

Leitartikel Schwerpunkt: Kompetent durchs Leben

In den letzten Jahren hat man sich in diversen Bereichen unter anderem in der Bildungslandschaft weg von der Input-Orientierung, also möglichst viel Wissen in die Schüler hineinzupacken, hin zu der Orientierung am Output entwickelt – also was können die Schüler anwenden, sprich welche Kompetenzen besitzen sie. So muss beispielsweise ein Student Soziale Arbeit / Sozialpädagogik seinen Leistungsnachweis in der Praxis mittels Kompetenzerwerbsplanung erbringen, oder im neuen Lehrplan 21 wird der Bildungsauftrag an die Schulen kompetenzorientiert beschrieben. Höchste Zeit sich mit dem Begriff Kompetenz auseinanderzusetzen!

Unter Kompetenzen versteht man allgemeine Dispositionen von Menschen zur Bewältigung bestimmter lebensweltlicher Anforderungen. Eine Kompetenz ist somit die Fähigkeit einer Person, eine bestimmte Aufgabe in einer konkreten Situation adäquat ausführen zu können. Kompetenzen sind nicht direkt sichtbar, sondern immer nur über die tatsächliche Ausführung einer Aufgabe in einer bestimmten Situation, der sogenannten Performanz erschliessbar.

Der Kompetenzbegriff umfasst verschiedene Elemente: Menschen haben unterschiedliche Dispositionen sprich Leistungsvoraussetzungen. Kompetenzen sind jedoch erlernbar und grenzen sich somit von angeborenen Eigenschaften, den Begabungen ab. Der Kompetenzerwerb kann somit durch pädagogische Massnahmen beeinflusst werden. Kompetenzen sind oft situationsbezogen. Das heisst sie werden in einer konkreten Situation erworben und können in ähnlichen Situationen wieder angewendet werden. Im Idealfall werden die Kompetenzen variabel und können auch in neuen Begebenheiten angewendet werden. Kompetenzen verbinden Wissen und Können zu Handlungsfähigkeit. Die Motivation

zum Erwerb und der Anwendung von Kompetenzen ist ein sehr einflussreicher Faktor. Je motivierter wir für den Erwerb von Kompetenzen sind, desto erfolgreicher fällt der entsprechende Lernprozess in der Regel aus.

Die aktuelle Ausgabe des Spielinfos widmet sich den Lebenskompetenzen, gerne auch »Life Skills« genannt. Ein schönes Wort, das wohl bei jedem Leser andere Vorstellungen auslöst. Ich versuche nachstehend den Begriff und dessen Inhalt etwas zu präzisieren.

Die Weltgesundheitsorganisation WHO hat im Jahre 1994 Lebenskompetenz folgendermassen definiert:


»Lebenskompetenzen sind diejenigen Fähigkeiten, die einen angemessenen Umgang sowohl mit unseren Mitmenschen als auch mit Problemen und Stresssituationen im alltäglichen Leben ermöglichen.«

Es werden 5 Elemente konkretisiert.

1. *Selbstwahrnehmung und Einfühlungsvermögen:* ein Bild von sich selbst entwickeln, eigene Stärken und Schwächen kennen. Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und somit einen positiven Selbstwert entwickeln. Eine angemessene Selbstwahrnehmung ist Voraussetzung für zwischenmenschliche Beziehungen und Kommunikation.
2. *Umgang mit Stress und negativen Emotionen:* die Fähigkeit Stress, Angst und andere negative Emotionen wahrnehmen zu können. Strategien zur Anpassung entwickeln, das heisst die Umgebung oder das eigene Verhalten verändern, sich z.B. entspannen können.
3. *Kommunikation, Selbstbehauptung, Standfestigkeit:* Sich verbal wie auch nonverbal verständigen können, angemessen an die jeweilige Situation und

Umgebung. Die eigene Meinung äußern und auch vertreten können. Um Hilfe und Rat fragen können.

4. *Kreatives, kritisches Denken, Problemlösen*: Eine Situation objektiv erfassen können. Sie von verschiedenen Seiten beleuchten, sie reflektieren können, verschiedene Lösungsansätze prüfen, gegeneinander abwägen, entscheiden können.
5. *Information*: sich spezifisches Wissen zu gezielten Themen aneignen.

Der Begriff der Lebenskompetenz ist inhaltlich sehr dicht und enthält ausgesprochen viele Facetten. Ausgehend von dieser Tatsache hat sich die Redaktion entschieden die aktuelle Ausgabe chronologisch zum Lebensverlauf – vom Baby zum Erwachsenen – aufzubauen. Der Mensch entwickelt in jedem Lebensalter andere Kompetenzen und muss andere Lebensaufgaben bewältigen. Das Spiel kann in jedem Lebensalter hilfreich sein diese Kompetenzen zu erwerben, zu festigen und zu üben. (ar) 

Gefahren spielend bewältigen...



Illustration: Raphael Grunder

Lebenskompetenz durchs Spielinfo!

Abonniere das Spielinfo – und Deine Lebenskompetenz »Spielwissen« gewinnt!

