann wie sprechen darf usw. – wäre viel zu gross. Diese kleinen Rituale helfen, das Ganze überschaubar und voraussehbar zu machen, diese soziale Ordnung, wie wir sie nennen, herzustellen. Was spannender ist für diese Diskussion sind die Makro-Rituale, die etwas grösseren Rituale. Die sind auch spektakulärer. Beispielsweise Eintrittsrituale, wenn jemand neu in eine Firma kommt, der erste Tag. Die sind in der Regel symbolisch überladen und zum Teil werden Gefühle zusätzlich erzeugt – ganz im Sinne von «wir sind eine Familie». Das funktioniert über diese Gemeinschaftsrituale. Dann die ganze Palette von Beförderungsritualen, Dienstaltersjubiläen, Pensionierungen usw., das ist alles hoch ritualisiert. Typisch schweizerisch ist: Alle sagen: «Das ist überhaupt nicht wichtig für mich. Geburtstag feiern, O Gott – nein.» Aber schauen Sie, was passiert, wenn der Geburtstag eines gestandenen Mitarbeiters einmal vergessen wird, wenn ihm diese Wertschätzung nicht entgegengebracht wird – da wird noch Jahre davon gesprochen.

[Sprecher]  
Welche Interessen hat ein Arbeitgeber, rituelle Abläufe bewusst zu nutzen?

[Beyeler]  
Eine sehr gute Frage. Seit etwa 15 Jahren erforscht man nun Unternehmenskultur. Zu Beginn war man begeistert, man hatte das Gefühl, man kann alles lenken und steuern und zu seinem

eigenen Nutzen kanalisieren und managen. Doch so ist es nicht, es hat überhaupt nicht funktioniert. Wenn man eine starke Unternehmenskultur hat, die einem hilft, Ziele zu erreichen und trotzdem diese Humanität, dieses Wohlbefinden für die Menschen, diese Arbeitszufriedenheit zu produzieren, dann sollte ein Arbeitgeber sie hegen, pflegen und schützen. Ich sage meinen Kunden immer: «Wenn ihr nicht Bescheid wisst, was wie genau wirkt ...», das ist ja der Regelfall, «dann macht besser nichts.» Schafft nichts ab. Verändert nichts. Zerstört nichts, sondern pflegt es, haltet es am Leben. Dann wird diese Kraft von alleine wirken. Etwas Neues zu entwickeln, um eine Strategie zu verfolgen, ist sehr schwierig. Viel sinnvoller ist es, das zu schützen, was man hat. Wie ein Naturreservat. Diese Mechanismen lassen sich eben kaum steuern. Das ist das Faszinierende an ihnen.

[Sprecher]  
Mit Ritualen kann man seine Angestellten also nicht – negativ ausgedrückt – manipulieren ...

[Beyeler]  
Man hat schon vieles versucht. Was wirkt, sind Gemeinschaftsrituale, Staturerhöhungsrituale, Beförderungen usw. Das wirkt, weil dann wirklich positive Emotionen freigesetzt werden. Aber die wirken auch, ohne dass das oberste Management sie strategisch einsetzt. Im Gegenteil, je mehr Freiraum, umso mehr erblühen die Rituale. Sie entstehen, verändern sich und entwickeln sich so, wie die Menschen es sich wünschen.

[Sprecher]  
Wann können sich Rituale in einer Firma negativ auswirken? Oder anders gefragt: Was würden Sie empfehlen und wovon würden Sie abraten?

[Beyeler]  
Generell ... Ich empfehle jedem Manager, Kulturbewusstsein zu entwickeln. Achtsam damit umzugehen, sie zu schätzen, ihnen Freiraum zu geben und nicht allzu stark zu regulieren oder darauf einzuwirken. Dann wird sich eine gute Unternehmenskultur entwickeln, wie die Leute sie nötig haben, wie die Unternehmung, die Organisation sie braucht. Meine Erfahrungen und auch Untersuchungen zeigen, dass die Unternehmenskultur Schaden nimmt und die Produktivität dadurch schnell und stark sinkt, wenn die Macht zu stark in den Vordergrund gestellt wird.

Kennen Sie den Gesslerhut? Ich versuche das immer mit dem Gesslerhut zu erklären. Das war ein Ritual, das eingeführt werden sollte. Jeder Schweizer sollte den Gesslerhut grüssen. Die Schweizer haben sich aber dagegen aufgelehnt, fein und unspektakulär, aber es hat zu einer Revolte geführt. Ich glaube, in einer Unternehmung würde dasselbe passieren. Machtrituale, sogenannte Nero-Rituale [Anm.: wie der römische Kaiser], führen immer zu verstecktem Widerstand, und das ist unter dem Strich schädlich.

[Sprecher]  
Rituale wirken in der Arbeitswelt also viel stärker informell als offiziell ...

[Beyeler]  
Ja, viel stärker. Sie lassen sich auch kaum in ihrer Wirkung abschätzen. Wir wissen heute, dass Rituale ein Gemeinschaftsgefühl erzeugen, Ängste abbauen, zum Teil können sie sogar Stress abbauen. Sie helfen, die positiven Emotionen zu kanalisieren und zum Ausdruck zu bringen. Es ist ein grosser Irrtum zu glauben, dass Unternehmen rationale Systeme sind. Sie sind es nicht. In Unternehmen spielen Emotionen, beispielsweise Ängste, Wertschätzung usw., eine genauso grosse Rolle wie im privaten Leben auch. Wir verbringen ja sogar mehr Zeit bei unserer Arbeit als zuhause und die soziale Komplexität ist wesentlich grösser. Anders gesagt: Organisationen sind sehr emotionale Systeme, wesentlich emotionaler als es im Durchschnitt Familien sind.

## RITUALE IN DER SCHULE – eine Packungsbeilage für Lehrpersonen

### Schülerinnen und Schüler (SuS) brauchen Rituale! – Brauchen SuS Rituale?

Rituale in der Schule wirken verhaltensprägend, strukturieren und rhythmisieren den Schulalltag und bieten den SuS Handlungssicherheit. Schulrituale können aber auch folgende Nebenwirkungen aufweisen.

- Sie können ihre Bedeutung verlieren und zur Gewohnheit werden.
- Sie können hierarchisieren.
- Sie können als Instrumente fungieren und darum Einzelne oder Gruppen unter Druck setzen.

Damit die positiven Wirkungen von Ritualen in der Schule zum Tragen kommen, sollten drei Dosierungsvorschläge beachtet werden:

1. Rituale müssen in den Kontext pädagogischen Handelns gestellt werden, sie sind keine isoliert und unbedenklich zu verabreichenden Drogen.
2. Die Dosierung der Rituale muss so geschehen, dass keine Nebenwirkungen zu erwarten sind und die übrigen Ziele nicht aus den Augen verloren werden.
3. Bei der Anwendung sollten die Schulrituale immer wieder austariert werden, indem sie für die jeweilige Schule und Klasse stimmig sind.

(gemäss Groeben 2000 / Kaiser 2001 > siehe Links und Literatur)

### Rituale – nur etwas für die Primarstufen?

In der Primarschule wird der Alltag noch stark ritualisiert. Spätestens ab Sekundarstufe I verschwinden die Sitzkreise aus den Klassenzimmern, die rhythmische Morgenbegrüssung weicht einem geschlagenen «give me five» oder die «20 Minuten»-App übernimmt die Rolle des Erzählsteins.

Die SuS verändern sich und somit auch die Funktion von Ritualen. Der Eintritt in die Pubertät fordert ein Umdenken: Wenn SuS in der Primarschule es lieben, ein Geburtstagsständchen zu bekommen, ist dies Neuntklässlern eher peinlich.

Dabei bietet gerade die Altersgruppe ab Sekundarstufe I den perfekten Nährboden für Rituale, die es jedoch mit den betroffenen Gruppen neu zu entwickeln, auszuprobieren oder abzuändern gilt.

### «Man kann nicht nicht ritualisieren.»

Rituale markieren feste Haltepunkte im Kontinuum des fließenden Schulalltages. Rituale sind immer so gut, wie die Ziele, die sie bedienen. Stellen Sie sich als Lehrperson folgende Leitfragen:

- Haben die Rituale in Ihrer Schule Signalwirkung?
- Werden die Rituale von allen verstanden und akzeptiert?
- Sind die Rituale in der Gruppe verankert?
- Rhythmisieren die Rituale den Schulalltag?
- Sind die Rituale ganzheitlich und sprechen sie möglichst viele Sinne an?
- Sind die Rituale dynamisch und können sie sich innerhalb der Lerngruppe weiterentwickeln?

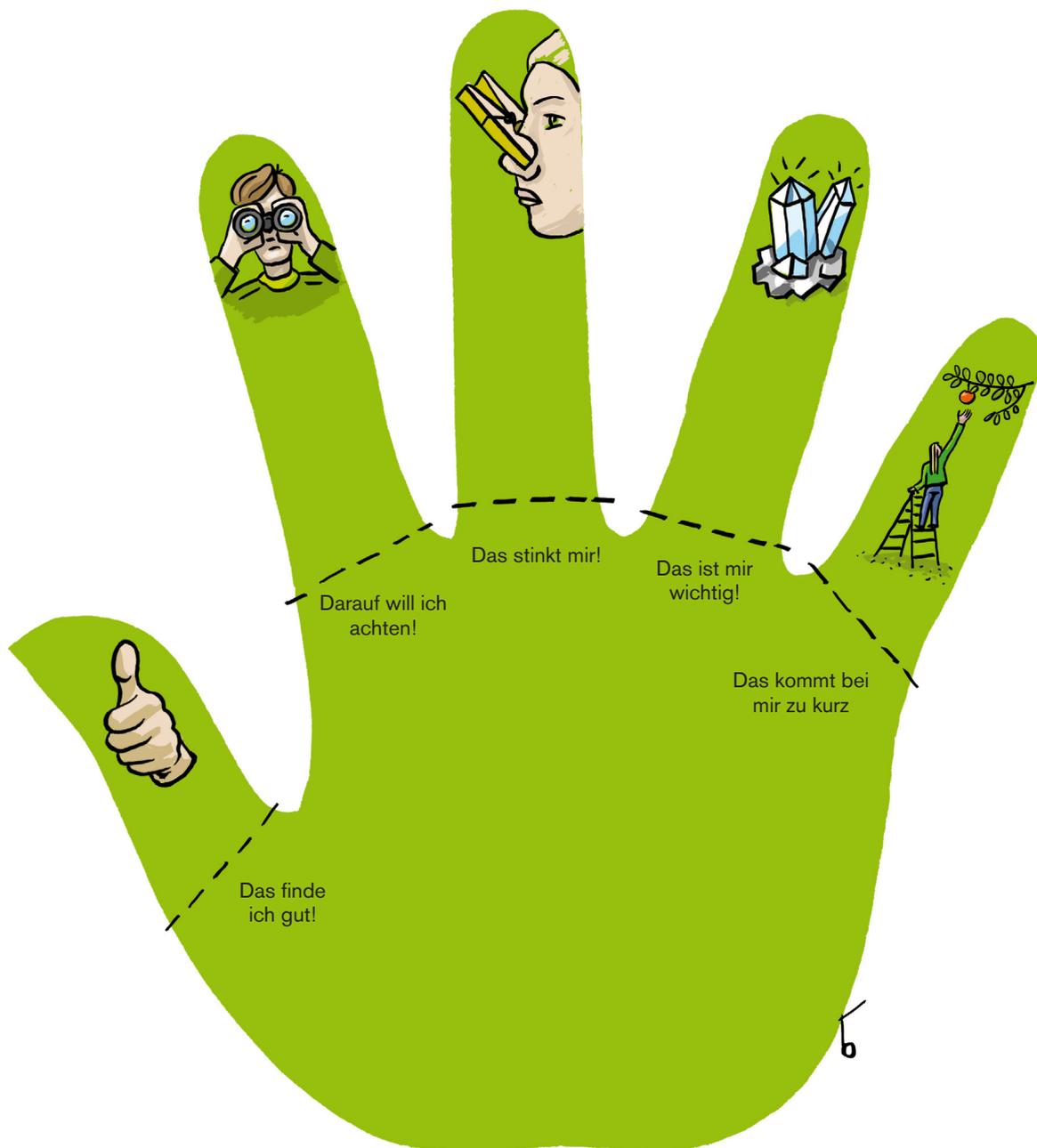
Rituale in der Schule sind keine Selbstläufer, sie bedürfen der steten Aufmerksamkeit und Überprüfung.

☐ dazu Aufträge für Schülerinnen und Schüler auf S. 42

## Das HAND-Ritual

Ein HANDlungsorientiertes, HANDfestes AllerHANDs-Ritual, welches je nach Stufe, Schule oder Situation geHANDhabt werden kann – im Klassenzimmer, im Lehrer/innenzimmer, an Konferenzen ... Sowohl die HANDlungsdauer, der HANDlungsspielraum wie auch der HANDlungsablauf sind verHANDel- und veränderbar.

- Hand ausschneiden > ein Finger bleibt gestreckt > die anderen Finger entlang der gestrichelten Linie einfallen.
- Symbolik der fünf Finger erklären.\*
- Die Hand als Morgenritual, Wochenritual, als Stimmungsbarometer für die Klasse oder immer wieder in Zweiergesprächen einsetzen.
- Der Impuls, welcher Finger gestreckt bleibt, kommt von der Lehrperson oder den SuS.



Fingersymbolik:

**Daumen:** Der Daumen, der nach oben zeigt, steht für Zustimmung oder Zusage.

**Zeigefinger:** Zeigt oder weist auf etwas hin. Er steht für Wünsche oder Gedanken.

**Mittelfinger:** Der sogenannte «Stinkefinger» steht für etwas, das einem zuwider ist.

**Ringfinger:** An diesem Finger wird der Ring getragen. Er steht somit für die Verbindlichkeit.

**Kleiner Finger:** Der kleinste Finger von allen steht für das «Zu-kurz-Kommen».

## FREIZEIT



### Dabeisein und dazugehören

Ob wir gemeinsam eine TV-Serie schauen oder uns zum Joggen treffen: Eingespielte und lieb gewonnene Rituale haben auch in unserer Freizeit einen festen Platz. Viele Menschen reservieren sich regelmässig einen Tag für die Familie, fürs Ausgehen, für Sport oder Erholung.

Rituale geben uns Struktur und Halt und wirken verbindend. Innerhalb der so geregelten Freizeitgestaltung gibt es wiederum zahlreiche Rituale, die Zugehörigkeit schaffen – etwa das Pizzaessen nach dem Training.

### «Mir hei e Verein, i ghöre derzue ...» (Mani Matter)

Den Schrebergarten pflegen, Handball spielen, Konzerte organisieren, die Welt verbessern: Wenn wir gemeinsame Ziele verfolgen, schliessen wir uns zusammen. Schätzungsweise 100'000 Vereine gibt es in der Schweiz. Fast die Hälfte davon sind Sportvereine.

Formelle Rituale wie die Mitgliederversammlung, Sitzungen oder Vorstandswahlen bilden die Basis eines Vereins. Beim geselligen Zusammensein werden weitere, informelle Rituale gepflegt, welche die Vereinsmitglieder zusammenschweissen.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 43

## TV-Serien (Audio-Transkript)

[Sprecher:]

Homeland, Grey's Anatomy, The Vampire Diaries, Tatort – Fernsehserien haben viele Anhänger. Wie bei einem Ritual versammeln sich die Fans zur fixen Sendezeit vor dem Fernseher. Sie sind mit den persönlichen Lieblingsnacks ausgerüstet und wollen nicht gestört werden. Doch nicht nur im Verhalten der Zuschauer sind Muster erkennbar, die sich immer wiederholen. Auch das Produkt, das über den Bildschirm in die gute Stube flimmert, weist Eigenschaften eines Rituals auf. In jeder Folge wiederholen sich bestimmte Handlungsabläufe, was den Zuschauenden ein Gefühl der Geborgenheit und Halt vermittelt.

[Junge Frau:]

Ich heisse Lena, bin 31 und schaue jeden Sonntag um acht Uhr Tatort – und zwar nicht allein. Es ist wie eine fixe Verabredung: Wenn die Titelmusik erklingt, sitzen wir zu viert gebannt vor dem Bildschirm und wissen genau, wie wir die nächsten zwei Stunden verbringen. Das ist, als ob wir gemeinsam in eine andere Welt abtauchen würden – allen ist klar, wie es läuft.

Tatort ist eine Marke: Man weiss genau, was in der Verpackung drin ist – die Uhrzeit, der Vorspann, die Handlung mit Bezug zu aktuellen gesellschaftlichen Themen. Wer's kennt, kommt nicht mehr davon los. Obwohl manche Folgen ziemlich schlecht und gar nicht spannend sind. Aber egal: Wir sitzen da und geniessen unseren immer gleichen Sonntagabend. Das war schon früher so, als ich mit meinen Eltern Tatort schaute.

Seit bald zwei Jahren verbringe ich den Sonntagabend gemeinsam mit meinem Freund und einem befreundeten Paar. Wenn ich's mir recht überlege, besteht unser Sonntagabendritual aus vielen kleinen Ritualen, die sich unbewusst so eingeschliffen haben. Zum Beispiel müssen wir uns gar nicht mehr verabreden: Dieses Mal sind wir bei uns, das nächste Mal bei den Freunden. Die Sitzordnung beim gemeinsamen Nachtessen hat sich fest etabliert, und auch auf dem Sofa sitzen wir immer gleich: aussen die Männer, dazwischen wir Frauen.

Wenn der Film läuft, sind alle ganz still und konzentriert. Dafür machen wir immer eine Pause, das ist ja mit der heutigen Fernsehtechnik kein Problem. Da essen wir dann das Dessert. Kürzlich haben wir noch eine zweite Pause eingeführt, fürs Täterraten. Alle geben dann ihren Tipp ab.

Wenn's ausnahmsweise mit dem gemeinsamen Tatortschauen doch nicht klappt, fehlt mir einfach etwas, um das Wochenende gut abzuschliessen. Das merke ich spätestens, wenn am Montag im Büro alle über den Tatort diskutieren. Und unsere Beziehung zum befreundeten Paar ist viel intensiver geworden, seit wir zusammen Tatort gucken. Tatortschauen ist wirklich unser Ding.

# TAL DER TRADITIONEN

## RITUALE ALS KULTURELLES ERBE

Nationalfeiertage, Ostermärsche, Fasnacht: Feierliche Anlässe sind oft Rituale mit fixem Ablauf, die über Generationen weitergegeben werden. Jede Gemeinschaft kennt solche Traditionen. Sie prägen die Identität ihrer Mitglieder und sind Teil ihres kulturellen Erbes.

