

# Kinder müssen das Spielen wieder lernen

Leise sind die Pausenplatzspiele verschwunden. Zu laut ist die Werbung für kommerzielles Spielzeug. Das ist kein Pamphlet gegen Computerspiele und Pokémon. Aber eine dringend nötige Erklärung, was alles Schaden nimmt, wenn Kinder nicht lernen, frei zu spielen.

Sabine Kuster

Die Kieselsteine liegen hart und glatt in der Hand. Jeder anders geformt. Im Schulhaus Weiach hat ein Drittklässler in einem Wurfspiel so viele Steine abgeräumt, dass sie ihm jetzt durch die Finger purzeln und die Hosensäcke wölben. «Zu Hause», sagt der Vater, «spielt er nur Fussball oder hängt am Computer.» Er zuckt mit den Schultern, selber sei er kein Fussballfan und habe als Kind draussen Versteckis gespielt oder Fangis.

In der Schule Weiach ZH unten am Rhein war am Dienstag Spieltag. Die Eltern waren auch eingeladen, Spielpädagoge Hans Fluri war mit seinen tausend Ideen zu Gast. Im hinteren Teil der Turnhalle hauen drei Buben mit Plastikrohren aufeinander ein. Dann entdecken sie den grossen Fallschirm am Boden. Ein Bub setzt sich hin und versucht, mit dem Rohr Luft unter den Schirm zu blasen. Die anderen machen es ihm nach. Sie kichern.

Schulleiter David Leipold begründete den Anlass so: «Wenn die Kinder im Spiel Strategien lernen, lernen sie das Lernen.»

## Den Kindern bleibt keine Zeit für eigene Ideen

Aus der Freizeit wird das Spiel immer mehr verdrängt. Es gibt Kindergärtler, die besuchen wöchentlich einen Schwimmkurs, den FC, eine Märlistunde. Spielpädagogin Susanne Stöcklin-Meier kennt einen solchen Fall. Sie findet, es werde zu viel organisiert für die Kinder und immer komme etwas Neues. «Das gibt dem Gehirn keine Zeit, um starke Verknüpfungen zu machen. Kinder lernen erst nach der x-fachen Wiederholung. Erst dann können sie drauf aufbauen.»

Mit den gutgemeinten Freizeitaktivitäten werden Kinder fremdbestimmt. Es bleibt wenig Zeit, um mit einem Plastikrohr einen Fallschirm aufzublasen.

Es hat sich etwas verkehrt. An Schulen wird gespielt. In der Freizeit wird gefördert.

Die Zeit, welche den Kindern fehlt, um selber zu planen und Einfälle zu ha-

ben, wirkt sich negativ auf ihre Psyche aus. Laut einer Auswertung des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan) hat die Zahl der Psychiatriebesuche von Kindern und Jugendlichen in den letzten zehn Jahren um 64 Prozent zugenommen. Leistungsanforderungen, gestresste Eltern, die Digitalisierung... über die Ursachen wird längst diskutiert. Aber selten, was dagegen hilft.

## Eigentlich wär's beste Vorbereitung fürs spätere Arbeitsleben

Hört man dem St. Galler Kinderneurologen Markus Weissert zu, dann wäre das freie Spiel ein richtiges Wundermittel, um Grundlegendes zu lernen: Flexibilität, Kreativität, Empathie, Sozialkompetenz. «Also genau das, was die Berufswelt heute fordert», sagt Weissert. «Die Eltern organisieren so viel – warum nicht auch das Rausgehen ohne Ziel? Die Kinder lernen selber, aber nur, wenn wir ihnen die Gelegenheit dazu geben.»

Im Wald, am Bach, halt in Umgebungen, deren Zweck nicht vorge-schrieben sind. Ein Ort mit Holzrugeln vielleicht, ein Laubhaufen, ein Hügel. «Unaufgeräumte Orte mit einer hohen Biodiversität sind immer auch gut für Kinder», sagt Weissert. Diesmal meint

## Haben Sie als Kind richtig gespielt?

- Ich kenne das Kitzeln, wenn sich ein Regenwurm auf der Hand windet.
- Ich weiss, wie ein Kielstein im Mund schmeckt.
- Ich weiss, wie es sich anfühlt, wenn nasse Kleidung am Körper klebt.
- Ich erinnere mich an die Aufregung, wenn wir Geheimnisse vor Erwachsenen versteckten.
- Ich kenne das Sauggeräusch, das entsteht, wenn man einen Fuss aus dem Schlamm hebt.
- Ich weiss, wie frisch geschnittenen Holz riecht.
- Ich erinnere mich an das Geräusch des Jackenstoffs, der reisst, weil er sich in den Dornen verheddert hat.

er nicht ihre Psyche oder Kompetenzen, sondern schlicht die körperliche Gesundheit. «Es ist erwiesen, dass ein vielseitiger Boden das Immunsystem der Kinder trainiert und so vor späteren Krankheiten wie Allergien und entzündlichen Darmerkrankungen schützt.» Beides komme heute immer häufiger vor. «Kinder brauchen das Mikrobiom der Natur.»