Für wenig Geld landet 2 Mal pro Jahr eine bunte und vielfältige Ausgabe in Deinem Briefkasten.

Interessiert? Dann kontaktiere uns – wir senden Dir diese Ausgabe gratis zu und belasten Dir das Abo erst im nächsten Jahr. Kontakt: spielinfo@sdk.sk

Babys spielen nicht – ein subjektiver Bericht



Text: KATI HANKOVSKY

Kinder im Alter von 0–1.5 Jahren spielen nicht. Sie sind so fasziniert von allem, was sie mit ihren rapide sich differenzierenden Sinnen wahrnehmen, und sind so beschäftigt mit eben dieser Entwicklung, dass es da nun wirklich keine Zeit fürs Spielen gibt. Harte Arbeit ist angesagt, bestehend aus Beobachtung, Ton- und Bewegungsübungen sowie zunehmend auch Greifübungen. Sie geben sich sichtbare Mühe beim Kopieren von Verhalten

wie Lächeln oder sonstigen Grimassen der Erwachsenen, welche sich über sie beugen.

Woher nehmen wir also an, dass ein Kind in diesem Alter doch spielt?

Jemand, eine Beobachterin oder ein Beobachter, mehrheitlich eine erwachsene Person, sieht etwas und sagt: dieses Kind spielt.

Dafür sind die einfacheren Fälle diejenigen, wenn das Kind mit einem Gegenstand beschäftigt ist, welches als Spielzeug identifiziert werden kann. Diese werden anfänglich bestaunt, dann berührt, dann begriffen und geschüttelt – dann gekaut, umgestürzt, auseinander genommen, gestapelt, gezogen, gestreichelt – und dann ist das Kind schon anderthalb Jahre alt und somit älter, als die hier betrachtete Lebensphase. Aus der Perspektive der Eltern geschieht das urplötzlich, aus der Perspektive der anderen, die ein passendes Geschenk kaufen möchten, viel zu langsam:

Spielzeuge werden berührt, gekaut, umgestürzt, gestapelt, gestreichelt...

fast alle käuflich erwerbliche Geschenke sind in dieser Zeit zu früh, oder wenn doch geeignet, weil eine kindergerechte Rassel gefunden, bis man endlich den Besuch macht, hat sich das Kind doch schon dem iPhone der Eltern zugewandt.

Und dann die weniger einfachen Fälle. Das Kind tut etwas, und jemand sagt: es spielt, obwohl kein Spielzeug involviert ist. Das früheste mir bekannte Beispiel dieser Art stammt von Hans Fluri (Leiter der

Das Kind tut etwas, und jemand sagt: es spielt, obwohl kein Spielzeug involviert ist.

Spielakademie in Brienz), und wer die Möglichkeit hat, soll es sich von ihm persönlich erzählen lassen, gedruckte Worte auf Papier kommen seiner szenischen Darstellung nicht nah. Es geht um sein erstes Kind,

Jonas, in zartem Alter von ein paar Stunden, kaum erst geboren und schon in die Hände eines Spielers gekommen. Und was passiert: sie spielen zusammen, sie spielen Wahrnehmung und Wiederholung, leiten und leiten lassen des Blickes, indem der Vater dem »Blick« des Säuglings folgt und es unter der Lampe trägt. Ein frühes Beispiel der Kompetenz, mit unserer Welt in Interaktion zu treten.

Als meine Tochter auf die Welt kam, beobachtete ich sie genau und fragte mich, wie werde ich sicher sein können, dass sie am Spielen sei. Und da geschah es tatsächlich: sie lag auf Papas Bauch und auf eine kleine Aufforderung seiner Hände rückte sie sich freudig nach oben. Häufig genug, dass ich mein Telefon holen konnte und eine kleine Filmaufnahme machte. Unsere Tochter spielte! Beantwortete Impulse von aussen und – so war mein Eindruck – lud zur Wie-

derholung ein. Im Nachhinein betrachtet erstaunt mich der frühe Zeitpunkt der Filmaufnahme: es war in ihrer dritten Lebenswoche. Und auch wenn ich auf der Aufnahme es ehrlicherweise nicht festhalten konnte, SAH ich, dass sie um Wiederholung bat.

Wie schon erwähnt, ist diese Lebensphase geprägt von der Entfaltung der Sinne. Auch die grundsätzliche Lebensmotivation wird hier fassbar: sich wirksam erleben. Ja, ich kann mein Umfeld beeinflussen, wenn ich was tue, es tönt, fällt um oder man hört mir zu. Interaktionsfähigkeit wird grundsätzlich trainiert: Mitspieler beeinflussen das Spiel des Säuglings, des Kleinkindes, es merkt, dass folgen und gefolgt werden – führen und geführt werden Hand in Hand gehen (eine Erfahrung, für die wir in der Erwachsenenbildung eine Übung erfinden mussten). In dieser Lebensphase geschieht so was, wie die Herausbildung eigener Bewältigungsstrategien – zum Beispiel, wie könnte der sich selber aus dem Mund gerisene Nuggi dort wieder reingesteckt werden, aber auch, wie kann ein Gegenstand in ein anderen reingetan werden. Und wie natürlich: wenn etwas gelernt werden soll, wird dies einfach immer wieder getan.