Rituale können auch befremdend wirken. Dazu müssen sie nicht aus fremden Kulturen stammen. Sie können auch von Subkulturen, kleineren Gruppierungen innerhalb einer Gesellschaft, ausgeübt werden. Unterschiedliche Rituale können sich gegenseitig beeinflussen. Sie bieten ausserdem eine Möglichkeit, sich abzugrenzen.

## KULTURERBE



### Lebendige Kulturgüter

Die Berner Altstadt mit ihren historischen Sandsteinhäusern ist als Weltkulturgut anerkannt. Doch nicht jedes Kulturerbe ist aus Stein und damit materiell. Die Alpfahrt etwa ist ein immaterielles Kulturerbe <sup>☞</sup> – eine Tradition, die in vielen ländlichen Regionen der Schweiz weiterlebt.

Der Bund hat 2008 beschlossen, auch immaterielles Kulturerbe gemäss den Richtlinien der UNESCO zu schützen. Auf der Liste der lebendigen Traditionen <sup>☞</sup> der Schweiz hat auch das alljährliche Ritual der Sennen seinen festen Platz.

☞ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 44

## SCHWINGFEST



### Popstars im Sägemehl

Einst war es ein Kräftermessen der Schweizer Sennen und Äpler: Wer den Gegner auf den Rücken legt, hat gewonnen. Daraus entstand der populäre Nationalsport Schwingen, der auf der Schweizer Liste der lebendigen Traditionen <sup>☞</sup> steht. Er ist aus vielen Ritualen aufgebaut, wie das Abputzen des Sägemehls vom Rücken des Verlierers durch den Sieger.

Wie lebendig diese Tradition ist, zeigte das Eidgenössische Schwing- und Äplerfest 2013 in Burgdorf. Die Schwinger lockten über 300'000 Zuschauer an. Das schaffen sonst nur Popstars.

☞ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 44

## DAS FREMDE



### Wir und die anderen

Die eigenen Rituale sind uns vertraut und fester Bestandteil unseres Lebens. Doch wie reagieren wir auf fremde Rituale, die wir nicht verstehen? Durch Globalisierung und Migration treffen Menschen unterschiedlicher Herkunft aufeinander. Und mit ihnen ihre Rituale. Manchmal wirkt das Neue exotisch, manchmal auch befremdend oder gar bedrohlich.

Rituale sind nicht starr: Sie können sich gegenseitig beeinflussen und verändern – wie die Menschen, die sie praktizieren.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 44

## DER WEG DER IDENTITÄT

### ZU ROLLEN, WERTEN UND NORMEN

Durch Rituale bilden, festigen und bekunden wir unsere Identität. Wir zeigen, woher wir kommen und wohin wir gehören: zu welcher Kultur, zu welcher sozialen Schicht und zu welchen kleineren Gruppen – etwa zum Fussballverein, zum Kirchenchor, zur Familie Schenk oder zu den Schweizerinnen und Schweizern. Besonders wichtig sind Rituale für Kinder: Sie sozialisieren, erziehen und bilden. Durch die Mimesis (Nachahmung) von Handlungen der Erwachsenen erwerben Kinder ihre eigene Identität in der Gesellschaft.

#### HALLO!

Durch die Begrüssung identifizieren wir uns mit einer Gruppe und positionieren uns im sozialen Umfeld. Diese soziale Kompetenz eignen wir uns bereits als Kind an.

#### MENSCHENMASSEN

In der Masse nimmt das Individuum vorübergehend eine kollektive Identität an. Seine persönliche Identität tritt dabei in den Hintergrund.

#### FREIZEIT

Kaffeeklatsch, Golfturnier oder Chorkonzert: Durch Gruppenrituale bekennen wir uns zu bestimmten Werten und Normen. Sie sind Ausdruck einer Lebenshaltung und gehören zu unserer unverwechselbaren Identität.

#### FAMILIE

Familiäre Rituale helfen Kindern bei der persönlichen Identitätsentwicklung. Auch für die kollektive Identität der Familie sind Rituale wichtig – sie vermitteln gegen innen und aussen Einheit.

#### STARKULT

Stars vermitteln Lebensgefühle. Indem wir uns als Fans mit Ritualen zu ihnen bekennen und sie als Vorbilder verehren, nehmen wir Teile ihrer Weltanschauung an.

#### KULTURERBE

Unsere kulturelle und nationale Identität wird durch Bräuche, Rituale und Feste mitgeprägt. Rituale stellen zwischen Angehörigen einer Kultur oder Nation eine emotionale Verbindung her.

⊕ Liste der lebendigen Traditionen in der Schweiz: [www.lebendige-traditionen.ch](http://www.lebendige-traditionen.ch)

## DIE STRASSE DER HIERARCHIE

### DURCH STAND, RANG UND POSITION

Ob Chefin oder Untergebener, Meinungsmacher oder Mitläuferin – die Rollen in einer Gesellschaft sind unterschiedlich verteilt.

Es sind die Hierarchien, die Status und Position in einer Gruppe oder in der Gesellschaft bestimmen. Diese sozialen Rangordnungen werden von Menschen geschaffen. Rituale helfen dabei, Beziehungen untereinander zu regeln, zu bestätigen oder anzupassen und soziale Anerkennung auszudrücken. Sie machen die bestehende Ordnung sichtbar und erlebbar. Das schafft Klarheit im Umgang mit dem Gegenüber.

#### HALLO!

Die Art des Begrüssens ist Ausdruck der sozialen Hierarchie. Vertraute Herzlichkeit oder formelle Distanz? Das Repertoire ist gross. Wer Hierarchie und passende Begrüssungsrituale kennt, kann seinem Gegenüber angemessen begegnen.

#### ROYAL WEDDING

Wenn Royals oder Staatsoberhäupter zum offiziellen Empfang bitten, ist alles genau vorgeschrieben: Wer geht wann über den roten Teppich? Wer wird wie begrüsst? Wer spricht einen Toast aus? Das Zeremoniell stellt sicher, dass die Hierarchie gewahrt bleibt.

#### ARBEIT

Rituelle Abläufe festigen auch bei geschäftlichen Meetings die Hierarchie am Arbeitsplatz. Sitzordnung, Reihenfolge oder Länge der Wortmeldungen widerspiegeln die Position der Teilnehmenden.

#### Übrigens:

Rituale lassen sich – mit mehr oder weniger Absicht – brechen. Solche Brüche können eine anstehende Änderung in der Hierarchie ankündigen. Oder der Ritualbrecher bringt so seine Unzufriedenheit mit den bestehenden Verhältnissen zum Ausdruck und meldet eigene Ansprüche an.

#### SIEG

Das Podest bringt optisch klar zum Ausdruck, dass Siegerinnen und Sieger hierarchisch über allen anderen stehen. Sie sind Idole, die bewundert werden und denen es nachzueifern gilt.

## DER PFAD DER MANIPULATION

### AUF DEN SPUREN DER BEEINFLUSSUNG

Rituale sind nicht angeboren, sondern werden erlernt. Den Eingeweihten sind sie eine wichtige Stütze. Menschen können damit jedoch auch gesteuert oder gar beherrscht werden.

Oft werden Rituale unbewusst ausgeführt. Das heisst aber nicht, dass dahinter keine Absicht steckt. Rituale integrieren uns in eine Gemeinschaft und schaffen so auch eine emotionale Abhängigkeit. Deshalb können sie für manipulative Zwecke eingesetzt und missbraucht werden.

#### HALLO!

Mit der Art der Kommunikation lässt sich unser Gegenüber beeinflussen. Schon bei der Begrüssung stellen wir die Weichen für den weiteren Verlauf des Treffens.

#### MENSCHENMASSEN

Das Erleben intensiver Gemeinschaftsgefühle gehört zu einem Grossanlass. Mit gezielt inszenierten Ritualen lassen sich Emotionen massiv verstärken und Menschenmassen lenken. Das kann eine ungeheure Dynamik schaffen, die leicht missbraucht werden kann.

#### Apropos:

Politische und religiöse Führer, Werbeleute und Anbieter im Freizeitsektor nutzen Rituale als machtvoll Instrument, um Interessen durchzusetzen. Ihre Anhänger und Gläubigen, die Konsumenten und Kundinnen sind sich hingegen nicht immer bewusst, wie stark sie manipuliert werden.

#### STARKULT

Mit rituellen Handlungen nimmt der Star seine Fans für sich und seine Sache ein. Doch wie weit geht er? Wo beginnt beim mitreissenden Gemeinschaftserlebnis die fragwürdige Einflussnahme? Die Grenze verläuft selten klar.

#### ARBEIT

Mitarbeiteranlässe wie Apéros und Weihnachtsfeiern fördern den Zusammenhalt. Der Arbeitgeber würdigt den Einsatz der Angestellten. Das stärkt die Bindung der Mitarbeitenden an das Unternehmen und schafft ein Gefühl der Verpflichtung.

#### TOD

Trauerrituale manipulieren unser Gehirn. Sie nehmen uns an der Hand und helfen uns dabei, im Ausnahmezustand zu funktionieren und die neue Lebenssituation zu akzeptieren.

#### WETTKAMPF

Mit Hilfe von Ritualen blenden Sportlerinnen und Sportler störende Gedanken aus und richten ihre ganze Aufmerksamkeit auf den Wettkampf. Sie manipulieren sich gewissermassen selbst, um Bestleistungen zu erzielen.

## DIE ROUTE DES WANDELS

### ZURÜCK IN DIE ZUKUNFT

Rituale werden stetig wiederholt und verbinden so Gegenwart und Vergangenheit. Sie sind eine Art Erinnerungsspeicher: Darin sind Werte  $\rightarrow$  und Normen  $\rightarrow$  einer Gesellschaft abgelegt. Auf diese Weise erfüllen Rituale auch eine wichtige Überlieferungsfunktion. Sie stabilisieren Regeln, festigen soziale Beziehungen und stärken Strukturen.

Rituale nehmen Bezug auf ein ursprüngliches Ritual, verändern sich aber während ihrer Wiederholung laufend (Ritualdynamik  $\rightarrow$ ). Nur selten werden neue Rituale erfunden. Sie werden aber immer wieder angepasst. Diese Anpassungen sind nötig, weil sich auch die Gemeinschaft in einem stetigen Wandel befindet.

#### HALLO!

Die Art des Grüssens ändert sich im Verlauf der Zeit. Früher galt der Handkuss als besonders höflich, heute wirkt er ausgesprochen altmodisch.

#### FAMILIE

Rituale spiegeln Hierarchien und Sitten  $\rightarrow$  in der Familie. Zum Beispiel beim Abendessen: In welcher Reihenfolge wurde früher das Essen verteilt? Wer sprach das Tischgebet? Wer erhielt das grösste Stück Fleisch? Wer hatte die Erlaubnis zu sprechen? Und heute? Wer kriegt das grösste Stück Tofu?

#### TOD

Abdankungen können heute sehr persönlich gestaltet werden. Auch nicht religiöse Abschiedszeremonien sind möglich. Orgelmusik und Psalm oder elektrische Gitarre und Elvis – was hätte der Verstorbenen gefallen?

#### Schon gewusst?

Die Stadt Frankfurt am Main bietet auf einer offiziellen Website einen Avatar-Friedhof für Computerspielfiguren an. Denn einige «Gamer» leiden nach dem Verlust ihres Avatars unter psychischen Problemen. Das Ritual in der virtuellen Welt hilft ihnen bei der Trauerarbeit.

⊕ Die letzte Ruhestätte für Avatare:

[www.herolymp.de](http://www.herolymp.de)

#### SCHWINGFEST

Der populäre Traditionssport Schwingen wird laufend professionalisiert. Über Jahrzehnte gewachsene und bewährte Strukturen müssen an die neuen sportlichen und kommerziellen Anforderungen angepasst werden. Das zieht Veränderungen der gewohnten Rituale nach sich.

## RITUAL ODER ROUTINE?



Ist Zähneputzen ein Ritual? Was denken Sie?

### JA

Zähneputzen ist ein Ritual, weil es eine Routinehandlung mit symbolischer Bedeutung ist. Das Zähneputzen strukturiert den Tagesablauf und markiert die Übergänge zwischen Tagesaktivität und Nachtruhe, zwischen öffentlichem und privatem Leben. Das Zähneputzen der Eltern mit ihren Kindern kann zum Beispiel ein wichtiger Orientierungspunkt im Tagesablauf sein.

Hier gibt es keine eindeutige Antwort. Dieselben Handlungen können für verschiedene Leute unterschiedliche Bedeutungen haben.

### NEIN

Zähneputzen ist reine Gewohnheit und somit kein Ritual. Bei Alltagshandlungen sind zwar Regeln für einen immer gleichen Ablauf vorhanden, sie haben aber keine weiterführende Bedeutung: Die Zähne werden geputzt, damit sie sauber sind. Beim Zähneputzen fehlt die zusätzliche symbolische Bedeutung, die eine Handlung haben muss, um als Ritual zu gelten.

Hier gibt es keine eindeutige Antwort. Dieselben Handlungen können für verschiedene Leute unterschiedliche Bedeutungen haben.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 47

## RITUAL ODER ZWANG?



Rituale sind grundsätzlich freiwillig. Wird ein Ritual praktiziert, müssen die Abläufe jedoch eingehalten werden, damit es seinen Zweck erfüllt. Das wiederholte genaue Befolgen des rituellen Handlungsablaufs kann zum Zwang werden.

▣ dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 47

## RITUAL UND RAUSCH



Der Konsum von Drogen ist häufig mit rituellen Handlungen verbunden. Für Psychologen und Erziehungsfachleute sind diese Zusammenhänge aufschlussreich – nicht nur in Bezug auf illegale Substanzen. Damit Jugendliche einen bewussten Umgang mit Alkohol entwickeln können, sind Übergangsrituale  hilfreicher als Verbote.

### Video mit Allan Guggenbühl, Psychologe und Psychotherapeut, zu Jugend und Alkohol. (Video-Transkript)

Wenn jemand 13-, 14-, 15-jährig wird, möchte er die Welt erfahren, möchte wissen, was es im Leben gibt, wer er ist, was es heisst, ein Mensch zu sein.

Als Mensch kennt man verschiedene Zustände. Man ist nicht immer in einem besonnenen Normalzustand, sondern kann in einem Dämmerzustand, schläfrig, mit sich selbst beschäftigt sein. Die Jugendlichen entdecken auch Rauschzustände. Sie bemerken, dass die Umwelt anders wirkt, wenn man etwas zu sich nimmt, dass man freier, frecher wird, Hemmungen verliert. Solche Zustände sind wichtig. Jugendliche wollen das ausprobieren, sie müssen das ausprobieren, um sich selbst zu erfahren. Um zu sehen, wie sie als Homo sapiens funktionieren.

Für die Jugendlichen ist es nicht einfach, diese verschiedenen Bewusstseinszustände zu erfahren. Sie brauchen Formen, damit sie das bewältigen können.

Wenn es durch die Gesellschaft keine Angebote gibt, um solche Erfahrungen zu machen, dann droht die Verrohung. Das beobachte ich als Psychologe: Jugendliche kaufen sich Orangensaft und Wodka und lassen sich volllaufen. Sie können den Geist, den sie wecken, den sie in sich hineinlassen, nicht kontrollieren. In unserer Gesellschaft herrscht die Tendenz, den Jugendlichen solche Erfahrungen zu entziehen. Alkoholkonsum, Rauschzustände dürfen sie erst erleben, wenn sie volljährig sind. Vorher ist das absolut verboten. Aus psychologischer Sicht könnte man das als die dümmste Vorgehensweise bezeichnen.

Denn: Was verboten ist, aber durch Erwachsene konsumiert wird, ist natürlich attraktiv. Das ist eine altbekannte Weisheit. Jugendliche wollen erwachsen sein. Das Verbot macht Alkoholkonsum paradoxerweise zu einer Möglichkeit, den Erwachsenenstatus zu erreichen.

Hier bräuchte es Rituale. Und früher gab es diese auch. Es wurde gesagt: «Ab 14 trinkst du auch ein Glas Wein am Tisch. Ab 16 musst du Wein trinken, du musst das lernen.» Der Umgang mit Wein ist in unserer Kultur, bei Erwachsenen, im Allgemeinen stark ritualisiert. Man unterscheidet verschiedene Traubensorten, die Weine haben Namen: Château Lafite, Chianti ... Man fantasiert über die Herkunft und entwickelt Geschichten, man unterscheidet Jahrgänge ... Das ist eine klassische Ritualisierung des Umgangs mit einem Rauschmittel. Hinzu kommt die Art, den Wein zu geniessen: ein weisses Tisch Tuch, verschiedene Gläser ... Das Entkorken: Man riecht am Korken, der Duft wird analysiert, es wird eingeschenkt, probiert ... Das ist eine ritualisierte Form, mit dem Rauschzustand, mit dieser Droge umzugehen.

Meiner Meinung nach ist das die Antwort. Drogenkonsum muss man ritualisieren, ihn in eine Form einbinden. Es braucht eine Sprache, Namen, eine Geschichte, eine Aufwertung, einen Preis – es ist wichtig, dass Wein nicht einfach gratis ist, man muss ein Opfer bringen ... ein klassisches Ritual.

Skandalös ist: Anstatt die Jungen einzuführen, verbieten wir es ihnen.

 dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 47

## WANN IST EIN RITUAL EIN RITUAL?



«Ritual» ist ein geläufiger Begriff. Und doch fällt es uns schwer, ihn klar zu umschreiben. In der Alltagssprache wird er oft mit Routine  gleichgesetzt. Viele verbinden ihn auch mit Religion.

Doch wann gilt etwas als Ritual und wann nicht? Welche Bestandteile gehören dazu? Welche Funktionen erfüllen Rituale und welche Merkmale weisen sie auf?

 dazu Auftrag für Schülerinnen und Schüler auf S. 48

 dazu Lernkontrolle für Schülerinnen und Schüler ab S. 56

## «YB-Wurst-Essen» oder «Kuss»?

Rituale sind Handlungen, die inszeniert sind, sich wiederholen, einen standardisierten Ablauf haben und dadurch nachahmbar sind. Sie werden alleine oder gemeinsam ausgeführt und sind mehr oder weniger freiwillig. Ein wichtiges Merkmal ist auch, dass sich Rituale wandeln.