Das Spiel draussen beinhaltet auch die Bewegung, an der es vielen Kindern mangelt. Und Tageslicht: Die Kurzsichtigkeit bei Kindern nimmt nicht nur in asiatischen Ländern drastisch zu, sie steigt auch hierzulande. Zu wenig Tageslicht und zudem das Starren auf nahe Objekte kann zu einer Verlängerung des Augapfels führen. Schon nur deswegen sollten sich Kinder eine, besser zwei Stunden draussen aufhalten. Doch eine Studie der Pro Juventute hat 2016 ergeben, dass es bei den 5- bis 9-Jährigen nur 47 Minuten pro Tag sind.

«Mit Hunden gehen wir täglich raus in den Wald», sagt Weissert. «Mit Kindern sollten wir das auch tun.»

Man könnte die Kinder auch alleine rausschicken. Aber selbst Familien-Quartiere sind heute manchmal nur abends und an Wochenenden belebt – dann, wenn die externe Betreuung zu Ende ist. Denn viele Mütter sind heute berufstätig – und wenige Väter arbeiten Teilzeit. Beim Nachbarskind spontan zu läuten ist keine verbreitete Praxis mehr. Eher verabreden die Eltern ihre Kinder via Smartphones – das berichtet auch eine Mutter in Weiach. Und so spielt dann nur ein Kind bei einem anderen.

Freies Spiel hat auch im Haus Platz. Aber Eltern müssen lernen, sich nicht ständig einzumischen. Eine noch laufende Pilotstudie der Pädagogischen Hochschule Zürich PHZH und des Marie-Meierhofer-Institutes für das Kind gibt Hinweise darauf, dass genau dies wichtig ist, um «Playfulness», also Spielfreude und -kompetenz, zu fördern. 76 Eltern von 2- bis 8-Jährigen wurden gefragt, wie spielmotiviert sie ihre Kinder einschätzen. Andererseits wurde evaluiert, wie stark sich die Eltern am Spiel beteiligen. Erziehungswissenschaftlerin Corina Wustmann



Zwei kleine Piraten auf ihrem Schiff – Kinder lernen am meisten, wenn sich das Spiel frei weit-

Seiler von der PHZH sagt: «Eltern, dieangaben, selten am Spiel teilzunehmen, schätzten ihr Kind spielfreudiger ein.» Und Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm schreibt, Erwachsene dürften durchaus eingreifen, aber immer mit dem Ziel, sich wieder «auszufädeln». Das fällt vielen Eltern schwer. «Besonders Mütter kommentieren ihre spielenden Kinder ständig», sagt Weissert. Er ist absolut dagegen, dass Eltern das Kind vor jedem Sturz ins Gras schützen oder verhindern, dass es sich eine Ladung Schlamm aus dem Kessel übers Knie leert. «Kinder müssen ein Lexikon an Sinneserfahrungen anlegen, und das ist nur in der Natur möglich. Nur dort riecht es auch vielfältig.»

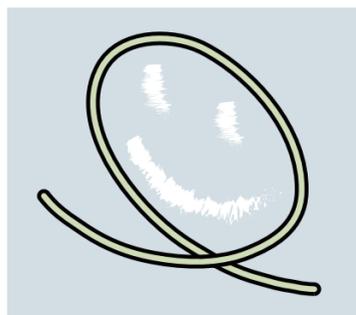
Die Spielpädagogen reden gerne von Sand, Steinen, Kastanien, Käfern. Von Anfassen, riechen, erleben, um die richtigen Verbindungen im Gehirn zu knüpfen. Von «Zeug zum Spielen» statt Spielzeug, wie es Susanne Stöcklin beschreibt. Andreas Rimle von der Onlineplattform Spielschweiz sagt: «Kinder, die frei mit anderen spielen, sagen: «Lass uns eine Hütte bauen! Gibst du mir das Brett da? Ich baue noch einen Kamin!» Sie setzen Ideen um, sie planen, planen neu, sehen, ob etwas funktioniert. Und sie geniessen es, wenn keiner ständig sagt, dass er es besser weiss.» Sie lernen dabei Eigenverantwortung, sich auf etwas zu konzentrieren und dass sie aus sich selber etwas