In keiner anderen Lebensphase bilden Lernen und Spielen eine so natürliche Einheit, wie in dieser. Und wer weiss, vielleicht liegt es wirklich an uns Beobachtern. ●

Buchempfehlung: »Oje, ich wachse!«. Autoren: Hetty van de Rijt, Frans X. Plooij. 448 Seiten. Mosaik Verlag. ISBN: 978-3-442-39075-5

Kati Hankovszky

Coach, Trainerin, Grenzgängerin und Absolventin SPS zur Spielpädagogin. Mutter von 2 Kleinkindern.

Spielerischer Erwerb wichtiger Lebenskompetenzen im Alter von 2 bis 4 Jahren

Text: DANIELA JÖHR

Bei meiner Arbeit als heilpädagogische Früherzieherin beschäftige ich mich täglich mit dem Spiel von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren. Das Beobachten ihres Spielverhaltens gibt mir



wichtige Hinweise auf ihren Entwicklungsstand. Was macht ein Kind mit einem Gegenstand? Wie nimmt es ihn in die Hand, nimmt es ihn eventuell noch in den Mund? Oder gibt es dem Gegenstand eine symbolische

Das Beobachten ihres Spielverhaltens gibt mir wichtige Hinweise auf ihren Entwicklungsstand.

Bedeutung, nutzt z.B. einen Bauklotz als Telefon? Wie bezieht es seine Umwelt, sein Gegenüber in sein Spiel ein? Diese Beobachtungen bilden die Grundlage für meine Arbeit mit dem Kind, für das Errichten meiner Förderplanung. In diesem Alter entdeckt das Kind sich und seine Umwelt durch das Spiel. Spielen heisst lernen, sich entwickeln.

Nach den ersten 2 Lebensjahren hat ein Kind bereits viele wichtige Kompetenzen entwickelt. Es hat sich zuerst vor allem mit seinem eigenen Körper auseinandergesetzt. Allmählich hat es sich den Gegenständen seiner Umwelt zugewendet und diese mit

all seinen Sinnen erkundet. Es hat wertvolle Interaktions- und Kommunikationserfahrungen mit seinen Bezugspersonen gemacht. Das Kind hat entdeckt, dass es eine eigenständige Person mit einem eigenen Willen ist, die erste Trotzphase hat es bereits hinter sich.

Erwerb von sozialen Kompetenzen

Ab dem Alter von zwei Jahren wendet das Kind sich zunehmend seiner Umwelt zu. Es erweitert den Kreis seiner Bezugspersonen, viele Kinder besuchen in diesem Alter eine Spielgruppe oder eine Kita. In diesem Kontext entwickelt es viele wichtige soziale Kompetenzen. Zu Beginn schaut es vor allem, was die anderen Kinder machen und imitiert ihre Handlungen. Die Kinder spielen noch eher neben-

Die Kinder spielen noch eher nebeneinander als miteinander.

einander als miteinander. Sie wollen meist das gleiche Spielzeug wie das andere Kind und lernen so, erste Konflikte unter sich auszutragen. Zwischen drei und vier Jahren wird das Spiel zunehmend variantenreicher. Die Kinder teilen sich verschiedene Rollen zu und spielen tägliche Begebenheiten aus ihrem Alltag nach. Dies gibt ihnen einerseits die Möglichkeit, Erlebtes zu verarbeiten und andererseits neue Verhaltensweisen, -strategien auszuprobieren und deren Wirkung zu testen. So lernen die Kinder auf eine spielerische Art, sich in einer Gruppe zu behaupten, Konflikte auszutragen und Kompromisse einzugehen. Sie lernen, auf andere zu achten und sie zu respektieren.

Damit Kinder die erwähnten Kompetenzen spielend erwerben können, brauchen sie Erwachsene, welche ihnen Raum und eine anregende Umgebung bieten. Sie brauchen genügend Freiraum, um untereinander eigene Lösungen im Umgang mit Konflikten lernen zu können. Sie brauchen aber auch Begleitung und Verständnis, um allenfalls vermitteln oder trösten zu können.

Erwerb von kognitiven Kompetenzen

Durch ihr Spiel lernen die Kinder nicht nur viel über zwischenmenschliche Kontakte. Sie lernen auch, Zusammenhänge erkennen und ihre Handlungen zu planen. Während

Das Kind wird allfällige Fehler korrigieren müssen und eigene Lösungen finden.

Handlungen im Säuglingsalter eher zufällig geschehen, lernt das Kind ab 2 Jahren, zielgerichtet und planmässig vorzugehen. Ein gutes Beispiel sind Konstruktionsspiele mit Bauklötzen oder Duplosteinen. Zu Beginn bauen die Kinder eher zufällig.