Doch woraus bestehen Rituale? Die teilnehmenden Personen, die benutzten Gegenstände, Zeitpunkt und

Ort sind wichtige Elemente. Rituale haben zudem unterschiedliche Funktionen: Sie können zum Beispiel Sicherheit oder Zugehörigkeit vermitteln, Hierarchien schaffen oder bei Übergängen helfen.

Die elf in der Ausstellung zu dekodierenden Rituale (Lösungen auf S. 51):

Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

### YB-WURST-RITUAL

Immer, wenn ich an einen YB-Match gehe, treffe ich mich mit meinen Freunden 60 Minuten vor Anpfiff vor dem Wankdorf-Stadion. Als erstes gehen wir gleich zum Wurststand. Mit der obligaten YB-Wurst und Bier in der Hand und dem YB-Schal um den Hals geht's danach zum Stehtisch in Sektor D, wo wir zuerst auf uns anstossen, dann unsere Wurst essen und über Fussball fachsimpeln. Die Wurst ist ein Must, sonst verliert YB, da bin ich mir sicher. Wie ich diese Stadionatmosphäre mit all den anderen Matchbesuchern und dem immer gleichen Stadionvorprogramm liebe - ich habe dann das Gefühl, Teil eines Ganzen zu sein. Ich kann nicht verstehen, weshalb mein Kumpel Adrian nicht mehr kommt. Wir haben voll den Draht zueinander verloren und ich habe nun eigentlich auch keine Lust mehr, sonst etwas mit ihm zu unternehmen. Im Gegensatz zu ihm haben wir anderen auch schon alle eine Saisonkarte fürs nächste Jahr gekauft.

Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

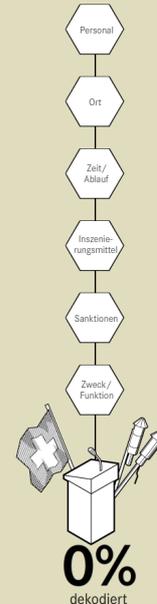
### SONNTAGSBRUNCH

Jeden ersten Sonntag im Monat lädt meine Mutter zuhause zum Brunch mit Familie und Freunden. Das Zepter liegt dabei ganz und gar in ihrer Hand - wehe wir würden uns da einmischen! Sie kümmert sich um die ganzen Vorbereitungen wie den Einkauf und Tischdeko und bestimmt dann auch den Ablauf, wie zum Beispiel in welcher Reihenfolge Essen geholt werden darf. Es gibt immer zuerst ein salziges und dann ein süßes Buffet. Sonntag, 11 Uhr ist Treffpunkt. Doggy, unser Hund, schaut uns bei diesem Spektakel immer freudig zu. Fehlen tue ich an diesem Brunch kaum. Einerseits weil meine Mutter dann total beleidigt wäre, andererseits fühle ich mich dort auch sehr geborgen. Schon nur der Duft des frisch gebackenen Sonntagstzopfs meiner Mutter gibt mir ein Zuhausegefühl. Aber wie das halt so ist, sobald ich die Türschwelle zuhause überschreite, bin ich wieder Kind. Das ist Segen und Fluch zugleich.

Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## NEUJAHRSEMPFANG

Jedes Jahr am zweiten Mittwoch im Januar lädt der Bundespräsident oder die Bundespräsidentin der Schweiz das Diplomatische Korps und Vertreter von Kanton, Stadt sowie der Burgergemeinde Bern zum traditionellen Neujahrsempfang im Bundeshaus ein. Die Weibel sorgen für den reibungslosen Ablauf, der streng nach Protokoll vorgeschrieben ist. Der Zeitplan ist straff, die Rede gut einstudiert und sogar die Gesprächsdauer mit den einzelnen Delegationen wird genau festgelegt. Viele Vorbereitungen werden getroffen, der rote Teppich wird ausgerollt. Falsches Verhalten schädigt den Ruf – sowohl den der Gäste wie auch den des Gastgebers. Mit dieser Zeremonie wird offiziell der Jahreswechsel begangen, aber auch diplomatische Beziehungen und Rangordnungen werden sichtbar gemacht. Die Bevölkerung kann sie sich im Fernsehen in der Tagesschau anschauen.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## DIPLOMFEIER

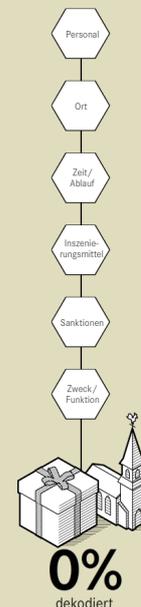
Jedes Jahr eine Woche vor den Schulferien im Sommer werden die Diplome vor den Augen der Lehrpersonen und Angehörigen an die Schülerinnen und Schüler der Abschlussklassen übergeben. Die Organisation und alle Vorbereitungen, wie den Versand der Einladungen, übernimmt unser Sekretariat. Als Rektorin führe ich in der Aula unserer Schule in festlicher Atmosphäre durch den Abend. Begrüssung, musikalische Darbietung, Rede, Diplomübergabe, Prämierung der Bestleistungen und Verabschiedung – so läuft dieser feierliche Akt eigentlich immer ab. Die Zeremonie empfinde ich als schöner Abschluss der Schulzeit für die Schülerinnen, Schüler und ihre Angehörigen, aber auch für uns Lehrer bedeutet es Abschiednehmen. Jedes Jahr erfahre ich nachträglich von Eltern, deren Kinder bei der Abschlussfeier verhindert waren, dass sowohl ihnen als auch ihren Kindern dieser offizielle Abschluss fehlte.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## KONFIRMATION

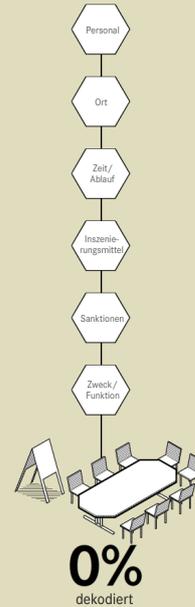
Ich lade dich, lieber Götti, herzlich zu meiner Konfirmation am Sonntag, 11. Mai 2014 in der Reformierten Kirche in Radelfingen ein. Nach dem Konfirmationsgottesdienst, den wir zusammen mit unserer neuen Pfarrerin gestaltet haben, werden wir mit der ganzen Familie und allen meinen Freunden beim Mittagessen im Gasthof Rössli meine «religiöse Mündigkeit und den Wechsel ins Erwachsenenleben» feiern. Papa kann's bestimmt, wie jedes Jahr, wieder nicht lassen, eine Rede zu halten. Weisst du noch, wie lustig das bei den Konfirmationen meiner Geschwister war? Ich glaube, für ihn ist die Rede so wichtig wie für Mama meine Konfirmation. Würde ich mich nicht konfirmieren lassen und somit kein vollwertiges Mitglied der Kirche werden, wäre sie sehr enttäuscht. Ich freue mich auf dich und möchte mich schon jetzt für dein Geschenk, mein Konfkleid, bedanken. Ich habe es vorgestern gekauft – es hängt schon bei mir an der Schranktür.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## KICK-OFF-MEETING

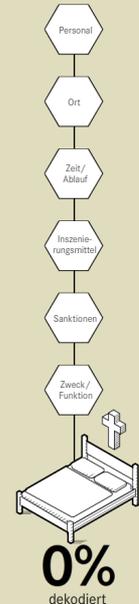
Bei jedem Projektstart empfehlen wir Ihnen ein Kick-off-Meeting, das den feierlichen Start symbolisiert. Es hilft Ihnen als ProjektleiterIn, alle Teammitglieder an Bord zu holen, Vertrauen und Sicherheit zu schaffen sowie Status und Macht-positionen in einem Team zu kommunizieren. Bereiten Sie den Kick-Off gut vor und durchdenken Sie dabei auch Einzelheiten. Schaffen Sie eine angenehme und angemessene Atmosphäre und legen Sie alle notwendigen Dokumente bereit. Denken Sie daran: Mit dieser Sitzung stellen Sie die Weichen für das Projekt. Ein schlechter Start wirkt sich negativ aus. Teilen Sie Ort, Zeitpunkt und Ablauf (Begrüßung, Vorstellungsrunde, erste Informationen zum Projekt etc.) der Sitzung bereits frühzeitig allen Teammitgliedern mit und schliessen Sie das Meeting mit einem gemeinschaftlichen, informellen Ritual wie beispielsweise einem Apéro ab. Damit fördern Sie den Teamzusammenhalt.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## ABENDGEBET

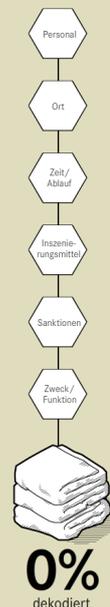
Ich bete jeden Abend vor dem Einschlafen im Dunkeln im Bett für mich alleine. Ich begegne Gott, rede mit ihm, lasse den Tag Revue passieren und lege diesen vertrauensvoll in seine Hand zurück. Das gibt mir Sicherheit und hilft mir, zur Ruhe zu kommen und den Tag abzuschliessen. Ich halte mein Abendgebet immer ein und somit meine Beziehung zu Gott aufrecht. Ich habe auch bemerkt, dass ich, wenn ich das nicht mache, kaum einschlafen kann oder schlecht schlafe.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## SAUNAGANG

Erholung, Gesundheit und Reinigung, das versprechen wir uns von dem Saunagang, für den sich meine Freunde und ich zweimal im Monat an einem Nachmittag treffen. Mit einem Handtuch bedeckt geht's ab in die Hitze, dann kaltes Wasser, dann nochmals Hitze und wieder ins kalte Wasser. Ich bin als Organisator immer für das Wässern der Steine über dem Saunaofen zuständig - alle zehn Minuten eine Handvoll Wasser - herrlich wie das zischt. Wenn wir eintreffen, ist die Sauna gottseidank immer perfekt vorgeheizt. Beim anschliessenden Umtrunk wird jeweils das nächste Treffen abgemacht. Mein Körper hat sich bereits an dieses Ritual gewöhnt, aber auch mein Geist, denn bei dem Ganzen pflegen wir natürlich auch unsere Freundschaft. Meine Freunde nehmen es mir jedenfalls übel, wenn der Saunagang ausfällt.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## RADIOWECKER

Montag bis Freitag, 6:20 Uhr: dreimal ein Piepton - mein Radiowecker. «Guten Moorgen» tönt es laut von einer aufgeweckten Radiostimme. Ich verpasse meinem Wecker einen leichten Schlag - er verstümmt, die Snooze-Funktion ist eingeleitet. Ich rolle mich erneut tief in mein aufgewärmtes Bettzeug ein und bleibe liegen. Zehn Minuten später wieder: Piep, Piep, Piep, dann die Nachrichten, gefolgt von einem Top40-Hit. Jetzt stelle ich den Wecker ab, stehe auf und verlasse das Schlafzimmer. Der Alltag beginnt. Fehlt der übliche Weckdienst, habe ich vergessen, den Wecker zu stellen, wird das gewohnte Radioprogramm geändert oder funktioniert die Snooze-Funktion mal wieder nicht, verschlafe ich nicht nur, sondern bin auch den ganzen Tag durcheinander.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## KUSS

Meine Partnerin und ich verabschieden uns zuhause in der Früh, immer wenn wir aus dem Haus gehen, mit einem Kuss. Das verbindet uns. Dann ist alles in Ordnung und ich kann mit einem guten Gefühl zur Arbeit, Vor Kurzem musste ich für ein Meeting sehr früh raus und habe vor lauter Gehetze weder meine Partnerin noch meine Kinder verabschiedet. Am Mittag rief mich meine Partnerin an und fragte nach, ob mit uns alles in Ordnung sei, weil ich ohne Verabschiedung das Haus verlassen hätte.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

## RAMADAN

\* Inshallah aidkom mabrouk \*

Zu Beginn des neuen Monats, der nach Ramadan mit der Sichtung der neuen Mondsichel anfängt, feiern wir das Fest des Fastenbrechens. Es ist einer der höchsten Feiertage im Islam, wir schliessen damit den Fastenmonat ab. Die Festlichkeiten beginnen in der Früh mit dem obligatorischen Gemeinschaftsgebet, das vom Imam geleitet wird. Dann kommt die ganze Gemeinschaft zusammen und wir essen das erste Frühstück seit Wochen. Seit wir in der Schweiz sind, beten und frühstücken wir jedes Jahr in der Stadthalle. Danach essen und feiern wir mit Freunden und der ganzen Familie bei uns zuhause weiter. Hier bestimmen meine Eltern den Ablauf, die sich auch bereits um alle Vorbereitungen gekümmert haben. Wir Kinder erhalten dann auch Geschenke. Letztes Jahr kam sogar ein Zeitungsreporter mit Fotograf, um über unser Fest zu berichten. Würde das Fest ausfallen, wären wir alle sehr traurig.



## RITUALE – EIN SICHERES TERRAIN

Rituale prägen unser Leben. Sie strukturieren unseren Tagesablauf und nehmen Einfluss auf die sozialen Beziehungen in unserem Alltag – sei es zuhause, bei der Arbeit, in der Schule oder während Freizeitbeschäftigungen. Rituale schaffen soziale Ordnung, Identität und Zusammengehörigkeitsgefühl. Sie sorgen für Struktur und Entlastung und damit für Orientierung und Sicherheit. Rituale vermitteln auch Vertrauen. Solange wir die Rituale einer Gemeinschaft kennen, bewegen wir uns auf einem sicheren Terrain. Kennen wir die Codes nicht oder missverstehen wir sie, kann dies zu Konflikten führen.

Rituale setzen sich aus mehreren Bestandteilen zusammen und werden durch unterschiedliche Faktoren bestimmt – etwa durch die teilnehmenden Personen, durch Zeit und Ort. Sie erfüllen unterschiedliche Zwecke und haben verschiedene Merkmale. Von drei Küsschen zur Begrüssung über das Musikhören als Vorbereitung auf einen Wettkampf bis hin zum Schweizer Alpabzug – Rituale sind vielfältig und wirken überall.

Rituale sind Kommunikationscodes. Es sind Handlungen, mit denen wir kommunizieren und die als Bindeglieder zwischen Vergangenheit und Gegenwart funktionieren. Sie geben Halt im Leben und helfen, mit Wendungen und Veränderungen umzugehen. Rituale wandeln sich im Laufe der Zeit aber auch selbst, indem sie sich an neue Rahmenbedingungen anpassen.

### Von der Religion zur Gesellschaft

Die Ritualforschung ist verhältnismässig jung. Ende des 19. Jahrhunderts begannen Wissenschaftler verschiedener Fachgebiete, sich mit dem Phänomen des Rituals zu beschäftigen. Zu Beginn der wissenschaftlichen Auseinandersetzung wurden Rituale vor allem im Zusammenhang mit dem religiösen Leben untersucht. Eine Erkenntnis war, dass Religion zu grossen Teilen durch rituelle Praktiken erklärt werden kann. Diese Praktiken stiften Zusammengehörigkeitsgefühle und vermögen eine Gruppe über eine längere Zeit zusammenzuhalten.

Der Franzose Emile Durkheim (1858–1917) war der Erste, der das Ritualphänomen auch in nicht religiösen Lebensbereichen zu untersuchen begann. Die Soziologen und Ethnologen Durkheim, Arnold van Gennep (1873–1957) und Victor Turner (1920–1983) befassten sich in ihren Forschungen vor allem mit dem

Zusammenhang von Ritualen und Gesellschaft im Allgemeinen. Nach Durkheims Auffassung neigt ein Mensch in einer Gruppe dazu, Handlungen, Beziehungen untereinander zu koordinieren und die Verbindung zwischen Individuum und Gemeinschaft zu verstärken.

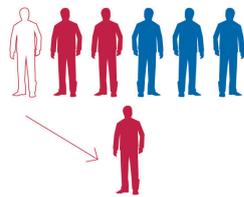
### Van Genneps Übergangsriten

Der Franzose Arnold van Gennep prägte den heute oft verwendeten Begriff der «Übergangsriten» (Übergangsrituale ㉓). Er stellte fest, dass Menschen bei Veränderungen und Übergängen in ihrem Leben Rituale ausführen. Nach van Gennep besteht die Gesellschaft aus verschiedenen sozialen Gruppen, die klar voneinander getrennt werden können. Da sich der Mensch weiterentwickelt und verändert, kommt es immer wieder vor, dass er seine Position in einer bestimmten Gruppe oder die Zugehörigkeit zu Gemeinschaften wechselt. Diese Übergänge werden durch Zeremonien ㉔, die van Gennep «rites de passage» (Übergangsriten) nannte, eingeleitet, begleitet und abgeschlossen. «Die Dynamik des Lebens bedeutet, für Gruppen wie für Individuen, sich unaufhörlich zu trennen und wieder [zu] vereinigen», schrieb er 1909. «Und immer sind neue Schwellen zu überwinden.»

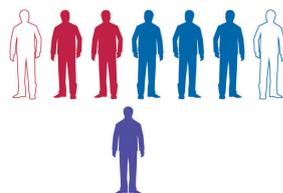
Gemäss van Gennep werden diese Übergangsriten in allen Kulturen unterschiedlich ausgeführt, laufen aber immer in den drei gleichen Schritten ab: In der ersten Phase löst sich der Mensch von der Gruppe, was mit Trennungsriten (*rites de séparation*) vollzogen wird. Die Schwellen- und Umwandlungsriten (*rites de marge* oder *rites de seuil*) markieren die Zwischenphase. In der dritten Phase erfolgt durch die Angliederungsriten (*rites d'agrégation*) die Integration in die neue Gruppe.

Der Schotte Victor Turner forschte 1969 an van Genneps Konzept der Schwellenphase ㉕ (Phase zwei) weiter. In seiner Theorie taufte er diese Phase in *Liminalphase* (*limen*, lat. = Schwelle) um. Laut Turner befindet sich der Mensch dort in einem sozialen Zwischenstadium. Er schwebt zwischen zwei Welten und ist deshalb im «no longer/not yet»-Status («nicht mehr/noch nicht»-Status). Diese Phase, in der die normalerweise geltenden Regeln aufgehoben werden, ermöglicht eine besondere Erfahrung, die Turner als *Communitas* (≈ Erfahrung von Gleichheit) bezeichnet. Nur diese Erfahrung befähigt den Menschen nach Ansicht Turners, wiederbelebt in die Gesellschaft und damit zur Struktur zurückzukehren.

