

# **Welche Rituale benutzt ihr in der Grundschule um die Klasse leise zu bekommen ?**

**Beitrag von „CDL“ vom 14. November 2023 10:03**

## Zitat von Conni

Bei Erwachsenen schreibst du "Gongmeditation" ran und nimmst Geld dafür. (Also zumindest in Berlin:)

Genial. Ich bestehe allerdings darauf, während der Mediation **Meditation** 45min an einer Erdbeere achtsam nuckeln zu dürfen, sonst wirkt die Meditation einfach nicht. Bitte in der Ausschreibung deiner Fortbildung unbedingt mit bedenken. 