Das Bauen an sich steht im Vordergrund, den Bauwerken wird erst im Nachhinein eine Bedeutung gegeben. Mit der Zeit wird das Bauen immer zielgerichteter. Das Kind hat bereits im Voraus eine Vorstellung von dem, was es bauen möchte. Wenn es zum Beispiel ein Haus bauen möchte, so muss es wissen, was es dazu braucht und in welchen Schritten es dabei vorgehen muss. Es wird allfällige Fehler korrigieren müssen und eigene Lösungen finden, wenn etwas nicht genau so gelingt, wie es sich das vorgestellt hat.

Um den Lernprozess beim Kind zu unterstützen, ist es wichtig, dass das Kind die

Möglichkeit erhält, eigene Ideen zu entwickeln und umzusetzen. Es wird besser lernen, mit Frustrationen umgehen zu können, wenn es dazu angehalten wird, nach eigenen Lösungen zu suchen, statt wenn ihm immer genau vorgegeben wird, was es zu tun hat. Es braucht dabei auch eine gewisse Toleranz von Seiten der Erwachsenen – ein von einem Kind gebautes Legohaus muss nicht unbedingt so aussehen, wie wir uns vielleicht ein schönes Haus vorstellen!

Zentraler Entwicklungsmotor

Das Spiel ist der zentrale Entwicklungsmotor eines Kindes im Alter von 2 bis 4 Jahren. Das Spiel ist der beste Weg, ein Kind zum Lernen zu motivieren, denn ein Kind in diesem Alter lebt noch stark nach dem Lustprinzip. Es hat ausserdem ein riesiges Interesse daran, seine Umwelt zu entdecken und selbst tätig zu sein. Es ist daher äusserst wichtig, dass wir Erwachsenen die Interessen des Kindes erkennen und seine Eigeninitiative unterstützen. Das Kind braucht eine anregende Umwelt mit Materialien und Spielsachen, welches es aktiv ausprobieren lassen und aufmerksame Begleitung durch Erwachsene, welche ihm den nötigen Freiraum lassen und dort Unterstützung bieten, wo es nötig ist, dass das Kind selber handeln und so seine Kompetenzen erweitern kann. Denn die vielfältigen Erfahrungen, welche das Kind im Alter von 2 bis 4 Jahren macht, bilden die Grundlage für seine spätere, auch schulische Entwicklung. ○

Daniela Jöhr

Daniela Jöhr ist klinische Heilpädagogin / Sozialpädagogin und arbeitet als Früherzieherin beim Früherziehungsdienst Biel.

Mail: daniela.joehr@gmx.ch

Wer Kinder liebt, muss mit ihren Eltern spielen.

(Hans Fluri)

Spielerischer Erwerb wichtiger Lebenskompetenzen im Alter von 5 bis 8 Jahren



Text: SUSANNE STÖCKLIN-MEIER

Für mich entwickeln Kinder spielerisch zwischen 5 und 8 Jahren folgende, wichtige Lebenskompetenzen: lebensbejahendes Selbstwertgefühl, ein stabiles Ich-Bewusstsein, Sprachfreude, Lesekompetenz, Selbständigkeit, Mut, Humor, Empathie, Verlässlichkeit, Ausdauer, Achtsamkeit, Experimentierfreude, Fantasie und das Spielen allein, zu zweit und in der Gruppe. Nachfolgend ein kleiner Spielüberblick, der diese Aspekte fördert.

Kinder lieben Wiederholungen und Rituale

Ihre Welt ist das Spiel und beim Spiel sind Wiederholungen und Spielregeln etwas ganz Selbstverständliches. Regelmässig

wiederkehrende Rituale strukturieren den Alltag, die Wochentage und Feste im Jahreslauf. Da wir in einer unruhigen Zeit leben, schätzen Kinder diese kleinen Fixpunkte. Rituale regeln das soziale Miteinander, stärken die Verlässlichkeit, geben Halt und erleichtern den Tagesablauf mit Ritualen wie: Tagesbeginn, Gutenacht-Ritual, Essen und Tischsitten, Aufräumen, Begrüssen, Abschiednehmen, Gewinnen und Verlieren, Streiten und sich Versöhnen. Den Jahreslauf prägen die Jahreszeiten und die wiederkehrenden Feste wie: Geburtstage, Fasnacht, Ostern, Sommerfest, Erntedankfest, St. Nikolaus, Weihnachten.

Das goldene Zeitalter der Spielverse

Zwischen vier und acht Jahren ist für Kinder das goldene Zeitalter der traditionellen

Spielverse, Reime und kleinen Gedichte. Kinder sind vom rhythmischen Singsang der Reime fasziniert, wiederholen Silben und sprechen die Verse nach. Wenn diese zum Spielen, Bewegen, Lachen und Nachahmen animieren, lösen sie eine freudige Lust auf Wiederholung aus. Die erlebte Sprachfreude weckt im Kind das Bedürfnis, mit Wörtern schöpferisch umzugehen. Sie fördert die Fantasie, die inneren Bilder und das Fabulieren, genauso so wie die Feinmotorik, die Augenhand-Koordination und das Gedächtnis.