**Acht Tipps, um das freie Spielen zu fördern** Text: Niklaus Salzmann, Illustration: Lea Siegwart



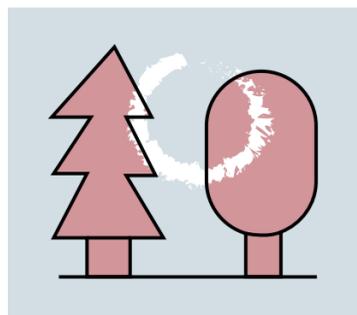
### Gute Kleidung

Die richtige Kleidung ermöglicht alle Spielvarianten bei jedem Wetter. Kleider sollen deshalb nicht nur vor Kälte und (bei tiefen Temperaturen) vor Nässe schützen, sondern auch so richtig dreckig werden dürfen.



### Spielmaterial statt Spielzeug

Einschränkend wirkt alles, was den Kindern vorgibt, wie damit zu spielen ist. Also weg mit Bagger, Spielküche und Rennbahn, her mit Steinen, Schnur und Ästen. Auch Utensilien wie Schere und Leimstift regen die Kreativität an.



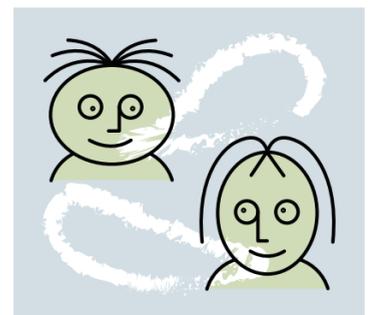
### Raus in die Natur

Draussen müssen sich die Eltern nicht um zerbrochene Lampen oder schmutzige Sofas sorgen. Ob Laub oder Tannzapfen, Spielmaterial ist immer da. Und im Gegensatz zu Spielplätzen sind Wälder und Gewässer jeden Tag anders.



### Platz geben auch im Haus

In der Wohnung kann ein Zimmer (nebst dem Kinderzimmer!) definiert werden, wo die Kleinen Tische, Stühle, Bücher zweckentfremden und die Werke über Nacht stehen lassen dürfen. Der Auf-räumzeitpunkt wird vorher festgelegt.



### Fremde Kinder

Andere Kinder haben andere Ideen. Wer die Nachbarskinder in den Wald mitnimmt, sorgt so für mehr Abwechslung und Möglichkeiten im Spiel – und der Nachwuchs erlernt dabei soziale Kompetenzen.

n



erentwickeln kann.

Bild: Plainpicture

viel Geld und zudem wird dem Kind der Stempel «ungenügend» aufgedrückt.» Allerdings sind sich manche Eltern des Problems auch durchaus bewusst und schicken die Kinder deshalb in Waldspielgruppen oder -kindergärten: Sie organisieren ihnen die Freirauminseln.

#### Für Jasskarten macht niemand Werbung

Im Zimmer der 2.-Klass-Lehrerin Karin Ochsner in Weiach spielen die Kinder mit Jasskarten und Schnüren. Es sind diese alten Fingerspiele, bei denen man einander die gespannten Fäden immer wieder abnimmt. Karin Ochsner sagt, sie würde ohne weiteres künftig mal eine Deutsch- oder Mathematikstunde für so was opfern. «Diese Spiele fördern das logische Denken, aber vor allem gibt es den Kindern Selbstvertrauen, wenn sie etwas beherrschen und es den anderen beibringen können.» Es gebe hundert Spiele, die man mit Jasskarten machen könne, bei den Pokémon-Karten hingegen gehe es vor allem ums Besitzen. «Von Pokémonkarten hat man immer zu wenig, die Schüler klauen sie sich. Jasskarten hat man meist genug.»

Mit Jasskarten lässt sich kein Geschäft machen. Mit Schnüren schon gar nicht. So kommt es, dass diese Spiele, wie auch solche mit Murmeln oder Steinen verschwunden sind aus dem Alltag. Es gibt niemanden, der sie vermarktet. Es gibt keine Werbung dafür. Es ist nichts, mit dem man prahlen kann. Prahlen kann man nur mit der Fertigkeit.

Karin Ochsner sagt, die Kinder würden in der Pause, wenn sie nicht tschütten, meist sitzend das Znüni essen und reden. «Sie kennen keine Spiele für die kurze Pausenzeit.» Nun hoffen die Lehrer, dass einige der gelernten Spiele auf dem Pausenplatz überleben werden.