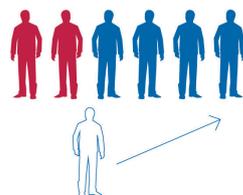
## DIE DREI PHASEN EINES ÜBERGANGSRITUALS



1. Trennungsphase



2. Schwellen- oder Liminalphase



3. Angliederungsphase

## Entstehung der «ritual studies»

Durkheim, van Gennep, Turner und die darauffolgenden Ritualforscher haben Rituale vor allem bei nicht-industrialisierten Gesellschaften beobachtet und untersucht. Die Forschung prophezeite für industrialisierte Gesellschaften sogar einen Niedergang der Rituale. Mitte der 1980er Jahre kam es aber durch die Entstehung der *ritual studies* zur wissenschaftlichen und gesellschaftlichen Wiederentdeckung von Ritualen.

Die Ritualforschung fasste das Handeln von Menschen als eine Art Aufführung der eigenen Kultur (*cultural performance*) auf und setzte damit neue Akzente. Rituale wurden mit Aspekten der Zurschaustellung, wie beispielsweise bei einer Theaterinszenierung, in Verbindung gebracht.

## Der Begriff heute

Heute wird der Begriff «Ritual» als wiederholbare Handlung mit symbolischer Bedeutung verstanden und als einzigartiges Phänomen fachübergreifend

untersucht. Die vielseitige wissenschaftliche Auseinandersetzung mit Ritualen entspricht der vielfältigen Gestalt des Phänomens selbst.

Die verschiedenen Disziplinen untersuchen und erklären den Ritualbegriff unterschiedlich. Die Wissenschaft unterscheidet heute zwei Arten von Ritualen. Einerseits das sozial- und kulturwissenschaftlich erforschte Ritual: das Verhalten in der Gesellschaft, wie zum Beispiel die verschiedenen Arten der Begrüßung. Andererseits das religionswissenschaftlich definierte Ritual wie der kultische Handlungsablauf, zum Beispiel der Gottesdienst, der oft auch als *Ritus* bezeichnet wird.

In der heutigen Alltagssprache wird der Begriff Ritual häufig im Sinne von *Routine* verwendet. Gleichzeitig wird das Phänomen nach wie vor oft in einen rein religiösen Zusammenhang gestellt.

## Rituale definieren unsere Rolle

In Gesellschaften gibt es Verhaltensregeln, die garantieren, dass alle passend handeln und behandelt werden. Rituale verankern diese Regeln in allen gesellschaftlichen Bereichen. Sie regeln, wie wir uns wem gegenüber verhalten. Rituale sind nicht nur für die Identität einer ganzen Gemeinschaft (kollektive Identität) von Bedeutung, sondern auch für die persönliche Identitätsentwicklung. Denn sie sozialisieren, erziehen und bilden. Kinder erwerben durch Rituale kulturelle und soziale Fähigkeiten wie beispielsweise das angemessene Verhalten bei Tisch.

Rituale schaffen, erneuern und bestätigen unseren Status in der Gesellschaft, sie sichern Hierarchien und geben Halt, indem sie die bestehende Ordnung sichtbar werden lassen. Ebenso erzeugen sie Wirgefühle und sorgen so für den Abbau sozialer Spannungen. Rituale haben einen Vermittlungsmechanismus: Sie integrieren Mitglieder in eine Gemeinschaft, indem sie ihnen durch gleiche Handlungen eine gemeinsame Identität verschaffen.

Der integrierende Charakter der Rituale bedeutet umgekehrt auch, dass Rituale ausgrenzen können. Rituale werden von Eingeweihten verstanden – Unwissende können dadurch absichtlich oder unabsichtlich ausgeschlossen werden. Da Rituale antrainiert werden können und oft unbewusst ausgeführt werden, können sie für manipulative Absichten ausgenutzt

werden. Die Manipulation durch Rituale muss aber nicht immer negativ sein – sie kann auch eine positive Wirkung haben und Sicherheit geben. Sportler können sich selber manipulieren, indem sie sich durch Rituale von der Aussenwelt abkoppeln und nur noch auf den Wettkampf fokussieren.

## Rituale helfen gegen Stress

Rituale helfen, mit empfundener Instabilität umzugehen. Sie wirken stabilisierend, indem sie uns in Situationen der Überforderung vorgeben, wie wir uns verhalten können. Rituale bieten also Mittel, um Stressreaktionen und somit emotionale Ausbrüche zu kontrollieren. In einer unbekanntem Situation helfen sie uns, richtig zu handeln. Sie sorgen für Akzeptanz und bilden einen sicheren Rahmen für das Verhalten in einer schwierigen Situation. Rituale geben ein Gemeinschaftsgefühl und sind wichtige Orientierungspunkte. Diese standardisierten Handlungen schaffen Vertrauen, Zuversicht und Kontinuität und vermitteln deshalb ein Gefühl der Sicherheit.

Rituale markieren Übergänge im Leben. Diese Übergänge lösen im Menschen Stress aus, was zu Destabilisierung führt. Bei Übergangsritualen <sup>21</sup> wird diese Destabilisierung gezielt genutzt, kontrolliert und kanalisiert, damit wir uns neu ausrichten können. Denn Stressreaktionen lösen eine Reihe biochemischer Prozesse im Körper aus, die sich direkt auf die Verbindungen im Gehirn auswirken. Durch Stress ausgelöste Prozesse können Verschaltungsmuster in bestimmten Hirnregionen verändern, indem sie bisherige Verbindungen schwächen und so den Aufbau neuer Vernetzungen begünstigen. Übergangsrituale <sup>21</sup> ermöglichen dadurch die Ablösung von der alten und die Wiederangliederung an die neue Lebensphase.

Dass Rituale immer denselben Regeln folgen, kann das Gehirn in seiner Leistung massiv entlasten. Durch die Wiederholung der immer gleichen Verhaltensweisen wird die Komplexität reduziert. Aus diesem Grund werden Rituale beispielsweise zur Vorbereitung von Wettkämpfen genutzt. Rituale steigern Effektivität und Effizienz, indem sie Gefühle speichern, die später wieder abgerufen werden können. Durch die sinnliche Stimulation wird ausserdem die Aufmerksamkeit gesteigert. Teilnehmende werden auf die Rollen, die ihnen während der Ritualdauer zugeteilt sind, reduziert und können alles um sich herum vergessen.

## Rituale sind Ausdruck der Kultur

Jede Kultur besitzt ihre eigenen Rituale – seien es religiöse Zeremonien <sup>22</sup> oder weltliche Feste. Wird das Muster der zeremoniellen Handlung über Generationen hinweg weitergegeben, kann es zur Tradition einer Gruppe oder Gemeinschaft werden. Diese Rituale machen einen wichtigen Teil unserer Kultur aus, da sie identitätsstiftenden Charakter haben. Die meist öffentlichen Rituale und grossen formellen Zeremonien sind Ereignisse mit eigenen Regeln an ausgewählten Orten und zu festgelegten Zeiten.

Rituale können uns auch befremden, zum Beispiel wenn sie aus einer anderen Kultur stammen. Derselbe Effekt kann aber auch durch ein Ritual einer nahen Subkultur (einer kleineren Gruppierung innerhalb unserer Gesellschaft) ausgelöst werden. In der heutigen globalisierten Gesellschaft sind wir tagtäglich mit einer breiten Fülle von Ritualen verschiedener Kulturen und Subkulturen konfrontiert. Sie finden in unserem Umfeld statt, gleichzeitig und parallel, und beeinflussen sich gegenseitig. Dieser Prozess ist spannend und bereichernd. Er kann aber auch Ängste und Gefühle der Bedrohung auslösen.

Die UNESCO anerkannte am 17. Oktober 2003 Rituale als zu schützendes, zu bewahrendes und zu erforschendes immaterielles kulturelles Erbe <sup>23</sup>. In der Schweiz wurde im Juli 2008 unter der Leitung des Bundesamtes für Kultur (BAK) die Konvention zur Bewahrung des immateriellen Kulturerbes sowie die Konvention über den Schutz und die Förderung der Vielfalt kultureller Ausdrucksformen (2005) ratifiziert. Im Rahmen der Umsetzung der UNESCO-Konvention haben die kantonalen Kulturstellen Gruppen, Vereine und Verbände aufgerufen, die von ihnen gepflegten Traditionen zu melden. Eine Gruppe von Expertinnen und Experten erstellte daraus die Liste der lebendigen Traditionen <sup>24</sup> der Schweiz.

Rituale sind wichtig für unser Empfinden von Kultur und Geschichte. Die Gesellschaft bestätigt sich durch die Aufführung von Ritualen immer wieder neu, weil sie die überlieferten Rituale wiederholt und lebt. Rituale transportieren Ursprüngliches, das bei jeder neuen Aufführung hinterfragt wird. Deshalb verändern sich Rituale ständig, wenn oft auch nur minim und unmerklich. Nur selten werden neue Rituale erfunden. Die fortlaufende Anpassung an die aktuellen Verhältnisse widerspiegelt den kontinuierlichen Wandel der Gesellschaft.

## Links und Literatur

### Der Überblick

Spektrum der Wissenschaft. Spezial 1/11, Rituale. Was das Leben zusammenhält, Zeitschrift, 2011.

### Ritualratgeber

Niederberger, Lukas, Rituale. Was uns Halt gibt, Freiburg im Breisgau 2012.

### Rituale, Familie und Erziehung

Morgenthaler, Christoph; Hauri, Roland (Hrsg.), Rituale im Familienleben. Inhalte, Formen und Funktionen im Verhältnis der Generationen, Weinheim 2010.

### Rituale in der Schule

Groeben, Annemarie, Rituale in Schule und Unterricht, Hamburg 2000.

Kaiser Astrid, 1000 Rituale für die Grundschule, Baltmannsweiler Schneider Verlag, Hohengehren 2001.

Petersen Susanne, Rituale für kooperatives Lernen in der Sekundarstufe I, Berlin 2001.

### Rituale und Musik

Mattig, Ruprecht, Rock und Pop als Ritual. Über das Erwachsenwerden in der Mediengesellschaft, Bielefeld 2009.

### Rituale im Unternehmen

Beyeler, Daniel, Rituale im Wandel. Zur Bedeutung eines ritualbewussten Managements in tief greifenden Veränderungsprozessen von Organisationen, Dissertation an der Universität St. Gallen, Bamberg 2003.

Echter, Dorothee, Führung braucht Rituale. So sichern Sie nachhaltig den Erfolg Ihres Unternehmens, München 2011.

### Rituale und kulturelles Erbe

Luger, Kurt; Wöhler, Karlheinz (Hrsg.), Kulturelles Erbe und Tourismus. Rituale, Traditionen, Inszenierungen, Innsbruck 2010.

### Ritualtheorie

Belliger, Andréa; Krieger, David J. (Hrsg.), Ritualtheorien. Ein einführendes Handbuch, Wiesbaden 2003.

Brosius, Christiane; Michaels, Axel; Schrode, Paula (Hrsg.), Ritual und Ritualdynamik. Schlüsselbegriffe, Theorien, Diskussionen, Göttingen 2013.

Gennep (van), Arnold, Übergangsriten (Les rites de passage), Frankfurt a. M. 1986.

Karolewski, Janina; Miczek, Nadja; Zotter, Christof (Hrsg.), Ritualdesign. Zur Kultur und ritualwissenschaftlichen Analyse «neuer» Rituale, Bielefeld 2012.

### Umfangreiche Sammlung von Artikeln zu unterschiedlichen Ritualthemen

Wulf, Christoph (Hrsg.), Paragrana. Internationale Zeitschrift für Historische Anthropologie, ab 1992.

### Aktuellste Forschung

Im Jahr 2002 wurde an der Universität Heidelberg ein interdisziplinärer Forschungsbereich gegründet, der sich ausschliesslich mit Ritualen, deren Veränderungen und ihrer Dynamik befasst. Dabei handelt es sich um den weltweit grössten Forschungsverband zu diesem Thema.

⊕ Sonderforschungsbereich SFB 619 «Ritualdynamik»: [www.ritualdynamik.de](http://www.ritualdynamik.de)

## Glossar

### → Anker

Ein bestimmter Reiz – eine Farbe, ein Name, ein Musikstück – kann automatisch eine spezifische Reaktion auslösen. Der Geruch von Zimt zum Beispiel erinnert viele an Weihnachten. Solche Signale, sogenannte Anker, können bewusst eingesetzt und genutzt werden. Mit ihrer Hilfe sind wir in der Lage, eine gewünschte Reaktion abzurufen, ohne bewusst darüber nachdenken zu müssen. Als Anker werden zum Beispiel Rituale bezeichnet, die Sportler zur mentalen Vorbereitung auf den Wettkampf praktizieren.

### → Gewohnheit

Siehe [Routine](#) ↗

### → Immaterielles Kulturerbe

Siehe Kulturerbe, immaterielles

### → Interaktionsritual

Rituale, die das zwischenmenschliche Verhalten beim Zusammentreffen von Individuen regeln, heissen Interaktionsrituale. Als Interaktion wird die Wechselwirkung zwischen Personen bezeichnet, die miteinander kommunizieren. Der Begriff Interaktionsritual wurde vom US-amerikanischen Soziologen Erving Goffman (1922–1982) geprägt.

### → Kulturerbe, immaterielles

Als Kulturerbe bezeichnen wir Dinge, die einen bleibenden Wert für unsere Gesellschaft darstellen, und die deshalb geschützt, bewahrt und erforscht werden. Dazu zählen Geräte, Werkzeuge, Baudenkmäler, Schriften, Kunstwerke, Schmuck- oder Kleidungsstücke. Es gibt aber auch ein ungegenständliches, immaterielles Kulturerbe. Die UNESCO (die Organisation der Vereinten Nationen für Bildung, Wissenschaft und Kultur) definiert dieses wie folgt:

Das immaterielle Kulturerbe

- wird von einer Generation an die nächste weitergegeben.
- wird von Gemeinschaften und Gruppen in Auseinandersetzung mit ihrer Umwelt, ihrer Interaktion mit der Natur und ihrer Geschichte fortwährend neu zum Ausdruck und zur Anwendung gebracht.
- vermittelt Gemeinschaften und Gruppen ein Gefühl von Zugehörigkeit und Kontinuität.

Zum immateriellen Kulturgut gehören:

- Gesellschaftliche Bräuche, Rituale und Feste

- Mündlich überlieferte Traditionen und Ausdrucksformen wie Legenden, Redensarten oder Gebete
- Darstellende Künste wie Theater, Tanz oder Musik
- Fachwissen über traditionelle Handwerkstechniken
- Wissen und Praktiken im Umgang mit der Natur und dem Universum

Siehe auch [Traditionen, lebendige](#) ↗

### → Lebendige Traditionen

Siehe [Traditionen, lebendige](#) ↗

### → Mimesis

Mimesis ist altgriechisch und bedeutet Nachahmung. Der Begriff geht auf den griechischen Philosophen Aristoteles (384–322 v. Chr.) zurück und bezeichnet die Fähigkeit, eine bestimmte Handlungsabfolge zu imitieren. Dabei wird die Handlung nicht einfach kopiert, sondern eine bewusste Beziehung zum handelnden Vorbild hergestellt. Häufig geht es darum, dieser Person ähnlich zu sein. Nachahmung spielt beim Erlernen von gesellschaftlichen Verhaltensweisen eine wichtige Rolle.

### → Normen

Eine Norm bezeichnet eine allgemein anerkannte Regel, ein Gebot oder Verbot, die als Grundlage der sozialen Ordnung dient. Als verbindliche Forderung eines bestimmten Verhaltensstandards regeln Normen das Zusammenleben in der Gesellschaft. Rituale verankern diese Ordnungsvorstellungen in einer Gemeinschaft.

### → Ritual

Ein Ritual ist ein normierter, geregelter Kommunikations- oder Handlungsablauf. Da Rituale spezielle Momente, nicht alltägliche Lebenssituationen oder Übergangsphasen begleiten, sind sie mit einer besonderen, symbolischen Bedeutung verbunden. Im alltäglichen Sprachgebrauch ist der Begriff Ritual weniger scharf definiert und wird oft im Sinne von [Routine](#) ↗ oder Gewohnheit verwendet.

### → Ritualdynamik

Gesellschaftliche Systeme wandeln sich ständig. Gleichzeitig müssen sie sich immer wieder von Neuem bestätigen und legitimieren. Dies geschieht durch das Praktizieren von Ritualen. Damit die Bestätigung der bestehenden Ordnung gelingt, passen sich Rituale – oft nur minimal und unbemerkt – an die neuen Gegebenheiten an. Die permanente Veränderung, ihre Dynamik, ist eine entscheidende Eigenschaft von Ritualen.

**→ Ritus**

Der Begriff Ritus wird in der Regel in religiösen Zusammenhängen benutzt. Riten regeln den Ablauf religiöser Zeremonien und die religiöse Lebensführung. Die Bezeichnung Ritus wird im Sprachgebrauch oft mit Ritual gleichgesetzt.

**→ Routine**

Häufig ausgeführte Handlungen und Verhaltensweisen werden als Routine bezeichnet. Durch die beständige Wiederholung eines gleichbleibenden Verhaltensmusters läuft dieses immer selbstverständlicher und automatischer, das heisst unbewusster oder eben routinierter ab. Routinen oder Gewohnheiten unterscheiden sich von Ritualen dadurch, dass sie keine symbolische Bedeutung haben. Allerdings ist die Auffassung, was als symbolische Bedeutung gilt, sehr individuell. Deshalb kann die Grenze zwischen Routine und Ritual nicht klar gezogen werden.

**→ Schwellenphase**

Als Schwellenphase wird die zweite Phase eines Übergangsrituals bezeichnet. In dieser Phase befindet sich der Mensch in einem sozialen Zwischenstadium, in dem die normalerweise geltenden Regeln aufgehoben sind. Er schwebt gleichermassen zwischen zwei Welten, an der Schwelle von der bisherigen zu einer neuen Lebenssituation. Die Schwellenphase wird auch als Liminalphase (lateinisch Limen = Schwelle) bezeichnet.

**→ Sitte**

Sitten sind verbindliche, aber ungeschriebene Verhaltensregeln einer Gemeinschaft oder Gesellschaft. Sie werden durch rituelle Handlungen geprägt, überliefert und bekräftigt.