Ein gesundes Kind bewegt sich gerne und viel



Es läuft, hüpf, springt, balanciert und klettert, wann immer es dazu Gelegenheit hat. Es braucht draussen Platz zum Spielen, Sand, Wasser, Wiese, Wald, Schnee und Eis. Bewegungsspiele helfen ihm, seinen

Antriebsüberschuss auszuleben und alle Muskeln von Kopf bis Fuss zu trainieren. Auf dem Fahrrad oder mit Rollschuhen kann es Geschwindigkeit und Wendigkeit genießen. Ballspiele, Wurfspiele, das Laufen auf Stelzen oder Einradfahren fördern die Geschicklichkeit. Bewegungsspiele lassen das Kind seinen eigenen Körper bewusster erleben und fördern das innere und äussere Gleichgewicht. Turnen und Rhythmik ist im Kindergarten und der Schule wichtig, weil viele Kinder zu Hause unter Platznot und Bewegungsmangel leiden.

Naturspielzeug

Die Natur bietet eine Fülle von Spielmaterial an: Blüten, Blätter, Gräser, Samen, Früchte, Zweige, Rinden oder Wurzeln. Naturmaterial zum Spielen fasziniert Kinder. Sie lernen Blumen, Gräser, Sträucher und Bäume kennen und erfahren viel über die Entwicklung der Pflanzen im Jahreslauf. Die jahreszeitlich bedingten Spiele helfen ihnen, den natürlichen Rhythmus der Pflanzenwelt zu beobachten. Sie lernen dabei wie die Pflanzen heissen, wo sie wachsen, wann sie blühen, was für Früchte und Samen sie tragen und ob sie giftig sind oder nicht. Durch das Sammeln und Vergleichen von Formen und Farben, das Erasten und Fühlen der verschiedenen Strukturen von Naturmaterial, entsteht Staunen, Wissen, und Spiel. Dabei entwickeln die Kinder eine achtsame Beziehung zur Natur, die ihnen hilft, zur Natur Sorge zu tragen.



Sinnvolle Kreisspiele



Kinder lieben Musik, Tanz und Rhythmus. Manche Kreisspiele sind echte Ohrwürmer, die einen Wiederholungsdrang auslösen. Die Kinder

wollen sie immer wieder singen und spielen. Das Tanzen in der Gruppe macht ihnen Spass. Sie haben Freude an der Bewegung und dem Gruppgefühl. Indem das Kind im Kreis spielt, erlebt es die Kreisgestalt; für das spielende Kind bilden Tun und Erleben ein Ganzes. Im Kreis mitmachen bedeutet nicht nur, aufgenommen sein in eine beliebige Gruppierung; denn hier ist nicht einer an der Spitze, und keiner ist stets der Letzte, sondern jeder kann Anfang sein und Ende und ist bald das eine und bald das andere. Der Kreis ist Symbol dafür, dass Anfang und Ende zusammengehören und an jedem Punkt möglich sind; er ist auch Symbol dafür, dass Dynamik und Ordnung gleichzeitig sich nur verwirklichen lassen, weil es im Kreis eine ruhende Mitte gibt.

Papierfalten

Falten fördert das mathematische Denken und das Erkennen von geometrischen Formen wie: Rechteck, Quadrat, Dreieck oder Kreis. Kinder entdecken Muster, Zahlen und Mengen. Falten unterstützt das Verständnis von Regelmäßigkeiten und die dreidimensionale, räumliche Wahrnehmung. Wer die konkrete Umsetzung erlebt, kann später abstrakte Rechenvorgänge viel leichter nachvollziehen.

Kreisel und Jo-Jo

Dies sind zwei alte, heute wieder weit verbreitete Geschicklichkeitsspiele. Es scheinen sehr einfache Spielsachen zu sein. Doch die Handhabung des Kreisels zum

Beispiel erfordert eine äusserst schwierige und präzise Handbewegung. Die motorische Geschicklichkeit und die notwendige dosierte Kraft haben meist erst Schulkinder.

Rollenspiele – »Tun als ob«

Rollenspiel ist über Jahre eine sehr beliebte Beschäftigung der Kinder. Die Kinder spielen, was sie täglich erleben. Sie ahmen ihre Umgebung nach und »tun als ob«! Dabei üben sie soziales Verhalten, Gespräche führen, Gefühle zeigen. Durch verschiedene Rollen lernen sie unterschiedliche Stand-



punkte kennen. Ausser Umwelterlebnissen spielen Kinder auch gerne phantastische Geschichten von Hexen, Zwergen, Königen, Gespenstern, Rittern, Robotern und Marsmenschen. Sie spielen Märchen und Bilderbuch-Erzählungen nach.

Denk- und Geschicklichkeitsspiele

Es gibt eine riesige Auswahl von Spielsachen, die nicht nur – aber auch – der Unterhaltung dienen. Darüber hinaus sind sie geeignet, die Beobachtungsgabe zu schärfen, das Reaktionsvermögen zu üben, die Geschicklichkeit zu verbessern und das Denken anzuregen. Knobeln und Pröbeln macht vor allem Schulkindern Spass und fördert das Konfliktlösungspotenzial!