Der Besuch will gehen, da stellt sich ihm ein 2.-Klässler in den Weg. «Kann ich Ihnen erkläre wie «Lügen» geht?» Der Bub erklärt eifrig und der Besuch versteht: Man gibt eine Jasskarte weiter und behauptet es sei eine bessere, egal ob es stimmt. Nein, sagt der Bub, zu Hause spiele er das nicht, er habe keine Jasskarten. Aber Pokémon.

bewirken und schaffen können. Und das erst noch mit Vergnügen.

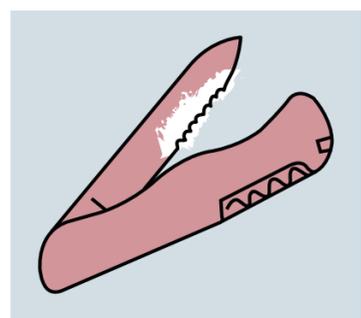
Margrit Stamm hat schon 2014 festgestellt, dass das freie, vom Kind initiierte Spiel innert 15 Jahren um einen Drittel zurückgegangen sei und dass manche Eltern es als reine Zeitverschwendung empfinden würden. Auch Kindergartenlehrpersonen oder Erzieher wollen oft eher «etwas Lehrreiches und Ernsthaftes» tun. Etwas Richtiges beibringen halt.

#### Später wissen Jugendliche nicht, wie sie sich beschäftigen können

Das wirkt sich bis auf die Jugend aus. Jene Jugend, von der die Weltgesundheitsorganisation WHO letzte Woche

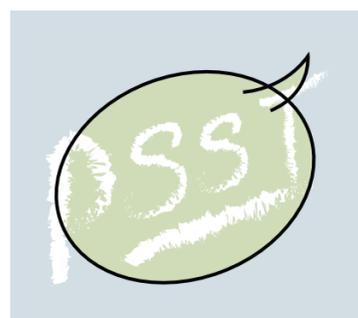
meldete, sie bewege sich zu wenig: 89 Prozent der 11- bis 17-Jährigen in der Schweiz sind weniger als eine Stunde pro Tag körperlich aktiv. Weltweit sind es 80 Prozent. Wer nicht weiss, was mit sich anzufangen, lässt sich eher von digitalen Medien einlullen, als dass er seine Muskeln für etwas brauchen würde.

Spielpädagogin Stöcklin ist überzeugt: «Es findet ein epochaler Umbruch statt, und wir wissen nicht, wo es hinführt, wenn die Kindern ihre Sinne nicht entwickeln.» Einiges sei schon jetzt sichtbar: Mehr Kinder, die in Sprache, Motorik oder dem Umgang mit anderen gefördert werden müssen. «Diese Nachförderungen kostet wahnsinnig



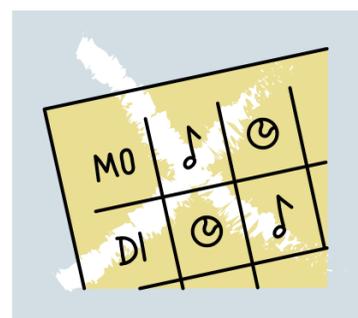
#### Risiken an den Hörnern packen

Nur wenn Kinder mit Gefahrenquellen wie Messern, Feuer oder Gewässern in Kontakt kommen, lernen sie, damit umzugehen. Einfache Regeln helfen («immer im Sitzen und vom Körper weg schnitzen»).



#### Schweigen ist wertvolle Erziehung

Mutter und Vater haben dem Kind enorm viel Wichtiges mitzugeben. Und vergessen dabei zuweilen, dass die vom Kind ganz allein gemachten Erfahrungen am lehrreichsten sind und am besten in Erinnerung bleiben.



#### Zeit freiräumen

Klar lernt das Kind im Tennis und im Klavierunterricht etwas Schönes. Doch beim freien Spielen erworbene Kompetenzen sind vielfältiger und fürs spätere Leben extrem wichtig. Es lohnt sich, auf organisierte Kurse zu verzichten. (nsn)

#### Gebucht

## «Bei mir gibt es keinen Raum ohne Buch»

Warum sich Bundesrätin Karin Keller-Sutter eine Begegnung mit Joachim Gauck wünscht.