**→ Sozialkompetenz**

Der Begriff Sozialkompetenz fasst individuelle Fähigkeiten zusammen, die für die zwischenmenschliche Kommunikation im weitesten Sinn nützlich oder notwendig sind. Dazu gehört insbesondere das Können, geltende Werte und Normen zu erkennen und diesen entsprechend zu handeln. Soziale Kompetenzen können dazu genutzt werden, Verhaltensweisen und Einstellungen anderer Menschen oder Gruppen zu den eigenen Gunsten zu beeinflussen.

**→ Traditionen, lebendige**

Das Bundesamt für Kultur (BAK) erstellte in Zusammenarbeit mit kantonalen Kulturstellen und weiteren Fachleuten ein Verzeichnis des erhaltenswerten

immateriellen Kulturerbes der Schweiz. Diese Liste der Lebendigen Traditionen wird periodisch aktualisiert und kann im Internet eingesehen werden.

⊕ [www.lebendige-traditionen.ch](http://www.lebendige-traditionen.ch)

**→ Übergang**

Siehe Übergangsritual

**→ Übergangsritual**

Rituale, die einen Wechsel im Leben eines Menschen markieren, heissen Übergangsrituale. Der Begriff wurde von Arnold van Gennep (Ethnologe, 1873–1957) geprägt und von Victor Turner (Ethnologe, 1920–1983) weiterentwickelt. Übergangsrituale bestehen aus drei sich überschneidenden Phasen:

1. Trennungsphase – Der Mensch löst sich von der bisherigen Gruppe.
2. Schwellenphase – Zwischenstadium
3. Angliederungsphase – Der Mensch integriert sich in die neue Gruppe.

Die drei Phasen setzen sich wiederum aus mehreren, verschiedenen rituellen Handlungen und Abläufen zusammen.

**→ Werte**

Werte sind bewusste oder unbewusste Vorstellungen von erwünschten Handlungs- oder Verhaltensweisen. Jeder Mensch ist an bestimmte Werte gebunden. Sie dienen ihm als Massstab, um sein Handeln zu lenken und zwischen guten und schlechten Verhaltensweisen unterscheiden zu können. Rituale verankern die geltenden Werte in einer Gemeinschaft.

**→ Zeremonie**

Zeremonien sind feierliche Handlungen, die gemeinschaftlich begangen und zu bestimmten Zeitpunkten nach einer festgelegten Ordnung wiederholt werden. Sie setzen sich aus einer Reihe ritueller Abläufe zusammen, die einzeln wiederum formal festgelegt sind.

**→ Zwang**

Die positive emotionale Wirkung eines Rituals kann beim Menschen zu einer Art Abhängigkeit führen. Wird der Ablauf des Rituals aus irgendeinem Grund nicht exakt eingehalten oder entfällt das Ritual sogar ganz, stellen sich Gefühle der Verunsicherung und der Angst ein. Dies kann zur zwanghaften, oft unbewussten Wiederholung des Rituals führen.

## Kommentar für Lehrpersonen

Auf den folgenden Seiten sind zu allen Kapiteln der Ausstellung Aufträge für Schülerinnen und Schüler (SuS) ab dem 5. Schuljahr (bis und mit gymnasialer Stufe) aufgelistet. Die Liste ist bewusst dicht, um Ihnen eine grosse Auswahl an Ideen für den Ausstellungsbesuch oder für den Unterricht zu geben.

Wählen Sie diejenigen Aufträge aus, die in Ihr Unterrichtskonzept passen, die an dem Ort (Museum oder Schule) und in der Zeit, die Sie zur Verfügung haben, durchführbar sind. Wählen Sie die Aufträge aus, die zu Ihrer Klasse passen. > Copy & Paste!

Lassen Sie die SuS entdecken, diskutieren, argumentieren, reflektieren. Setzen Sie bewusst und immer wieder das darstellende Spiel als Methode ein. Betrachten Sie Rituale gleichzeitig und nebeneinander, zuerst «richtig», dann verfremdet, mit ausgetauschten Elementen und nähern Sie sich so dem Thema Rituale.

Bei Aufträgen mit einer eindeutigen Lösung ist diese auch angehängt. Die meisten Aufträge beziehen sich allerdings auf die Lebenswelt der SuS, bedingen oft eine sehr persönliche Reflexion und sollten nicht bewertet oder beurteilt werden. Darüber hinaus steht eine pfannenfertige Lernkontrolle zur Verfügung.

Die engsten Bezüge zu den Lehrplänen finden sich in den Fachbereichen Lebenskunde, Religion, Ethik sowie Mensch-Zeit-Gesellschaft, Geschichte. Weitere Bezüge finden sich in den Fachbereichen Sprache (Theater), Musik und Sport.

Wenden Sie sich bei Fragen direkt an den Leiter Bildung & Vermittlung des Museums. Während der Ausstellungsdauer können bei Gallus Staubli auch Termine für Einführungsveranstaltungen gebucht werden.

Feedback und Anregungen für Verbesserungen werden gerne entgegengenommen: [g.staubli@mfk.ch](mailto:g.staubli@mfk.ch) oder 031 357 55 19.

## Aufträge zu «Höhen der Macht»

### Hallo!

- Zähle Begrüßungsformen auf, die du kennst. Auf welche Arten kann man sich mit Küssen begrüßen?
- Welche Begrüßungsformen praktizierst du? Welche mit wem?
- Welche Begrüßungsformen gefallen dir? Welche nicht? Warum?
- Weshalb begrüßt man nicht alle Menschen auf dieselbe Art? Wo liegen die Vorteile, wo die Nachteile dieses Umstands?
- Begrüßungsformen haben auch mit Integration und Ausgrenzung zu tun. Wann erlebst du das selbst?
- Scharade: Welche Begrüßung spielen wir?
- Welche weiteren Situationen von Massenveranstaltungen kommen dir in den Sinn?
- EMOTIONEN lassen sich mit gezielten Massensituationen verstärken. Wann und wo hast du das selber schon erfahren? Welches waren positive und negative Aspekte dieser Erlebnisse?
- Massenrituale können (nicht nur) von politischen und religiösen Führern als Instrument der MANIPULATION missbraucht werden. Wann und wo hast du diese ungeheure Dynamik selber schon erfahren? Welche anderen gegenwärtigen oder historischen Beispiele kennst du?

### Royal Wedding

- Schau dir den Video-Zuschnitt der Hochzeit von Kate und William an (ca. 23 Min.). Notiere in Stichworten chronologisch alle Handlungen, die nach einem fest vorgeschriebenen Protokoll ablaufen. Das Ausziehen der Handschuhe von William und Harry wäre so eine Handlung, das Getuschel der Cousinen von William natürlich nicht.
- Stell dir vor, du bist für die nächste königliche Hochzeit (in England oder anderswo) fürs Protokoll verantwortlich.
  - a) Auf welche rituellen Handlungen legst du als «Regisseur/in» besonderen Wert? Warum?
  - b) Und wie sieht dein Protokoll aus, wenn du für die schrägste, witzigste, ausgefallenste Royal Wedding aller Zeiten verantwortlich wärst?
  - c) Schau dir mal auf YouTube die «T-Mobile Royal Wedding» an:  
<http://www.youtube.com/watch?v=Kav0FEhtLug>

### Menschenmassen

- Welche Szenen kannst du unter der «Hördusche» erkennen?
  - am Popkonzert
  - im Sportstadion
  - im Theater
  - an einer Party
  - an einer Generalversammlung
  - bei einer Rede
  - an einer Demonstration
  - bei einer religiösen Prozession
  - an einem Umzug
  - bei einer Militärparade
  - an der Fasnacht
  - bei einer Propaganda-Veranstaltung

### Starkult

- Analysiere die Dramaturgie der Konzerte deiner Lieblingsbands. Videos auf YouTube und Co. helfen dabei. Dazu einige Stichworte als Hilfe, worauf du achten kannst:
  - Architektur von Saal/Halle, Bühne
  - Licht
  - Soundqualität
  - Veränderungen zwischen Vorband und Hauptact
  - Starverhalten
  - Aura
  - Nähe/Distanz zum Publikum, Beziehung, Kommunikation
  - Kultische Handlungen (körperlich, emotional)
  - Rituale
  - Auslöser von Verehrungsbekundungen (inszeniert, spontan)
- Gibt es Stars in deinem Leben, die du nur mit Gleichaltrigen «teilst»? Ist es denkbar, dass du an Konzerte deiner Lieblingsbands mit deinen Eltern oder jüngeren Geschwister gehst? Warum ja, warum nein? Wie war das, als deine Eltern in deinem Alter gewesen sind?

**Rituale sind  
Machtwerkzeuge,  
die den Menschen  
den Verstand verne-  
beln, um sie gefügig zu  
machen.**

Peter Montalin (\*1953),  
Schweizer Schriftsteller

## Aufträge zu «Ebene der Sicherheit»

### Am Übergang

- Informiere dich über die sieben Beispiele von Übergangsritualen in der Ausstellung, sodass du darüber Auskunft geben kannst. Drehe dafür den «Rotationstisch» in eine Position, bei der Titel, Bild, Objekt und Text übereinstimmen. Wiederhole den Vorgang für alle sieben Rituale. Auf der nächsten Seite siehst du sieben Fotos und sieben Begriffe. Verbinde mit einer Linie jeweils Foto und Begriff, die zum gleichen Ritual gehören.
- Gibt es in deinem Umfeld, deiner Familie bestimmte, immer gleiche Übergangsrituale? Wie sehen diese aus? Denke unter anderem bewusst an folgende Übergänge: bei der Aufnahme in eine religiöse Gemeinschaft; vom Kind zum Jugendlichen; vom Jugendlichen zum Erwachsenen; beim Abschluss der Ausbildung; von ledig zu verheiratet; bei der Geburt eines Kindes; beim Tod eines Angehörigen, aber auch beim Geburtstag, an Neujahr etc.
- Zähle fünf rituelle Elemente auf zu a) Pfadfindertaufe und b) kirchliche Hochzeit. Welchen Übergang besiegeln die beiden Anlässe? Erkläre, was in den drei Phasen Trennungsphase, Schwellenphase, Angliederungsphase passiert.

Welche Elemente lösen Sicherheit (oder Unsicherheit) aus?

Äussere dich bei beiden Anlässen zum Aspekt der Macht.

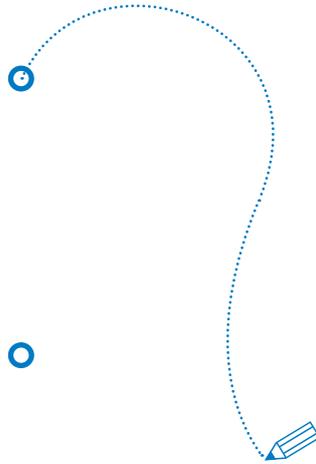
Wer sind die «Zeremonienmeister» bei den beiden Anlässen?

### Tod

- Welche Rituale, die mit dem Tod verbunden sind, kennst du? Geh dem Ursprung dieser Rituale nach. Welche Rituale sind religiös oder religiösen Ursprungs?
- Schaut euch den Film in der Ausstellung an. Diskutiert eure Haltungen gegenüber den Bestattungsformen: Sargbestattung, Urnenbestattung, Gemeinschaftsgrab. Diskutiert die Fragen: Was spricht für oder gegen ein anonymes Grab? Was spricht dafür oder dagegen, die Asche von Verstorbenen auf dem Friedhof, zuhause, in der Natur oder zum Diamanten gepresst aufzubewahren?
- Wenn du stirbst und bestimmen kannst, wie und mit welchen Ritualen du bestattet wirst, was würdest du dir wünschen? Welche Aspekte sollten in Bezug zur Religion oder einer Tradition stehen? Welche Aspekte sollten ganz individuell und persönlich sein?

### Glücksbringer

- Hast du einen Glücksbringer? Wenn ja: Seit wann hast du ihn? Wie gehst du damit um? Was ist dir wichtig daran? Würdest du ihn einem Freund leihen? Würdest du ihn ins Museum geben?
- Informiere dich (zum Beispiel in der Bibliothek und im Internet) über mindestens drei der folgenden klassischen Glücksbringer, sodass du über ihren Ursprung und ihre Bedeutung Auskunft geben kannst: Skarabäus, Hasenpfote, Glücksrapfen, vierblättriges Kleeblatt, Glücksschwein, Kaminfeger, Mistelzweig, Hufeisen, Marienkäfer, Lucky Feet, Maneki Neko, Daruma, Suganya
- Welche Unglücksbringer kennst du? Woher kommt der Aberglaube an diese Unglücksbringer?



- «Bar Mizwa»
- «weisses Tuch»
- «buddhistische Mönchsweihe»
- «Curandera»
- «Apéro»
- «gesprochene Formel»
- «Kumkum-Pulver»

## Sieg

- Mit Pokal, Medaille oder Blumenstrauß kannst du in der Ausstellung posieren und dich dabei fotografieren lassen. Das Foto erscheint am Screen an der Wand. Mach eine unerwartete Jubelpose.
- Besonders Fussballer lassen sich für Jubelposen nach einem erzielten Tor immer wieder Neues einfallen. Einige der Posen wurden berühmt: der Pssst-Finger, die Flügelarme, das Eckfahnen-Mikro oder die Eckfahnen-Gitarre, der Herzjubel, die Gottseidank-Finger, die Ich-hör-euch-nicht-Hand, der Flickflack, der Jubelsprung, die Kreissäge, der Knierutscher oder gar die Knieschlange, der Leibchenküsser/Ringküsser/Handküsser, der Daumenlutscher, der Babyschaukler, der Geiger, der Schuhputzer, der Sambatänzer oder der ganz eigene Ruderjubel von Marama Vahirua, dem Franzosen mit tahitianischer Abstammung, nicht zu vergessen die Jubel des isländischen Erstliga-Vereins UMF Stjarnan und und und. Nachzuschauen sind die Isländer zum Beispiel auf <http://tinyurl.com/stjarnan1>, «die Toilette» auf <http://tinyurl.com/stjarnan2>, Vahirua auf <http://tinyurl.com/vahirua> oder eine ganze Sammlung auf <http://tinyurl.com/fussballerjubel>.

Beschreibe in witzigen Sätzen eine gängige oder selbst erfundene Jubelpose. Die anderen SuS müssen dann die Sätze der entsprechenden Pantomime oder dem entsprechenden Bild zuordnen.

**1. Tor  
schiessen**

**2. losrennen**

**3. auf die Knie fallen**

**4. Leibchen über den  
Kopf ziehen**

**Ich habe  
keine Rituale –  
bis auf Sachen, die  
man immer wieder  
gleich macht.**

Michael Ballack (\*1976),  
deutscher Fussballer

## Wettkampf

- Du kennst viele Rituale, die Sportlerinnen und Sportler vor, während oder nach einem Wettkampf praktizieren. Mach eine Liste.
- Welche dir bekannten Wettkampfrituale kannst du mit Gesten und Körpersprache nachahmen? Spielt Scharade: Welches Wettkampfritual stelle ich dar?
- Die Spielerinnen eines Teams versammeln sich im Kreis vor dem eigenen Tor. Was schreien sie? Erfinde Vierzeiler und «Schlachtrufe» für YB, HCD, FC Muri, SC Hinterkudligen, VBC Mörschwilikon ...

## Aufträge zu «Felder des Alltags»

### Prost!

- Ordne folgende Begriffe der entsprechenden Abbildung auf der nächsten Seite zu:
  - Japanische Teezeremonie
  - Schnaps «auf Ex» trinken
  - Botellón
  - Wein verköstigen
  - Kunstwerk eines Barista
  - Frühstückskaffee
  - «Zum Wohl»
  - Duzis trinken
  - Bier trinken am Oktoberfest
  - Auf jemanden anstossen
- Spielt das «Kulturspiel» (siehe S. 49).
- Im Mittelalter galt es als nicht schicklich, mit denselben Fingern in den gemeinsamen Essenstopf zu fassen, mit denen man vorher geschnäuzt oder sich auf dem Abort gesäubert hatte. Deshalb sollte man sich mit dem Ringfinger und dem kleinen Finger schnäuzen. Just die Finger, die heutzutage noble Damen beim Tee bewusst abspreizen. In den Ärmel zu schnäuzen, war bei den Herren durchaus OK, nicht aber ins Tischtuch oder in die Serviette. Die Hände hat man nach dem Essen gewaschen. Die abgenagten Knochen sollten unter dem Tisch nicht zu weit geworfen werden. Mit dem Messer sollten Männer nicht zwischen den Zähnen stochern; das abgesäbelte Fleisch nahm man in die Hände und schob es sich oder auch der Tischdame in den Mund. Gabeln waren Weiber- oder Teufelszeug.  
Macht eine Liste mit heute üblichen Tischritualen und geht deren Ursprung nach.  
Spielt ein Essen in einem Feinschmeckerlokal und eines wie im Mittelalter nach.

### Familie

- Erstelle ein «Ritualrad» deiner Familienrituale. Nimm es zum Vervollständigen mit nach Hause.

### Gute Nacht

- An welche «Gutenachtrituale» in deiner Familie kannst du dich erinnern? Welche hast du speziell gemocht? Warum?
- Erstellt eine Klassenliste eurer Kindereinschlafrituale.
- Kreuze die Sätze an, die für dich in Bezug auf Gutenachtrituale so stimmen resp. als Kind gestimmt haben:
  - Es entsteht Intimität zwischen Eltern und Kindern.
  - Gutenachtgeschichten sind spannend, manchmal auch ein bisschen unheimlich.
  - Sie wecken Emotionen und stärken dadurch die Bindung zwischen Eltern und Kindern.
  - Gutenachtgeschichten beruhigen die Kinder.
  - Der Schlaf ist die Phase der Verarbeitung.
  - Gutenachtrituale geben dem Tag Struktur.
  - Sie verleihen Sicherheit: Alles ist in Ordnung, man kann beruhigt die Augen schließen.
  - Die Eltern lesen vor, die Kinder hören zu.
  - Die Eltern leiten das Ritual.
  - Die Generationen verbinden sich in diesem Moment.
  - Der Ablauf und die Rollen müssen immer neu ausgehandelt werden.
  - Es wird kulturelles Wissen vermittelt.
  - Die Kinder werden ihren eigenen Kindern auch wieder Gutenachtgeschichten vorlesen.
- Singt Gutenachtlieder. Vergleiche eure Lieder mit solchen aus anderen Kulturen.  
Auf <http://tinyurl.com/gutenachtlieder> findet ihr Lieder auf japanisch, türkisch, hebräisch, griechisch, bulgarisch, schwedisch, moldawisch, armenisch, französisch, afrikanisch, aserbaidshianisch, sibirisch (Chukchi), ukrainisch, russisch, indisch und spanisch (Gypsy).