Vom Bilderbuch zur Leseratte

Bilderbücher fördern das Denken, Sprechen und das Verständnis für die Bildersprache. Ausser realen Umwelterzählungen

bringen sie Phantasiegeschichten und Märchen in die Vorstellungswelt der Kinder. Das gemeinsame Betrachten und Erzählen von Bilderbüchern baut eine Brücken zum Buch – zum späteren selber lesen. So werden aus Bilderbuchbetrachtern Leseratten.

Warum Kinder Märchen brauchen

Märchen geben Mut und Hoffnung, weil meist der Kleine und Schwache am Schluss siegt. Sie vermitteln ein kindgerechtes Wertebild. Gut und Böse sind klar definiert. Der Held oder die Heldin müssen gefährliche Situationen meistern. Aber sie finden im Märchen immer die Kraft, grosse Herausforderungen und Probleme am Schluss zu



lösen. Kinder identifizieren sich mit »ihren Helden«, die Einfühlungsvermögen, Klugheit und Mut vorleben. Kinder können sich Werte besser merken, wenn sie diese als Gegensatzpaare erleben wie: Gut und Böse, falsch und richtig, Wahrheit und Lüge, zärtlich und grob, schimpfen und loben, streiten und sich versöhnen. Im Rollenspiel können Kinder diese unterschiedlichen Werte und Gefühlslagen altersgemäss erleben und selber ausdrücken. Die Botschaft der Märchen ist eindeutig: Es gibt Probleme und Konflikte, aber man kann sie handelnd überwinden. ●

Susanne Stöcklin-Meier

Kindergärtnerin, Sachbuchautorin, Journalistin, Kinderbeobachterin, Hüterin von Versen und Märchen und Weltbürgerin.

Kontakt: su.stoecklin@bluewin.ch

Ideen für Rituale im Alltag

- **Begrüssung:** sich in die Augen schauen, Hand geben und mit Namen begrüßen. Damit stärken wir das Gefühl des Angenommenseins und der Achtung voreinander.
- **Morgenlied:** Wenn wir den Morgen mit einem Lied oder einem Bewegungsvers beginnen, stimmen sich die Kinder rhythmisch und klanglich auf die Gruppe und den Tag ein.
- **Geschichtentag:** Mindestens einmal in der Woche ein Märchen oder eine Geschichte erzählen, wenn möglich zur gleichen Zeit und am selben Ort.
- **Wochenplan:** Nutzen wir Rituale auch zum Planen der Woche, Verteilen von Aufgaben und das Erstellen von Stundenplänen. Kleine Arbeiten fördern die gegenseitige Wertschätzung und das Verantwortungsbewusstsein.
- **Stille-Übung:** Kinder, die Erfahrungen mit Stille-Übungen haben, sind ruhiger, konzentrierter, haben mehr Ausdauer und können besser zuhören. Bauen wir darum täglich kleine Momente der Stille ein. Schon drei bis fünf Minuten Stillezeit haben einen positiven Einfluss. Geben wir Kindern Zeit zum Entspannen: mit Fantasiereisen, ruhigem Atmen, auf den eigenen Herzschlag achten, ein Kerzenlicht anschauen, Musik hören usw.
- **Unschönes in den Papierkorb werfen:** Dieses Ritual ist eine wundervolle Übung, Konflikte gewaltlos zu lösen. In der Mitte steht ein Papierkorb. Die Kinder werfen verbal alles hinein, was sie heute im Umgang miteinander gestört hat: Etwa Schlagen«, »sich anschreien«, »Kinder beleidigen«. Der gefüllte Korb wird ans offene Fenster gehalten, und alles »Unschöne« fliegt davon.

Oberstufenschüler: von der Spielkompetenz über die Lebenskompetenz zur Gesundheit



Text: PIUS KORNER

Im April dieses Jahres verkündete die Schulleiterin der Schule Menziken, wo ich seit einigen Jahren Kleinklassen der Oberstufe unterrichte, das Jahresmotto für das Schuljahr 2013/2014: »Lebenskompetenzen entwickeln und fördern«.

In der Spielpädagogik sind wichtige Funktionen für den Lebensweg enthalten.

Spielen mit auf ihren Lebensweg mitgeben können. Sie fördern das soziale Verhalten und die Auseinandersetzung mit sich selbst. Wenn wir spielen, akzeptieren wir gemein-

sogleich fördern«. Sogleich fing mein spielakademisch gebildetes Herz höher an zu schlagen, wollte ich doch meinen Beitrag als Spielpädagoge zum Jahresthema leisten. Wir wissen alle, dass in der Spielpädagogik wichtige Funktionen liegen, die wir den Kindern und Jugendlichen in unseren

samen Regeln, erleben wir Spielfreude, entspannen uns, agieren zweckfrei und entwickeln dabei Lebenskompetenz, soziale Kontakte, stärken Intuition und Phantasie.

Spielen als Domäne der Kinder?