Karin Keller-Sutter, 55, liest Bücher gedruckt. Bei den Zeitungen ist sie auf online umgestiegen.  
Bild: Keystone

#### Welche Bücher liegen auf Ihrem Nachttisch??

**Karin Keller-Sutter:** Auf dem Nachttisch keines. Bücher begleiten mich sonst an vielen Orten. Und mindestens eines trage ich immer in meiner Tasche mit mir, denn ich habe hin und wieder Zeit, um ein paar Seiten zu lesen: im Zug, im Auto, manchmal sogar über Mittag im Büro. Im Moment gerade «Europadämmerung» von Ivan Krastev.

#### Wie viele Bücher haben Sie zu Hause?

Ich habe sie nicht gezählt, es sind sehr viele. Obwohl mein Mann immer wieder aussortiert. In meiner Wohnung gibt es fast keinen Raum ohne Bücher.

#### Wie lesen Sie?

Bücher nur gedruckt. Hingegen bin ich bei Zeitungen und Journalen auf die elektronischen Versionen umgestiegen, die lese ich auf dem Tablet.

#### Kritzeln Sie Ihre Bücher mit Ihren eigenen Gedanken voll?

Ja, ich streiche viel an, kritzle ein Ausrufezeichen an den Rand oder schreibe Kommentare rein. Ich halte einen Gedanken fest und denke ihn später weiter. Das macht viel vom Reiz des Lesens aus.

#### Gibt es ein Jugendbuch, das Sie auch als Erwachsener nochmals gelesen haben?

**Mit welchem Ergebnis?**  
Ich habe schon früh viel gelesen. Und bei einigen Büchern später gemerkt: Damals habe ich nicht alles verstanden. Als Jugendliche zum Beispiel war es Mode, Hesse zu lesen – «Siddhartha» etwa. Das habe ich damals natürlich nicht so richtig begriffen. Es hat sich gelohnt, dass ich das Buch später nochmals gelesen habe.

#### Welches Buch hat Ihr Leben verändert? Und warum?

Geprägt hat mich «Die Benediktinsregel» vom Gründer des Benediktinerordens. Das Buch aus dem 6. Jahrhundert enthält Ratschläge für das Zusammenleben und die Führung, die auch nach über 1400 Jahren noch inspirieren können. Mir hilft es immer wieder, mich auf das Wichtige im Leben zu besinnen, Gelassenheit und Demut zu finden – eigentlich eine Lebenshilfe.

#### Wie stossen Sie auf neue Bücher?

Ich lese Rezensionen oder Porträts von Autorinnen und Autoren in den Zeitungen. Auch Empfehlungen von Freunden und Bekannten sind mir wichtig.

#### Welche drei – zeitgenössischen oder bereits verstorbenen – Autoren möchten Sie zu einem Nachtessen gemeinsam einladen?

Ich würde Friedrich August von Hayek, Karl Popper und Joachim Gauck einladen – das gäbe bestimmt einen überaus spannenden Abend. Wir wären uns wohl einig bei der zentralen Bedeutung des Rechtsstaats. Und die Diskussion über den Stellenwert der Freiheit in der modernen Gesellschaft mit den drei Herren stelle ich mir sehr inspirierend vor.

#### Und mit welcher Romanfigur würden Sie gern ein bisschen plaudern? Und über was?

Anna Karenina wäre eine spannende Gesprächspartnerin, davon bin ich überzeugt. Sie fasziniert mich, weil sie mutig den gesellschaftlichen Konventionen ihrer Zeit getrotzt hat und ihren eigenen Weg gegen alle Widerstände gegangen ist – was schliesslich zu ihrem Untergang geführt hat.

#### Welches Buch haben Sie nie zu Ende gelesen? Warum?

Einige. Immer wieder. Ich habe die Hemmungen abgelegt, Bücher fertig lesen zu müssen. Es ist ein bisschen wie beim Essen: Wenn es nicht schmeckt, schöpfe ich kein zweites Mal. Und wenn ich in ein Buch, in die Geschichte nicht rein komme, feststecke und nach hundert Seiten merke, ich kann nichts damit anfangen – dann lege ich ein Buch zur Seite.

#### Welches aktuelle Buch empfehlen Sie unseren Lesern? Und warum?

Da muss ich nicht überlegen, es ist «Toleranz: einfach schwer» von Joachim Gauck. Seine Ausführungen über die Bedeutung und die Grenzen von Toleranz sind sehr anregend: Was hält die Gesellschaft zusammen? Besonders interessant ist es, wenn Gauck sich diese Gedanken im Kontext seiner eigenen Lebensgeschichte macht. In diesem Buch habe ich einige Stellen markiert.