



Vom Sinn des Unsinn - Kinder gehen eigene Wege, um sich die Welt spielerisch anzueignen

Oggi Enderlein, Berlin 2018

Aus Sicht vieler Erwachsener sollten Kinder sich bevorzugt mit Spielen beschäftigen, bei denen sie etwas Vernünftiges lernen: Regeln befolgen, Emotionen unter Kontrolle bringen, sich konzentrieren. Auch das Üben von Feinmotorik, strategischem Denken und Teamfähigkeit sind gewünschte Spielinhalte. Und natürlich sollen Spiele Wissen vermitteln. Für Kinder sind aber oft genau die Spiele am attraktivsten, die aus Sicht von Erwachsenen nichts anderes sind als Unsinn.

Die positiven Aspekte des selbstkreierten Spiels

Kinder lieben vermeintlich lästigen, ungezogenen, sogar gefährlichen Unsinn. Und der wird von Erwachsenen leider viel zu oft unterbunden; zum Beispiel Bottle-Flip, oder Schneeballschlacht, oder Kirschkerne spucken, oder Plantschen in öffentlichen Brunnenanlagen, oder Versteck-Spiel und Höhlen bauen im Gebüsch der Grünanlage, oder miteinander kämpfen, oder, oder...

Offensichtlich spüren Kinder intuitiv, dass auch – oder gerade? – Unsinn- und Quatsch machen durchaus einen Sinn ergeben. Auf jeden Fall führt der Spaß dabei zur Ausschüttung von Glückshormonen und zum Abbau von Stresshormonen. Dies ist den Kindern natürlich nicht bewusst, es macht sich aber in ihrem Verhalten – nach dem Spiel – bemerkbar, weil sie ausgeglichener sind. Erfahrene Pädagoginnen und Pädagogen wissen diesen Effekt zu schätzen. Sie reagieren mit Wohlwollen und Verständnis auf das chaotische Treiben. Das Ergebnis von Studien zur psychischen Gesundheit von Kindern im Schulalter bestärkt die Haltung dieser Lehrkräfte und Erziehenden: schon ab der zweiten Klasse zeigen viele Kinder (ca. 10- 20 Prozent) Symptome von Angststörun

gen oder Depressionen. Und viele leiden regelmäßig – mindestens einmal pro Woche – unter Kopf- oder Rückenschmerzen, Schlafstörungen, Nervosität. Das weist darauf hin, dass zu vielen Kindern in unserem Land das befreiende, lustvolle, ausgelassene Spiel fehlt.

Unbeobachtete Freiräume

Der psychische Druck wird oft – und leider oft zu Recht – mit den Anforderungen der Schule in Verbindung gebracht. Allerdings ist anzunehmen, dass der Leistungsdruck in früheren Generationen nicht geringer war. Kinder hatten damals jedoch mehr Freiräume, in denen sie weitgehend unbeobachtet selbstbestimmt und frei zusammen spielen und eben auch Unsinn machen konnten.

Viele Aktivitäten, die sich Kinder selbst ausdenken und die sie scheinbar ohne Sinn und Verstand spielen, sind aber nicht nur für die emotionale Ausgeglichenheit wichtig. Wenn Kinder im Alter zwischen Einschulung und Jugendalter zusammen spielen, ist sehr oft Bewegung ein zentrales Spielelement. Das tut der körperlichen Entwicklung und Gesundheit gut und macht den Kopf frei. Die Bewegungszeiten von Kindern im Grundschulalter liegen aber weit unter den Anforderungen der Weltgesundheitsorganisation: Im Alter von elf Jahren erreicht nur jedes fünfte Mädchen und jeder vierte Junge die von der Weltgesundheitsorganisation geforderte Zeit von einer Stunde moderater Bewegung pro Tag.

Bottle-Flip bringt Bewegung ins Spiel

Welche Rolle Spaß-Spiele darüber hinaus für die gute gesunde Entwicklung der Kinder spielen, zeigt das Beispiel des Bottle-Flips: Bei diesem simplen, kostenlosen Spiel geht es darum, eine

teilweise mit Wasser gefüllte Plastikflasche so in die Luft zu schleudern, dass sie nach einem Salto wieder senkrecht auf dem Boden zum Stehen kommt. Es wurde offenbar an manchen Schulen so grenzenlos und ununterbrochen gespielt, dass es schließlich untersagt wurde.

Was aber bringt den Kindern dieses scheinbar sinnlose Spiel? Es bringt sie in Bewegung. Es trainiert Koordinationsfähigkeit, Selbstkontrolle, Konzentrationsfähigkeit und Durchhaltevermögen. Die Kinder spielen mit physikalischen, technischen, vielleicht sogar mathematischen Phänomenen. Die Raumvorstellung wird geschult, was für das Verständnis von Geometrie von Vorteil sein kann. Würden Lehrkräfte diese Effekte erkennen und für ihren Unterricht nutzen, würden sie sich vielleicht durch das Spiel auch weniger gestresst fühlen. Wie die meisten selbst inszenierten Aktivitäten "von großen Kinder" macht auch dieses Spiel am meisten Spaß, wenn man es zusammen mit anderen spielt. Das fördert die Entwicklung sozialer Kompetenzen.

Der Grund, dass Erwachsene solche Spiele unterbinden, liegt wohl vorwiegend in ihrer Sorge, dass die Kinder Schaden anrichten oder stören

könnten. Im Vergleich zum Gewinn, den freies, ausgelassenes, vermeintlich sinnloses Spiel bringt, sind "Kollateralschäden" aber selten und eher gering. Statt diese Spiele zu untersagen ist es sinnvoller, sie mit klaren Regeln zuzulassen: Nach dem Prinzip: Keiner darf dem anderen absichtlich weh tun. Oder: ihr könnt spielen, aber nicht hier, sondern dort; nicht jetzt, aber dann; nicht so, sondern so; nicht mit diesem, aber mit jenem.

Wenn Erwachsenen bewusster wäre, wie wesentlich das eigenständige, ausgelassene, raumgreifende, laute Spiel für die geistige, körperliche, emotionale und soziale Entwicklung der Kinder ist, wären wir einen Schritt weiter zu einem kinderfreundlicheren Deutschland.

Autorin

Oggi Enderlein, geboren 1947 in Bogotá, ist Diplompsychologin. Nach langjähriger Tätigkeit als Kinder- und Jugendpsychologin für verhaltensauffällige Kinder arbeitet sie seit einigen Jahren freiberuflich als Supervisorin, Fachhochschuldozentin und in der Erwachsenenbildung.