Das Spielen galt lange Zeit als Domäne der kleinen Kinder. Jugendliche hatten gefälligst zu lernen, Erwachsene zu arbeiten. Für das eigentlich zweck-, aber nicht etwa sinnlose Gesellschaftsspiel blieb auf der Oberstufe meist keine Zeit. Das hat sich in den letzten 3 Jahren in Menziken massiv geändert. Das Interesse am gemeinsamen Spielen – im Unterricht, im Kreise der Klasse, im ganzen Schulhaus, im Team ist dank meiner erworbenen Kenntnisse rund um das Spielen und meinem methodisch-didaktischen Repertoire ergänzt durch spielpädagogische Ressourcen enorm gestiegen.

Das Interesse am gemeinsamen Spielen ist enorm gestiegen.

Auf dem Weg durch die Pubertät

Auf dem Weg durch die Pubertät stehen Jugendliche vor wichtigen Entwicklungsherausforderungen: Sie müssen in dieser Lebensphase ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitern, um ihr eigenes Leben selbstbestimmt meistern zu können und sich – auch in Zeiten von Irrungen und Wirrungen – eine eigene Perspektive aufbauen. Gesundheits- und Lebenskompetenzen und

Gesundheits- und Lebenskompetenzen beim Übergang Schule-Beruf sind eng miteinander verknüpft.

schliessen auch die Reflexionsfähigkeit ein, das Lösen von Problemen, und sie erweitern sich auch in das weite Feld ästhetischer Erfahrung, in dem Phantasie und Genuss, Imagination und Spiel ihre Bedeutung haben.

Durch die sozialen Benachteiligungen, denen die meisten unserer Kleinklassenschüler in Menziken ausgesetzt sind, gekoppelt mit den schwierigen Aufgaben der Pubertät (Loslösung vom Elternhaus, erste Liebesbeziehungen, Berufswahl, Rollenfindung, etc.), die die Jugendlichen bewältigen müssen, erscheint das Leben oft perspektivenlos. Weiter sind fast alle unsere Schüler mit den unterschiedlichen Anforderungen zumindest zweier verschiedener Kulturen konfrontiert.

So konnte ich an unserer Schule während zwei Weiterbildungs-Halbtagen meine erworbenen, spielpädagogischen Kenntnisse

zum Thema »Lebenskompetenzen spielerisch erwerben, weitergeben«.

Direkt und lustvoll wurden die Methoden und Instrumente, die ich über die Jahre entwickelt habe, in einem durch viele Lacher geprägten Kurs übermittelt. Die Kursteilnehmer erhielten alle das Quartett der 50 Spiele und das Spielquartett der Lebensfreude RAMBO-SAMBA, die als Grundlage für die verschiedenen Spiele dienten und alle Sinne herausforderten.

Das Echo

Ein grosses Anliegen des Lehrenden ist natürlich die Nachhaltigkeit des vermittelten Themas. Das Feedback meiner Lehrerkollegen lässt hoffen, dass die Weiterbildung die erhofften Spuren hinterlässt:

Bruno (Sek1): «Für mich war der Kurs eine bereichernde Erfahrung. Ich habe Neues gelernt, das ich auch weiterhin vertiefen will und werde bestimmt mehr mit meiner Klasse spielen.»

Ruth (Bez2): »Der Inhalt der Weiterbildung hat mir sehr gefallen und enorm viel gebracht. Mit der »Entdeckung dieser neuen Welt« und den erworbenen Fähigkeiten bin ich nun gut ausgerüstet, um vermehrt mit meinen Oberstufenschüler spielerisch Lebenskompetenzen zu fördern.«

Marco (Real): »Mir hat vor allem gefallen, dass so viel gelacht wurde und der Austausch und die Reflexionen mit den Teilnehmern. Diese Weiterbildung war für mich sehr bereichernd und hilfreich.«

Monika (Schulleitung): »Pius leistet durch seine Spielkompetenz und die Spielpädagogik einen grossen Beitrag zur Schulkultur in Menziken. ●

Pius Korner

Oberstufenlehrer für Kleinklassen in Menziken, Spielpädagog (SPS 26) und begeisterter Botschafter des Spiels.

Mail: piuskorner@gmail.com

Lebenskompetenzen erweitern durch Improvisationstheater



Text: NICOLE FERRETTI

Als Lehrerin und Schauspielerin ist es für mich naheliegend, dass ich versucht habe, meine Leidenschaften zu einem Traumberuf zu verschmelzen. Seit gut sechs Jahren unterrichte ich eine Theatergruppe in improvisiertem Theater, gebe Kurse und Workshops und organisiere Shows. Das Improtheater hat es mir ange-tan. Dabei geht es mir nicht in erster Linie um das Resultat auf der Bühne. Das Trainieren, das Üben oder oft auch nur das Ausprobieren dieser spontanen Theaterform machen für mich die grösste Faszination aus. Es werden Prozesse der eigenen Entwicklung sichtbar gemacht indem man aus Intuition handelt, Szenen mit Hilfe eigener und Ideen des Partners entstehen lässt und sich bereitwillig in andere Figuren wagt.