### Rituale in der Schule

- Auf einer der runden Papiervorlagen «Meine/Unsere Rituale» schreibt ihr als Klasse sämtliche Schulrituale auf, die euch in den Sinn kommen. Markiert die Rituale, die ihr aktuell ausübt speziell. (Siehe auch S. 12.)
- Kreuze an, welches dieser Rituale du kennst oder nicht. Schreibe auf, woher du es kennst, und warum du es gut oder schlecht findest. Kommen dir weitere Rituale im Unterricht in den Sinn?

Unterrichtsritual	Kenne ich JA	Kenne ich nicht NEIN	Das finde ich gut daran:	Das finde ich nicht gut daran:
Begrüssung				
Stillzeichen				
Geburtstag				
Morgenkreis				
Melden				

- Erfinde ein neues Klassenritual. Welches Ritual fehlt dir in der Schule? Welches Ritual würdest du gerne in deiner Klasse praktizieren? Was soll es bewirken?

WAS? (Idee und Name des Rituals)	WOZU? (Absicht und erhoffte Wirkung des Rituals)	WER? (Diese Personen nehmen am Ritual teil.)	WO? (An diesem Ort findet das Ritual statt.)	WANN? (So lange dauert das Ritual und wiederholt sich in dieser Regelmässigkeit.)

- Schreibe bestehende oder neu erfundene Rituale in der Form «1. bis 4.» auf; so wie es das Ausstellungsplakat oder folgendes Beispiel vormacht:

1. Stundenplan von morgen anschauen
2. Schulsachen packen
3. Znüni bereitlegen
4. Schlafen gehen

Gewinnt eine Klassenführung durch die Ausstellung im Wert von Fr. 150.–. Lehrpersonen von Klassen ab dem 5. Schuljahr schicken die witzigsten Beispiele dieser Aufgabe «1. bis 4.» per E-Mail an [g.staubli@mfk.ch](mailto:g.staubli@mfk.ch).

Bitte vollständige Adresse, Klassenbezeichnung und telefonische Erreichbarkeiten angeben. Eine Jury bestehend aus der Museumsdirektorin, dem Ausstellungsprojektleiter, der Leiterin Marketing & Kommunikation und dem Museumspädagogen wählt die Gewinnerklasse aus. Einsendeschluss ist der 1. Mai 2014.

## Freizeit

- Singt das Lied «Mir hei e Verein» von Mani Matter.
- Gib jeder Strophe einen eigenen Titel. Kennst du das von Matter beschriebene Gefühl? Erzähl, wie es dir in deinem Verein ergeht bezüglich «dazugehören wollen» und «nicht dazu gehören wollen». Bei welchen Gruppierungen oder Vereinen möchtest du gerne (einmal) dazu gehören? Zu welchen Gruppierungen oder Vereinen möchtest du auf keinen Fall dazu gehören? Warum?

### «Mir hei e Verein»

Text und Musik: Mani Matter

Mir hei e Verein, i ghöre derzue  
Und d'Lüt säge: Lue dä ghört o derzue  
Und mängisch ghören i würklech derzue  
Und i sta derzue

Und de gsehn i de settig, die ghöre derzue  
Und hei doch mit mir im Grund gno nüt z'tue  
Und anderi won i doch piess derzue  
Ghöre nid derzue

Und ou was si mache, die wo derzue  
Tüe ghöre, da standen i nid geng derzue  
Und mängisch frage mi d'Lüt: Du lue  
Ghörsch du da derzue?

Und i wirde verläge, sta nümme rächt derzue  
Und danken: O blaset mir doch i d'Schue  
Und gibe nume ganz ungärn zue:  
Ja i ghöre derzue

Und de danken i albe de doch wider: lue  
S'ghört dä und dise ja ou no derzue  
Und de ghören i doch wider gärn derzue  
Und i sta derzue

So hör i derzue, ghöre glych nid derzue  
Und stande derzue, stande glych nid derzue  
Bi mängisch stolz und ha mängisch gnue  
Und das ghört derzue

Mir hei e Verein, i ghöre derzue  
Und d'Lüt säge: Lue dä ghört o derzue  
Und mängisch ghören i würklech derzue  
Und i sta derzue

6/8

| Am \_\_\_\_\_ | E \_\_\_\_\_ Am \_\_\_\_\_ | \_\_\_\_\_ | E \_\_\_\_\_ Am \_\_\_\_\_ |  
| Dm \_\_\_\_\_ | Am \_\_\_\_\_ | E \_\_\_\_\_ Am \_\_\_\_\_ |

## Aufträge zu «Tal der Traditionen»

### Lebendige Kulturgüter

- Recherchiert in der Datenbank des Bundesamts für Kultur nach euch bekannten Traditionen.  
[www.lebendige-traditionen.ch](http://www.lebendige-traditionen.ch)
- Spielt das «Memory der Traditionen». Folgende Traditionen kommen dabei vor:  
Basler Fasnacht, Berner Bär, Eidgenössisches Feldschiessen, Fondue, Landsgemeinde, Hornussen, Jassen, Räbeliechtli-Umzüge, Schwingen, Sechseläuten, Wallfahrt nach Einsiedeln, Zibelmärit, Marronivverkäufer, Flussschwimmen, Kuhkämpfe, Tschäggättä, Appenzeller Volksmusik
- Sucht nach Symbolen hinter den Traditionen eures Kantons oder hinter den Traditionen der Schweiz. Das Verbrennen des Böögg in Zürich anlässlich des Sechseläutens findet zum Beispiel im Frühling statt und dient dem «Austreiben des Winters». Was verbirgt sich aber hinter den Lötschentaler Tschäggättä, der Luzerner Gansabauet oder der Zahl 11 in Solothurn?

### Schwingfest

- Schaut euch den Film übers Schwingfest 2013 in Burgdorf an. Welche Rituale erkennt ihr? Tauscht euch aus.
- Vergleiche einen Schwingkampf mit dem japanischen Sumo-Ringkampf. Beschreibe Gemeinsamkeiten und Unterschiede.  
Spielt einen Schwingkampf und einen Sumo-Ringkampf nach. Was passiert, wenn der eine einen Schwinger spielt und die andere eine Sumo-Ringerin?  
Informationen und Videos zu Sumo findest du auf folgenden Internetseiten:  
<http://www.youtube.com/watch?v=OqEQgytiLCo>  
<http://www.youtube.com/watch?v=9UJZ3k1jJdM>  
<http://de.wikipedia.org/wiki/Sum%C5%8D>

Einen Überblick in Bildern über das Drum und Dran von «Swiss Wrestling» (Schwingen) findest du hier:

<http://www.youtube.com/watch?v=Sfo7o-Tm8F4>

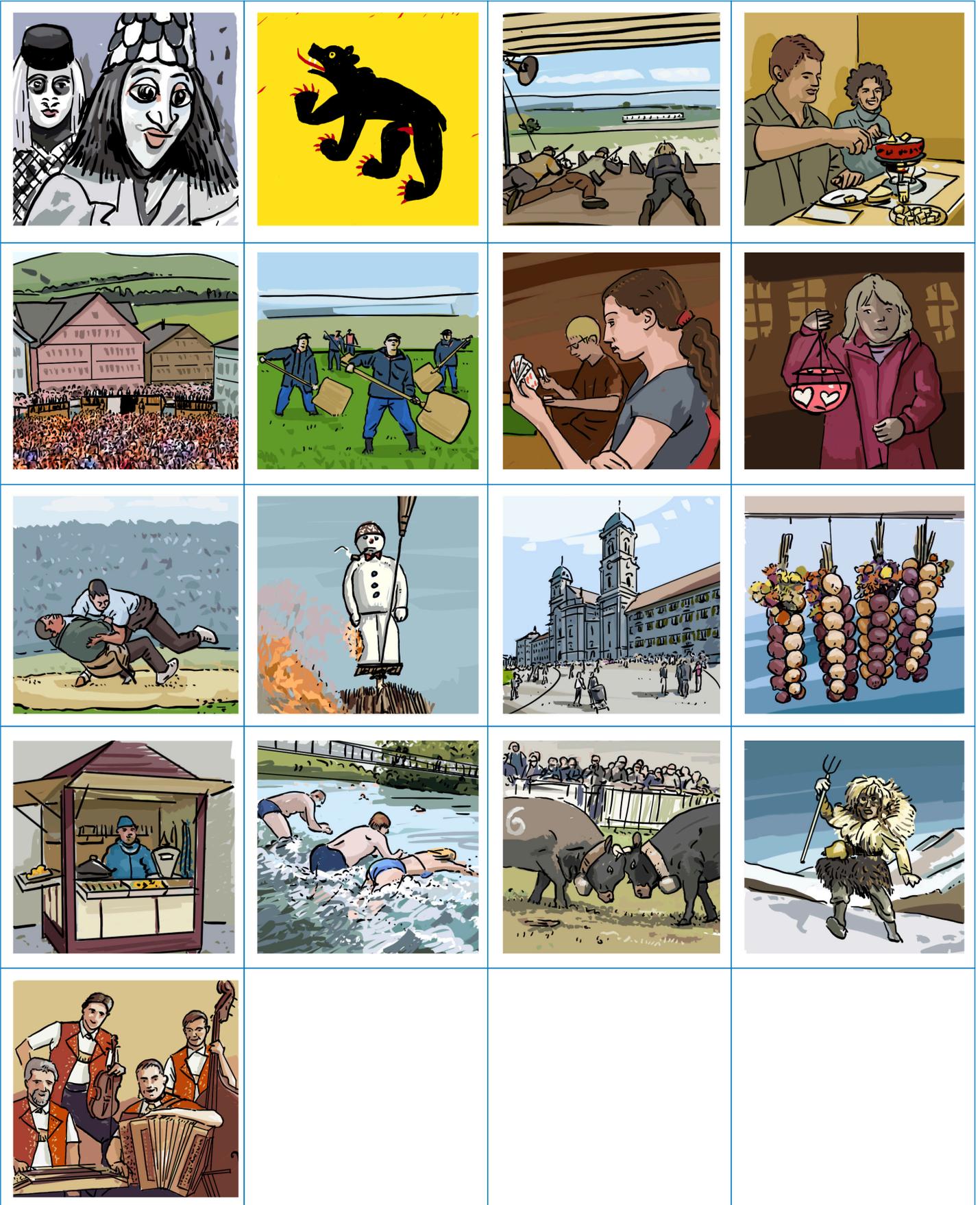
### Wir und die anderen

- Sammelt Rituale von Menschen unterschiedlicher Herkunft. Wie viele unterschiedliche Rituale und Traditionen findet ihr alleine in eurer Klasse?
- Erstellt einen Wochen-, Monats- oder Jahreskalender mit Anlässen und Traditionen, die von Einzelnen aus eurer Klasse begangen werden. Bindet solche Anlässe wenn möglich rituell in den Schulalltag mit ein. Sprecht über eure Traditionen und Rituale. Versucht, Gemeinsamkeiten und Unterschiede zu erkennen und zu benennen. Wo findet ihr Beispiele, bei denen offensichtlich ist, dass eine fremde Kultur «einheimische» Rituale beeinflusst hat oder umgekehrt?
- Spielt das «Kulturspiel» (siehe S. 49).

**Rituale  
sind der Kleb-  
stoff, der soziale  
Gruppen zusam-  
menhält.**

Harvey Whitehouse (\*1964),  
englischer Anthropologe

<b>Basler Fasnacht</b>	<b>Berner Bär</b>	<b>Eidgenössisches Feldschieszen</b>	<b>Fondue</b>
<b>Landsgemeinde</b>	<b>Hornussen</b>	<b>Jassen</b>	<b>Räbeliechtl- Umzüge</b>
<b>Schwingen</b>	<b>Sechseläuten</b>	<b>Wallfahrt nach Einsiedeln</b>	<b>Zibelemärit</b>
<b>Marroniverkäufer</b>	<b>Flussschwimmen</b>	<b>Kuhkämpfe</b>	<b>Tschägättä</b>
<b>Appenzeller Volksmusik</b>			



## Aufträge zu «Ritual oder Routine?», «Ritual und Rausch», «Ritual oder Zwang?»

### Ritual oder Routine?

- Erkläre in einem Satz, mit welchem Argument das Zähneputzen von der reinen Gewohnheit zu einem Ritual werden kann.

### Ritual und Rausch

- Schau dir das Interview mit Allan Guggenbühl an. Welche der folgenden Aussagen stammen – wenn auch nicht wortwörtlich – von Guggenbühl [  ], welche Aussagen sind das Gegenteil von dem, was Guggenbühl sagt [  ]? Kreuze an.
  - «Als Mensch ist man immer in einem Dämmerzustand.»
  - «Für Jugendliche ist es einfach, verschiedene Bewusstseinszustände zu erfahren.»
  - «Jugendliche kaufen sich Orangensaft und Wodka und lassen sich volllaufen.»
  - «Anstatt die Jungen einzuführen, verbieten wir es ihnen.»
  - «Was verboten ist, aber durch Erwachsene konsumiert wird, ist attraktiv.»
  - «Es herrscht die Tendenz, den Jugendlichen Rauscherfahrungen zu entziehen.»
  - «Es wäre gut, wenn der Alkohol gratis wäre.»
  - «Beim Weintrinken gibt es viele ritualisierte Formen, mit dem Rauschzustand umzugehen.»
  - «Jugendliche sehen im Alkoholkonsum eine Möglichkeit, den Erwachsenenstatus zu erreichen.»
  - «Drogenkonsum sollte man auf keinen Fall ritualisieren.»

### Ritual oder Zwang?

- Der Tennisspieler Rafael Nadal berührt zwischen den Ballwechseln nie eine Linie und schaut penibel darauf, dass er jede Linie immer zuerst mit dem rechten Fuss überquert. In den Pausen zwischen den Games ordnet er pingelig seine Getränkeflaschen. Welche Ticks hast oder hattest du? Gibt oder gab es solche Ticks, die dich belasten oder belastet haben; Ticks, die du als Zwang empfindest? Welche Ticks würdest du als Ritual bezeichnen? Weshalb? Tauscht euch in der Gruppe und in der Klasse aus.
- Du weißt nun schon gut über Rituale Bescheid. Bei welchen fünf Ritualen würdest du auf keinen Fall mitmachen? Weshalb nicht?

## Aufträge zu «Wann ist ein Ritual ein Ritual?»

### Wann ist ein Ritual ein Ritual?

- Dekodiere an der Computerstation «Ritual-Dekoder» mindestens zwei verschiedene Rituale. Fotografiere mit deinem Handy das Ergebnis auf dem Bildschirm, das erscheint, wenn du ein Ritual zu 100 % dekodiert hast.
- Kreiere an der Computerstation «Ritual-Kreator» mindestens zwei möglichst unterschiedliche Rituale.
- Ihr macht zusammen mit fremden Ausstellungsbesuchern ein Ritual: Welchen Zweck könnte das haben? Denkt euch einen Zweck für ein solches Ritual im Ausstellungsraum aus. Überlegt euch, wo, wann und womit ihr dieses Ritual begeht. Wer ist die Zeremonienmeisterin? Und nun: Überzeugt wildfremde Ausstellungsbesucher, bei eurem Ritual mitzumachen. Dokumentiert das Ritual – zum Beispiel mit eurem Handy –, damit ihr es im Unterricht den anderen zeigen könnt. Bedenkt, dass ihr Fotos und Videos von fremden Personen nicht ohne deren Einwilligung veröffentlichen dürft.

## Das Kulturspiel

### Fremd ist, was einem nicht vertraut ist.

Ihr erfindet eine Gesellschaft mit einer eigenen Kultur, eigenen Regeln und Bräuchen. Diese studiert ihr so ein, dass ihr sie gut beherrscht und vorspielen könnt. Die Präsentation erfolgt in einem gegenseitigen Besuch, bei dem ihr als Gastgeber und Besucherinnen und Besucher in den jeweiligen Situationen reagieren und auch improvisieren müsst.

In eurer Gesellschaft gibt es ein traditionelles Fest, an dem man andere Menschen zum Essen einlädt. Was ist der Anlass?

Jede Gesellschaft zeichnet sich durch aussergewöhnliche Traditionen und kulturelle Eigenarten aus:

1. Begrüssung
2. Zeitvertreib vor dem Essen
3. Was isst man?
4. Wie isst man?
5. Eine Bekleidungseigenart
6. Eine sprachliche Spezialität (der Einfachheit halber sprechen zwar alle deutsch, aber jede Kultur hat ein einzigartiges Sprachphänomen.)
7. Woran erkennt man Paare?
8. Wie werden Entscheidungen gefällt?
9. Eine Besonderheit zwischen Männern und Frauen
10. Maximal drei weitere Rituale, Verhaltensweisen oder Regeln könnt ihr selber erfinden.

Die Szene dauert etwa zehn Minuten. Versucht die kulturellen Eigenarten auffällig und fantasievoll zu gestalten, oft zu wiederholen, mit so wenig Aufwand wie möglich (bezüglich Requisiten ...).

**– Es muss feste Bräuche geben.  
– Was heisst «fester Brauch»? , sagte der kleine Prinz.  
– Auch etwas in Vergessenheit Geratenes, sagte der Fuchs.  
Es ist das, was einen Tag vom andern unterscheidet, eine Stunde von den andern Stunden.**

Antoine de Saint-Exupéry (1900–1944),  
französischer Schriftsteller

## Lösungen zu den Aufträgen

### Hallo!

Ein bestimmtes Begrüßungsritual – wie beispielsweise der Kuss – kann je nach Situation und Teilnehmer vollkommen unterschiedliche Bedeutungen erhalten: sozialistischer Bruderkuß, Kuss auf die Stirn, ein Küßchen, zwei Küßchen, drei Küßchen, kurzer Kuss auf den Mund, langer Kuss auf den Mund, Handkuß ... Durch die Art meines Küßens oder eben Nichtküßens definiere und kommuniziere ich die Beziehung zu meinem Gegenüber.

