

KONZEPT FÜR EINEN RUHERAUM AN DER KS SEETAL

Fazit der Maturaarbeit

Das im Folgenden vorgestellte Konzept bezieht sich auf einen Ruheraum für die Schülerschaft. Ziel war es, dass dieser möglichst kostenneutral angeboten werden könnte. Die Wahl der Liegen hat den grössten Einfluss auf die anfallenden Kosten. Mein Konzept schlägt aus diesem Grund einfache Liegen (Liegestühle) vor. Selbstverständlich kann von Schulseite problemlos eine kostenintensivere Liegevariante ausgewählt werden.



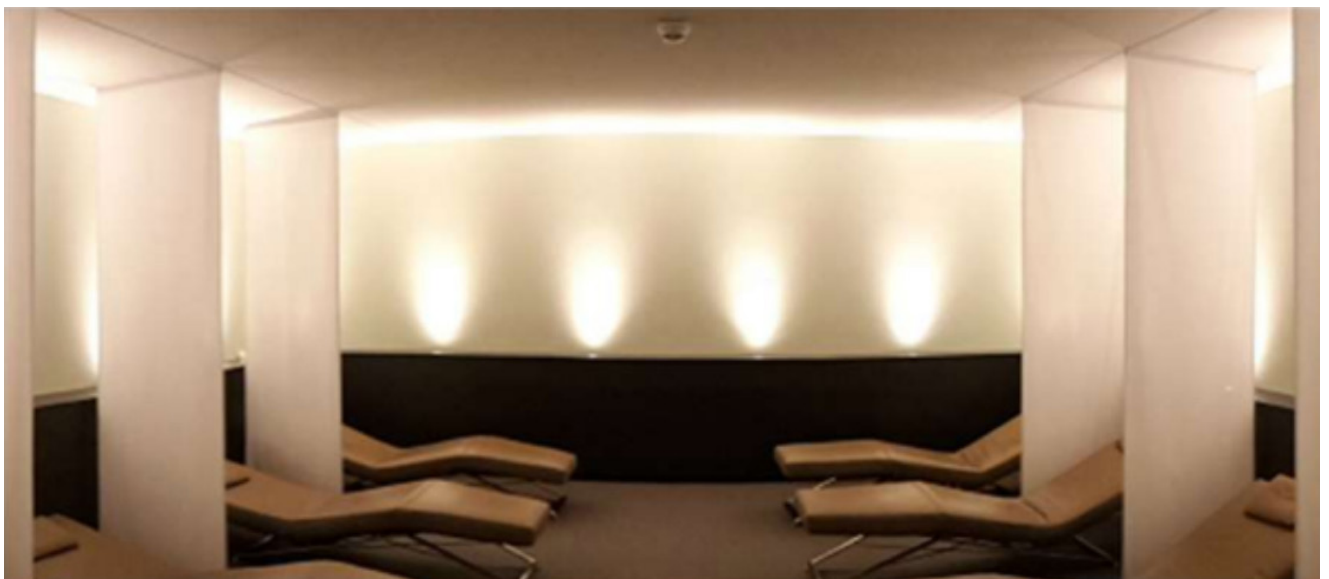
Bei der Raumauswahl sollte darauf geachtet werden, dass dieser ruhig gelegen und wenn möglich verdunkelbar ist. Meine Empfehlung ist es, mit vier bis sechs Liegeplätzen zu starten und diese Grundausstattung später bei Bedarf zu erweitern. Aus Gründen der Privatsphäre sind unbedingt Trennelemente einzuplanen. Teilweise wurden diese bei den verglichenen Räumen von Anfang an eingeplant, teilweise später, auf Wunsch der Nutzer*innen, ergänzt. Aus der Umfrage und der Kurzprobephase ergab sich, dass viele mögliche Nutzer*innen diese «Privatsphäre» wünschen.

Da ein Powernap am besten nach dem Mittagessen bis zum mittleren Nachmittag wirken soll, wird zunächst eine Raumöffnungszeit von 12.15 bis höchstens 16.00 Uhr vorgeschlagen. Für die Nutzung des Raumes sollen verbindliche Regeln (Handy lautlos, Silentium, Umgang mit Material, ...) aufgestellt und eingefordert werden.

Der Raum könnte unbetreut oder betreut zur Verfügung gestellt werden. Vorgeschlagen wird eine Mischform, indem beispielsweise an gewissen Tagen von 12.15 bis kurz nach 13.00 Uhr eine Betreuungsperson vor Ort ist. Diese wäre Ansprechperson, kann einen ruhigen Wechsel unterstützen, Bedürfnisse aufnehmen, Regeln einfordern und ist nahe am Geschehen. Überdies könnte sie Besucherzahlen aufnehmen, Änderungen vorschlagen und Powernaps in geschütztem Rahmen anbieten.

Betreuungspersonen könnte man aktiv an der Schule suchen, indem man die Möglichkeit bietet, eine Woche (40 Stunden) des Sozialeinsatzes auf diese Weise zu leisten. Einer Betreuungsperson könnte ein fixer Wochentag zugeteilt werden. Es würden sich also mehrere Personen nebeneinander diese Arbeit teilen. Die Schule könnte die Betreuung dadurch kostenneutral anbieten. Im Bereich der allgemeinen Kosten ergeben sich je nach Wahl der Liegen und Zusatzausstattungen wie Trennelemente, dimmbares Licht, Kissen etc. grosse Unterschiede. Mit 2000 bis 3000 Franken ist mindestens zu rechnen, auch wenn man bei einer «Liegestuhlvariante» bleibt. Allenfalls könnte man einzelne Klassen im BG-Unterricht bei der Gestaltung des Raumes mithelfen lassen und so die Kosten minimieren.

Es könnten auch Sponsoren aus der näheren Umgebung gesucht werden, die bereit wären, einen fixen oder beliebigen Betrag oder ganz konkret beispielsweise eine Liege zu finanzieren. Bei der Planung des Ruheraumes gilt es abzuklären, ob man den Schülerrat oder eine neu gebildete Gruppe in diesen Prozess einbeziehen möchte.



Könnte so der Powernap-Raum der KS Seetal aussehen? Ruheraum Studentenschaft der HSG.

Eine kurze Einführung zu Powernapping vor Eröffnung des Raumes wäre wünschenswert, in den Folgejahren könnte dieses Thema im Fachbereich überfachliche Kompetenzen thematisiert und allenfalls ausprobiert werden.

In regelmässigen Abständen soll evaluiert werden, ob sich der Ruheraum in der gewählten Form bewährt oder Anpassungen vorgenommen werden müssen.

Ich empfehle die Planung und Umsetzung von zwei Ruheräumen, einen für die Lehrpersonen und Mitarbeitenden, den anderen für die Schülerinnen und Schüler.

Je nach finanziellen Möglichkeiten der Schule könnten die Liegen für die Lehrerschaft und Mitarbeitenden etwas luxuriöser ausgewählt werden. Aus meiner Sicht kann dieser Raum unbetreut zugänglich gemacht werden und auch bei den Öffnungszeiten gibt es mehr Spielraum.

Anna-Lena Kneubühler, Dezember 2020