### Am Übergang



## Ritual und Rausch

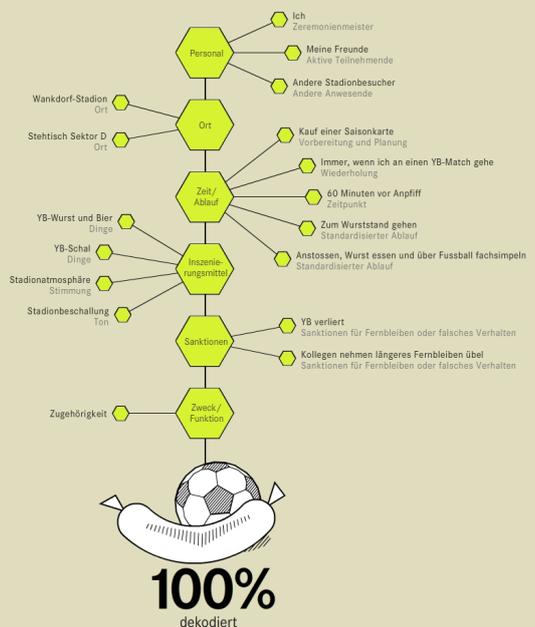
- «Als Mensch ist man immer in einem Dämmerzustand.»
- «Für Jugendliche ist es einfach, verschiedene Bewusstseinszustände zu erfahren.»
- ★ «Jugendliche kaufen sich Orangensaft und Wodka und lassen sich volllaufen.»
- ★ «Anstatt die Jungen einzuführen, verbieten wir es ihnen.»
- ★ «Was verboten ist, aber durch Erwachsene konsumiert wird, ist attraktiv.»
- ★ «Es herrscht die Tendenz, den Jugendlichen Rauscherfahrungen zu entziehen.»
- «Es wäre gut, wenn der Alkohol gratis wäre.»
- ★ «Beim Weintrinken gibt es viele ritualisierte Formen, mit dem Rauschzustand umzugehen.»
- ★ «Jugendliche sehen im Alkoholkonsum eine Möglichkeit, den Erwachsenenstatus zu erreichen.»
- «Drogenkonsum sollte man auf keinen Fall ritualisieren.»

Wann ist ein Ritual ein Ritual?

Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

### YB-WURST-RITUAL

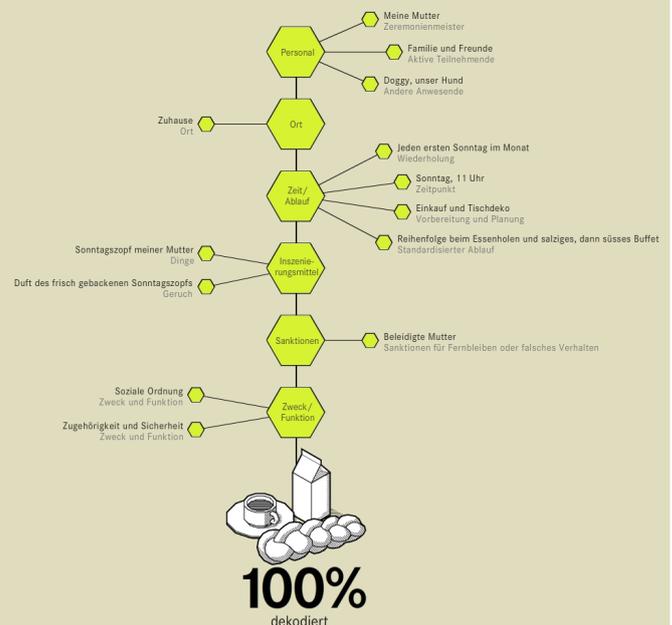
✓ Immer, wenn ich an einen YB-Match gehe, treffe ✓ ich mich mit ✓ meinen Freunden ✓ 60 Minuten vor Anpfiff vor ✓ dem Wankdorf-Stadion. ✓ Als erstes gehen wir gleich zum Wurststand. Mit der obligaten ✓ YB-Wurst und Bier in der Hand und dem ✓ YB-Schal um den Hals geht's danach zum ✓ Stehtisch in Sektor D, wo wir ✓ zuerst auf uns anstossen, dann unsere Wurst essen und über Fussball fachsimpeln. ✓ Die Wurst ist ein Must, sonst verliert YB, da bin ich mir sicher. Wie ich diese ✓ Stadionatmosphäre mit ✓ all den anderen Matchbesuchern und dem immer gleichen ✓ Stadionvorprogramm liebe - ich habe dann ✓ das Gefühl, Teil eines Ganzen zu sein. ✓ Ich kann nicht verstehen, weshalb mein Kumpel Adrian nicht mehr kommt. Wir haben voll den Draht zueinander verloren und ich habe nun eigentlich auch keine Lust mehr, sonst etwas mit ihm zu unternehmen. ✓ Im Gegensatz zu ihm haben wir anderen auch schon alle eine Saisonkarte fürs nächste Jahr gekauft.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

### SONNTAGSBRUNCH

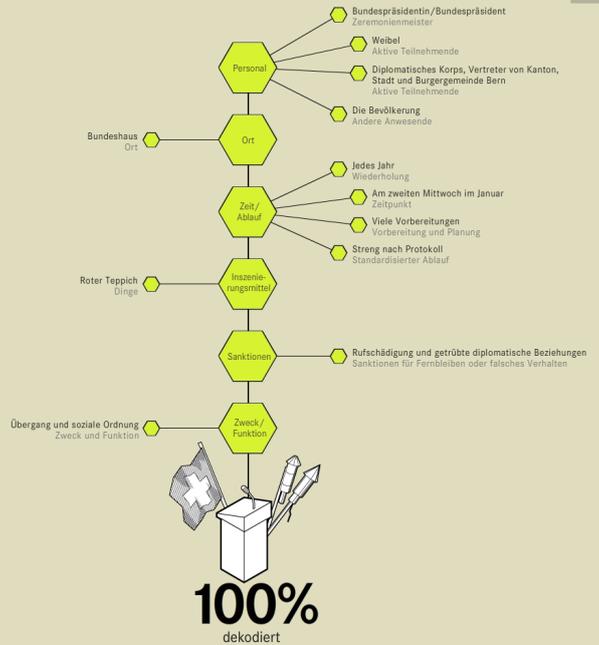
✓ Jeden ersten Sonntag im Monat lädt ✓ meine Mutter ✓ zuhause zum Brunch mit ✓ Familie und Freunden. Das Zepter liegt dabei ganz und gar in ihrer Hand - wehe wir würden uns da einmischen! Sie kümmert sich um die ✓ ganzen Vorbereitungen wie den Einkauf und Tischdeko und bestimmt dann auch ✓ den Ablauf, wie zum Beispiel in welcher Reihenfolge Essen geholt werden darf. Es gibt immer zuerst ein salziges und dann ein süsses Buffet. ✓ Sonntag, 11 Uhr ist Treffpunkt. ✓ Doggy, unser Hund, schaut uns bei diesem Spektakel immer freudig zu. Fehlen tue ich an diesem Brunch kaum. Einerseits ✓ weil meine Mutter dann total beleidigt wäre, andererseits ✓ fühle ich mich dort auch sehr geborgen. Schon nur der ✓ Duft des frisch gebackenen Sonntagszopfs meiner Mutter ✓ gibt mir ein Zuhausegefühl. Aber wie das halt so ist, sobald ich die Türschwelle zuhause überschreite, bin ich wieder Kind. Das ist Segen und Fluch zugleich.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# NEUJAHRSEMPFANG

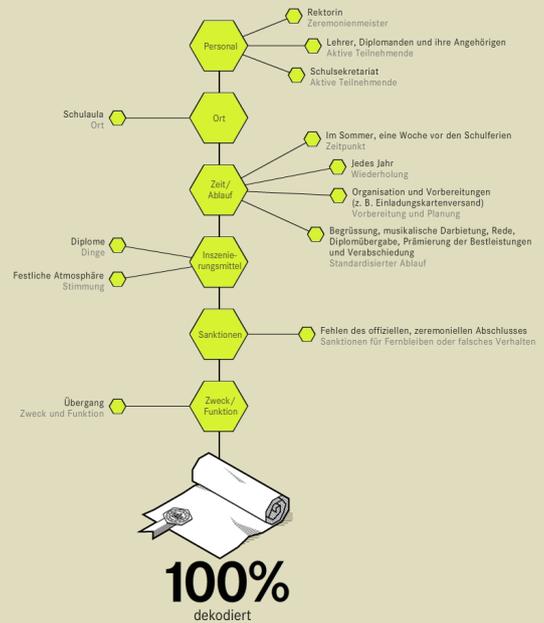
✓ Jedes Jahr ✓ am zweiten Mittwoch im Januar lädt der  
 ✓ Bundespräsident oder die Bundespräsidentin der Schweiz das ✓ Diplomatische Korps und Vertreter von Kanton, Stadt sowie der Burgergemeinde Bern zum traditionellen Neujahrsempfang im ✓ Bundeshaus ein. Die ✓ Weibel sorgen für den reibungslosen ✓ Ablauf, der streng nach Protokoll vorgeschrieben ist. Der Zeitplan ist straff, die Rede gut einstudiert und sogar die Gesprächsdauer mit den einzelnen Delegationen wird genau festgelegt. ✓ Viele Vorbereitungen werden getroffen, der ✓ rote Teppich wird ausgerollt.  
 ✓ Falsches Verhalten schädigt den Ruf – sowohl den der Gäste wie auch den des Gastgebers. Mit dieser Zeremonie ✓ wird offiziell der Jahreswechsel begangen, aber auch diplomatische Beziehungen und Rangordnungen werden sichtbar gemacht. ✓ Die Bevölkerung kann sie sich im Fernsehen in der Tagesschau anschauen.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# DIPLOMFEIER

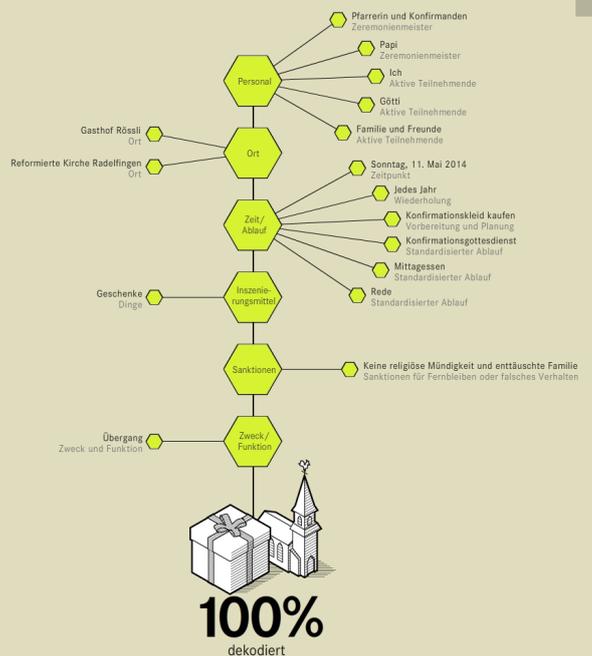
✓ Jedes Jahr ✓ eine Woche vor den Schulferien im Sommer werden die ✓ Diplome vor den Augen der ✓ Lehrpersonen und Angehörigen an die Schülerinnen und Schüler der Abschlussklassen übergeben. ✓ Die Organisation und alle Vorbereitungen, wie den Versand der Einladungen, übernimmt unser ✓ Schulsekretariat. Als ✓ Rektorin führe ich in der ✓ Aula unserer Schule in ✓ festlicher Atmosphäre durch den Abend. ✓ Begrüssung, musikalische Darbietung, Rede, Diplomübergabe, Prämierung der Bestleistungen und Verabschiedung – so läuft dieser feierliche Akt eigentlich immer ab. Die Zeremonie empfinde ich als ✓ schöner Abschluss der Schulzeit für die Schülerinnen, Schüler und ihre Angehörigen, aber auch für uns Lehrer bedeutet es Abschiednehmen.  
 ✓ Jedes Jahr erfahre ich nachträglich von Eltern, deren Kinder bei der Abschlussfeier verhindert waren, dass sowohl ihnen als auch ihren Kindern dieser offizielle Abschluss fehlte.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# KONFIRMATION

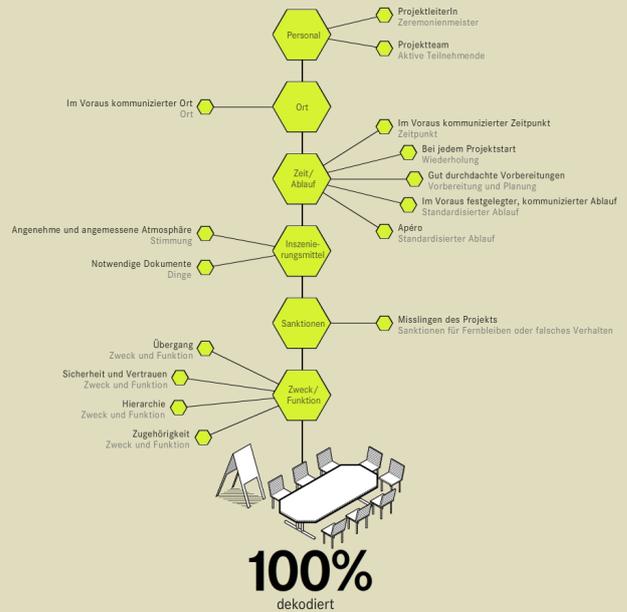
✓ Ich lade dich, lieber ✓ Götti, herzlich zu meiner Konfirmation am ✓ Sonntag, 11. Mai 2014 in der ✓ Reformierten Kirche in Radelfingen ein. Nach dem ✓ Konfirmationsgottesdienst, den ✓ wir zusammen mit unserer neuen Pfarrerin gestaltet haben, werden wir mit der ✓ ganzen Familie und allen meinen Freunden beim ✓ Mittagessen im ✓ Gasthof Rössli meine ✓ «religiöse Mündigkeit und den Wechsel ins Erwachsenenleben» feiern. ✓ Papa kann's bestimmt, wie ✓ jedes Jahr, wieder nicht lassen, eine ✓ Rede zu halten. Weisst du noch, wie lustig das bei den Konfirmationen meiner Geschwister war? Ich glaube, für ihn ist die Rede so wichtig wie für Mama meine Konfirmation. ✓ Würde ich mich nicht konfirmieren lassen und somit kein vollwertiges Mitglied der Kirche werden, wäre sie sehr enttäuscht. Ich freue mich auf dich und möchte mich schon jetzt für dein ✓ Geschenk, mein Konfkleid, bedanken. ✓ Ich habe es vorgestern gekauft – es hängt schon bei mir an der Schranktür.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# KICK-OFF-MEETING

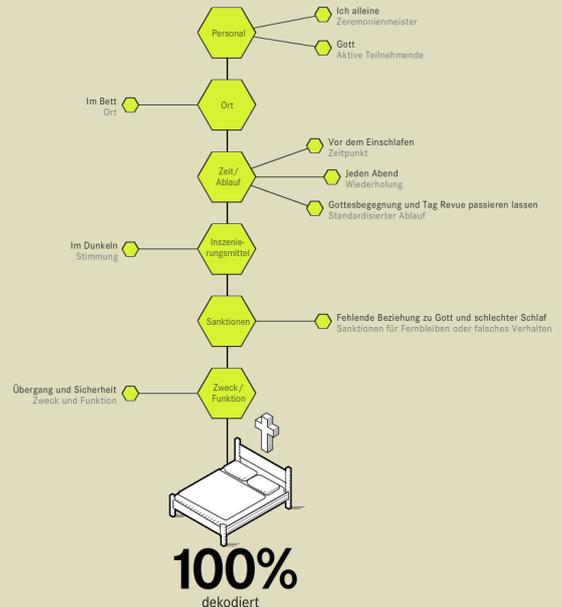
✓ Bei jedem Projektstart empfehlen wir Ihnen ein Kick-off-Meeting, das den ✓ feierlichen Start symbolisiert. Es hilft ✓ Ihnen als ProjektleiterIn, alle ✓ Teammitglieder an Bord zu holen, Vertrauen und Sicherheit zu schaffen sowie ✓ Status und Macht-positionen in einem Team zu kommunizieren. ✓ Bereiten Sie den Kick-Off gut vor und durchdenken Sie dabei auch Einzelheiten. Schaffen Sie eine ✓ angenehme und angemessene Atmosphäre und legen Sie alle ✓ notwendigen Dokumente bereit. Denken Sie daran: ✓ Mit dieser Sitzung stellen Sie die Weichen für das Projekt. Ein schlechter Start wirkt sich negativ aus. Teilen Sie ✓ Ort, ✓ Zeitpunkt und ✓ Ablauf (Begrüssung, Vorstellungsrunde, erste Informationen zum Projekt etc.) der Sitzung bereits frühzeitig allen ✓ Teammitgliedern mit und ✓ schliessen Sie das Meeting mit einem gemeinschaftlichen, informellen Ritual wie beispielsweise einem Apéro ab. ✓ Damit fördern Sie den Teamzusammenhalt.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# ABENDGEBET

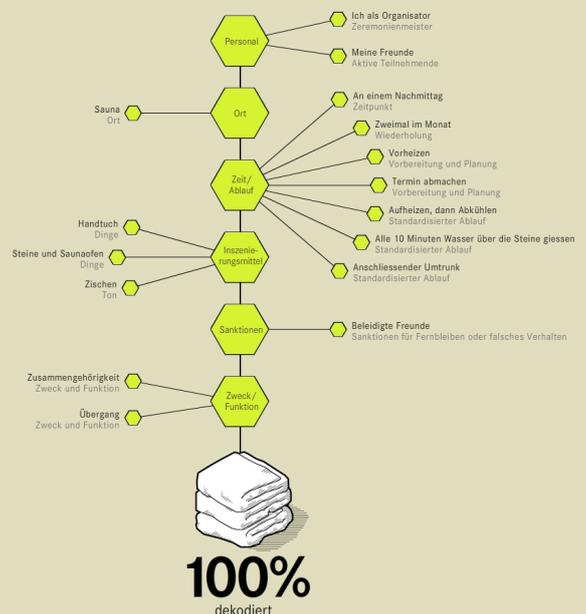
✓ Ich bete ✓ jeden Abend ✓ vor dem Einschlafen ✓ im Dunkeln ✓ im Bett für mich alleine. ✓ Ich begegne ✓ Gott, rede mit ihm, lasse den Tag Revue passieren und lege diesen vertrauensvoll in seine Hand zurück. ✓ Das gibt mir Sicherheit und hilft mir, zur Ruhe zu kommen und den Tag abzuschliessen. Ich halte mein Abendgebet immer ein und somit ✓ meine Beziehung zu Gott aufrecht. Ich habe auch bemerkt, dass ich, wenn ich das nicht mache, kaum einschlafen kann oder schlecht schlafe.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# SAUNAGANG

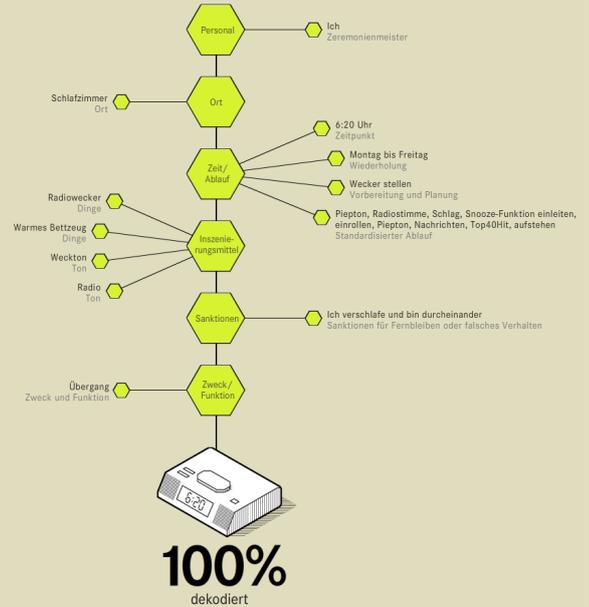
✓ Erholung, Gesundheit und Reinigung, das versprechen wir uns von dem Saunagang, für den sich ✓ meine Freunde und ich ✓ zweimal im Monat ✓ an einem Nachmittag treffen. Mit einem ✓ Handtuch bedeckt ✓ geht's ab in die Hitze, dann kaltes Wasser, dann nochmals Hitze und wieder ins kalte Wasser. ✓ Ich bin als Organisator immer für das Wässern der ✓ Steine über dem Saunaofen zuständig - ✓ alle zehn Minuten eine Handvoll Wasser - herrlich wie das ✓ zischt. Wenn wir eintreffen, ist die ✓ Sauna gotteseidank ✓ immer perfekt vorgeheizt. ✓ Beim anschliessenden Umtrunk ✓ wird jeweils das nächste Treffen abgemacht. ✓ Mein Körper hat sich bereits an dieses Ritual gewöhnt, aber auch mein Geist, denn bei dem Ganzen pflegen wir natürlich auch unsere Freundschaft. ✓ Meine Freunde nehmen es mir jedenfalls übel, wenn der Saunagang ausfällt.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# RADIOWECKER

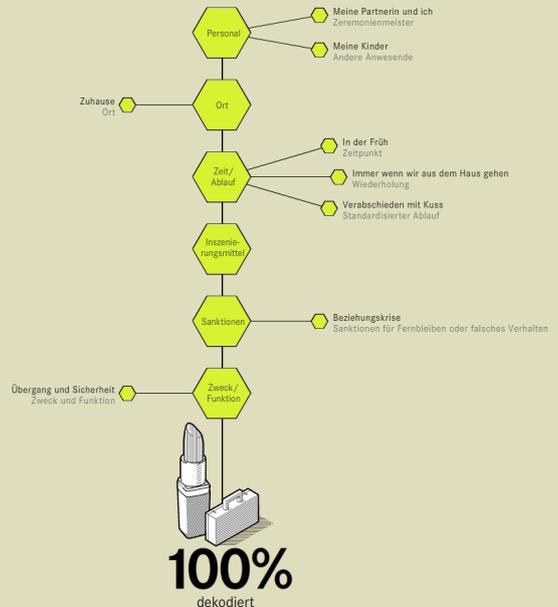
✓ Montag bis Freitag, ✓ 6:20 Uhr: ✓ dreimal ein ✓ Piepton – mein ✓ Radiowecker. «Guten Mooorgen» tönt es laut von einer aufgeweckten ✓ Radiostimme. ✓ Ich verpasse meinem Wecker einen leichten Schlag – er verstummt, die Snooze-Funktion ist eingeleitet. Ich rolle mich erneut tief in mein ✓ aufgewärmtes Bettzeug ein und bleibe liegen. Zehn Minuten später wieder: Piep, Piep, Piep, dann die Nachrichten, gefolgt von einem Top40-Hit. Jetzt stelle ich den Wecker ab, stehe auf und verlasse das ✓ Schlafzimmer. ✓ Der Alltag beginnt. ✓ Fehlt der übliche Weckdienst, habe ich vergessen, ✓ den Wecker zu stellen, wird das gewohnte Radioprogramm geändert oder funktioniert die Snooze-Funktion mal wieder nicht, verschlafe ich nicht nur, sondern bin auch den ganzen Tag durcheinander.



Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# KUSS

✓ Meine Partnerin und ich ✓ verabschieden uns ✓ zuhause ✓ in der Früh, ✓ immer wenn wir aus dem Haus gehen, mit einem Kuss.  
 ✓ Das verbindet uns. Dann ist alles in Ordnung und ich kann mit einem guten Gefühl zur Arbeit. Vor Kurzem musste ich für ein Meeting sehr früh raus und habe vor lauter Gehetze weder meine Partnerin noch ✓ meine Kinder verabschiedet.  
 ✓ Am Mittag rief mich meine Partnerin an und fragte nach, ob mit uns alles in Ordnung sei, weil ich ohne Verabschiedung das Haus verlassen hätte.

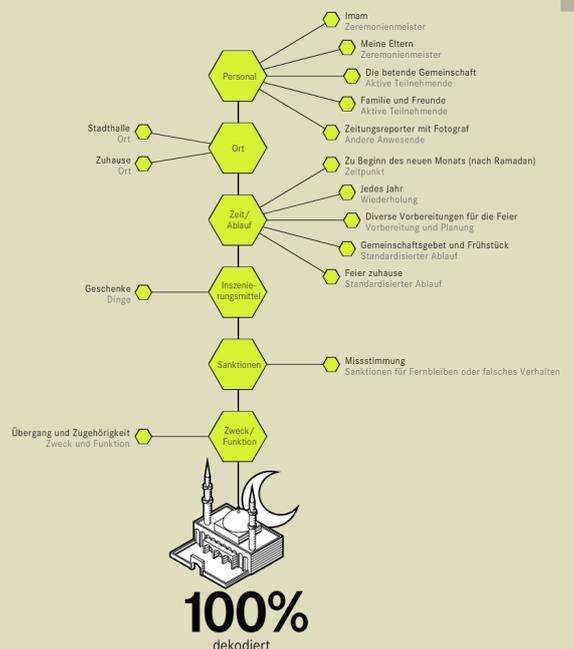


Ziehe die Fragezeichen in die richtige Box rechts:

# RAMADAN

\* Inshallah aidkom mabrouk \*

✓ Zu Beginn des neuen Monats, der nach Ramadan mit der Sichtung der neuen Mondsichel anfängt, feiern wir das Fest des Fastenbrechens. Es ist einer der höchsten Feiertage im Islam, ✓ wir schliessen damit den Fastenmonat ab. ✓ Die Festlichkeiten beginnen in der Früh mit dem obligatorischen Gemeinschaftsgebet, das vom ✓ Imam geleitet wird. Dann kommt ✓ die ganze Gemeinschaft zusammen und wir essen das erste Frühstück seit Wochen. Seit wir in der Schweiz sind, beten und frühstücken wir ✓ jedes Jahr in der ✓ Stadthalle. ✓ Danach essen und feiern wir ✓ mit Freunden und der ganzen Familie ✓ bei uns zuhause weiter. Hier bestimmen ✓ meine Eltern den Ablauf, die sich auch bereits ✓ um alle Vorbereitungen gekümmert haben. Wir Kinder erhalten dann auch ✓ Geschenke. Letztes Jahr kam sogar ein ✓ Zeitungsreporter mit Fotograf, um über unser Fest zu berichten. ✓ Würde das Fest ausfallen, wären wir alle sehr traurig.



# Auswertung des Ausstellungsbesuchs



Das hat mir gefallen. Das finde ich super.

.....

.....

.....



Da habe ich etwas dazu gelernt. Das ist neu für mich.

.....

.....

.....



Das hat mir nicht gefallen. Das stinkt mir.

.....

.....

.....



Das ist mir wichtig. Das möchte ich anderen mitteilen.

.....

.....

.....



Das kam zu kurz. Das fehlt mir.

.....

.....

.....



Das nehme ich mit. Das ist etwas HANDfestes, das ich in meinem Alltag HANDhaben will.

.....

.....

.....



## Der Lückentext der Sicherheit

Das Leben besteht aus \_\_\_\_\_. Die Übergänge von einer Phase zur nächsten sind oft mit \_\_\_\_\_ und Stress verbunden. In solchen Situationen wirken \_\_\_\_\_ Wunder. Mit ihrer Hilfe können wir uns vom \_\_\_\_\_ lösen und uns auf \_\_\_\_\_ einlassen.

In Momenten der \_\_\_\_\_ zeigen Rituale, wie wir uns zu verhalten haben. Der \_\_\_\_\_ Ablauf gibt Betroffenen und ihrem Umfeld Orientierung und \_\_\_\_\_.

Alten – Neues – Stabilität – standardisierte – Überforderung – Übergangsrituale – Veränderungen – Verunsicherung

## Wörtertausch im Tal der Traditionen

Feierliche Anlässe sind oft Rituale mit *Rituale* \_\_\_\_\_ Ablauf, die über abzugrenzen \_\_\_\_\_ weitergegeben werden. Jede Gemeinschaft kennt solche *kulturellen* \_\_\_\_\_. Sie prägen die Identität ihrer Mitglieder und sind Teil ihres *Traditionen* \_\_\_\_\_ Erbes. Unterschiedliche *fixem* \_\_\_\_\_ können sich gegenseitig beeinflussen. Sie bieten ausserdem eine Möglichkeit, sich *Generationen* \_\_\_\_\_.

### Der Buchstabensalat des Alltags

Wenn morgens die Kaffeemaschine einmal streikt, kann uns das ganz schön durcheinanderbringen. Dann merken wir, dass der Morgenkaffee mehr als nur eine

**Gew** \_\_\_\_\_ ist. Rituale bieten **Str** \_\_\_\_\_ im Tagesablauf und verleihen uns **Sic** \_\_\_\_\_.

Die gewohnten und sich wiederholenden Vorgänge haben eine wichtige Funktion in unserem **All** \_\_\_\_\_. Sei es zuhause, bei der Arbeit, in der Schule oder in der Freizeit:

Rituale sind **all** \_\_\_\_\_ und prägen unser Leben.

Finde die fünf Begriffe. Sie können waagrecht, senkrecht, diagonal, vorwärts oder rückwärts geschrieben sein.

G	E	I	S	V	K	U	E	H	Z	R	A	B	R	I
T	I	Z	I	P	O	L	L	T	A	M	I	X	U	F
R	O	T	R	S	W	E	G	L	C	I	S	F	T	Y
R	T	I	R	S	U	M	L	A	G	E	I	C	K	O
Y	B	E	L	E	H	T	R	Z	S	I	C	H	U	N
R	C	H	Q	U	A	L	L	A	B	L	G	A	R	S
S	T	R	O	G	E	W	O	H	N	H	E	I	T	G
I	Z	E	S	U	E	L	N	A	B	C	W	G	S	R
C	M	H	U	A	E	W	L	E	S	M	M	I	Z	E
A	I	C	L	R	G	L	A	N	G	W	C	P	M	O
R	K	I	T	E	N	E	I	I	G	E	W	A	N	J
M	T	S	W	A	S	T	R	R	P	G	G	L	B	V
E	X	O	I	T	I	K	R	E	K	I	L	L	A	G
N	E	N	A	C	I	S	R	F	F	I	K	T	L	Q
T	J	N	X	S	S	U	A	R	T	S	H	O	R	A

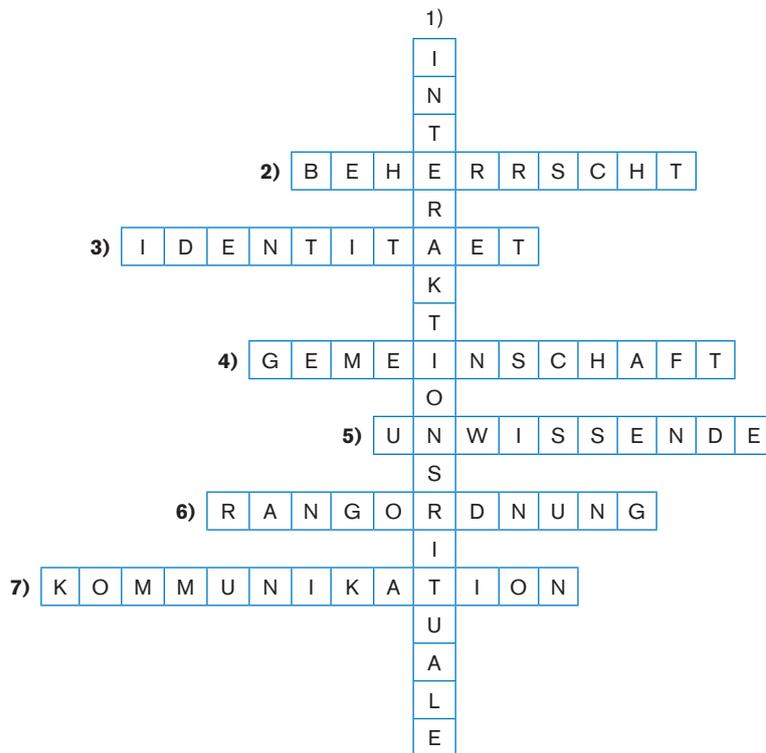
### Das ABC der Rituale – Do-it-yourself

Welches A .....		A .....
Welches B .....		B .....
Welches C .....		C .....
Welches D .....		D .....
Welches E .....		E .....
Welches F .....		F .....
Welches G .....		G .....
Welches H .....		H .....
Welches I .....		I .....
Welches J .....		J .....
Welches K .....		K .....
Welches L .....		L .....
Welches M .....		M .....
Welches N .....		N .....
Welches O .....		O .....
Welches P .....		P .....
Welches Q .....		Q .....
Welches R .....		R .....
Welches S .....		S .....
Welches T .....		T .....
Welches U .....		U .....
Welches V .....		V .....
Welches W .....		W .....
Welches X .....		X .....
Welches Y .....		Y .....
Welches Z .....		Z .....

Beispiel:

Welches A <u>hat 23 Türchen und ein Tor?</u>		A <u>Adventskalender</u>
Welches B <u>ruht in Frieden?</u>		B <u>Begräbnis</u>

### Lösungen zur Lernkontrolle



Das Leben besteht aus **Veränderungen**. Die Übergänge von einer Phase zur nächsten sind oft mit **Verunsicherung** und Stress verbunden. In solchen Situationen wirken **Übergangsrituale** Wunder. Mit ihrer Hilfe können wir uns vom **Alten** lösen und uns auf **Neues** einlassen. In Momenten der **Überforderung** zeigen Rituale, wie wir uns zu verhalten haben. Der **standardisierte** Ablauf gibt Betroffenen und ihrem Umfeld Orientierung und **Stabilität**.

Feierliche Anlässe sind oft Rituale mit **fixem** Ablauf, die über **Generationen** weitergegeben werden. Jede Gemeinschaft kennt solche **Traditionen**. Sie prägen die Identität ihrer Mitglieder und sind Teil ihres **kulturellen** Erbes. Unterschiedliche **Rituale** können sich gegenseitig beeinflussen. Sie bieten ausserdem eine Möglichkeit, sich **abzugrenzen**.

G														R
	I								A					U
		T						L						T
		I	R				L							K
		E		E		T								U
		H			A									R
		R		G	E	W	O	H	N	H	E	I	T	
		E					N							S
		H						E						
		C							G					
		I								E				
		S									G			
												L		
													L	
														A

### Das ABC der Rituale

- Abschiedskuss, Adventskalender, Alpabzug
- Baumritual, Begräbnis, Begrüssung
- Candle Light Dinner
- Diplomfeier
- Erstkommunion
- Familienfest, Firmung
- Gebet, Gutenachtgeschichte
- Halloween, Hochzeit
- Initiation
- Jubelpose
- Kindergeburtstag, Konfirmation
- Liturgie
- Maibaum
- Neujahr
- Ostern
- Polterabend, Prosten
- Ritualmord
- Schwingfest, Siegerehrung, Sonntagsbrunch,
- Taufe
- Unspunnenfest
- Vereinsversammlung
- Waschtag, Weihnachten
- YB-Wurst-Essen
- Zähneputzen, Zibelemärit

# Impressum

Diese didaktischen Materialien erscheinen anlässlich der gleichnamigen Wechselausstellung im Museum für Kommunikation vom 8. November 2013 bis 20. Juli 2014.

## TEXTE:

Ausstellung und Reiseführer:

Mia Hofmann, Thorsten Kaletsch, Mike Sommer und This Rutishauser, Biel,  
[www.textatelier.ch](http://www.textatelier.ch)

Carmen Simon, Ulrich Schenk, Museum für Kommunikation  
«Rituale in der Schule» und didaktische Materialien:

Claudia Sager, Gallus Staubli, Museum für Kommunikation

Mit herzlichem Dank an Jörg Arm, Oberstufenzentrum Bremgarten

Korrektorat:

Claudia Scherrer, [www.tipptopp.ch](http://www.tipptopp.ch)

## GESTALTUNG:

Ausstellung:

ZMIK Spacial Design, Basel, [www.zmik.ch](http://www.zmik.ch)

Ausstellungsgrafik (Landkarte, Screendesign):

Equipo Visuelle Kommunikation, Basel, [www.equipo.ch](http://www.equipo.ch)

Didaktische Materialien:

Ausstellungsfotos, Illustrationen und Layout:

Grafikatelier Saxer, Bern, [www.hannessaxer.ch](http://www.hannessaxer.ch)

Die Inhalte dieser didaktischen Materialien dürfen für schulische Zwecke frei genutzt werden. Eine weitergehende oder andere Nutzung ist mit den Rechteinhabern, dem Museum für Kommunikation in Bern, abzuklären. Es war nicht in allen Fällen möglich, die Rechteinhaber der Texte und Bilder zu eruieren. Berechtigte Ansprüche werden im Rahmen üblicher Vereinbarungen abgegolten.

Copyright: © Museum für Kommunikation, Bern, 2013

Museum für Kommunikation  
Helvetiastrasse 16  
CH-3005 Bern  
T +41 (0)31 357 55 55  
F +41 (0)31 357 55 99  
[communication@mfk.ch](mailto:communication@mfk.ch)  
[www.mfk.ch](http://www.mfk.ch)