Rollenspiele für Kleinkinder

Rollenspiele sind schon für kleine Kinder von grosser Wichtigkeit für die Entwicklung. Kinder sind in erwähnten Spielmomenten Eins mit sich selbst in ihrer Rolle und in Interaktion mit den Anderen, lernen das Gegenüber wahrzunehmen, als was es ist und üben verschiedene Reaktionen auf Situationen. Vielleicht ist die Kindheit zu kurz, vielleicht verlernen wir aber auch viel zu schnell, uns diese Spielinseln auch im Erwachsenenalter zu schaffen. Viel zu früh

wird die Entwicklung als abgeschlossen angesehen und die weitere Entfaltung des Selbst unterdrückt. Eine Konsequenz davon ist, dass unser Verhaltensradius eingeschränkt bleibt. Eingetübte Strategien werden so stark verankert, dass in gleichen Situationen oft gleich reagiert wird. Wer kennt nicht den Moment, dass man sich ärgert, wieder nicht gewagt zu haben, seine Meinung geäussert zu haben oder aber zum wiederholten Mal überreagiert und damit andere verletzt hat? In beiden Fällen erreicht man sein Ziel nie und trotzdem ist es enorm schwierig, sich zu ändern.

Alle – und damit meine ich wirklich alle – sind wir gefangen in Mustern, die wir uns irgendwann, aus welchen Gründen auch immer, antrainiert haben.

Verhaltensmuster erkennen

In meinen Trainings geht es erstens darum, solche Muster zu erkennen und zweitens auf spielerische und humorvolle Art aufzulockern und zu durchbrechen. Ersteres passiert meistens schnell, denn gerade in einer Rolle, in der man versucht, sich zu verstellen, ist man oft echter als im alltäglichen Leben. Ein schönes Beispiel ist eine einfache Übung, bei der einem das Gegenüber ein imaginäres Geschenk machen soll. Ich entscheide selbst, was ich erhalte und sage vielleicht, »Oh, eine rote Rose, wie schön. Vielen Dank!«. Wenn ich aber nur Stachel-draht, eine tote Maus oder einen Haufen Dreck erhalte, erzähle ich mehr von mir, als ich mir bewusst bin. Schliesslich denke ich, es sei ja der andere, der schenkt.

Erfahrungen in geschütztem Rahmen

Der geschützte Rahmen, in dem solche Erfahrungen gemacht werden, ist sehr wichtig. Ich stelle mir immer vor, unter einer

Glasglocke zu sein, unter der alles möglich ist und unter welcher jeder Teilnehmer neue Verhaltensmöglichkeiten üben kann. Es ist ein Gefühl von Freiheit, ausprobieren zu können, wie es sich anfühlt, den Chef endlich einmal anzuschreien, dessen Reaktion zu erfahren und die Konsequenzen wie echt durchzuspielen.

Nicht vergebens gilt die Theorie, dass 20% von dem, was wir hören, 50% von dem was wir hören und sehen, 70% von dem was wir hören, sehen und wiederholen und ganze 90% von dem was wir hören, sehen, sagen und **selbst tun** tatsächlich gelernt werden kann. Auch das eigene Verhalten kann also nur durch Machen verändert werden.

Das Gegebene annehmen

Die Spielregeln sind klar definiert. Zum Gelingen von Szenen stehen oft das positive Spielen sowie das Annehmen von Gegebenem im Zentrum. Diese Grundsätze zum Gelingen sind – wohl nicht ganz per Zufall – auch Grundsätze im Leben im Allgemeinen und im »Zusammen leben« im Speziellen. Sie bedeuten nämlich übersetzt ins Privatleben, am Anfang einer Sache eine positive Grundstimmung zu haben, grundsätzlich mit Optimismus an alles heran zu gehen und »Ist-Zustände« zu akzeptieren. Sich anzustrengen – nicht allen fällt dies am Anfang leicht – diese einfachen Regeln umzusetzen lohnt sich sofort. Im Impro zeigt es sich anhand einer gelungenen und stimmigen Szene, im Privatleben daran, dass einem plötzlich alles leichter fällt, weil man weniger stur ist. Frustrationen kommen weniger schnell, weil man Planänderungen, die von aussen kommen, nicht als Schikane sondern als neuen Input, als neue Idee ansieht und damit umgeht. Auch Beziehungen werden durch diese kleine Verhaltensänderung weniger belastet. Wir lernen in den Kursen, unseren Spielpartner wahrzunehmen und das was er tut und sagt ohne Wertung anzunehmen.

Wie schön ist das doch, wenn es einem gelingt, dies auch ab und zu beim Lebenspartner anzuwenden?

Die Bühne ist die Welt – die Welt ist die Bühne. Was wir uns im Leben angeeignet haben, prägt das Spiel auf der Bühne. Doch auch die Erfahrungen auf der Bühne können unser Leben bereichern. Fast unmerklich, spielerisch, erweitern wir unsere Lebenskompetenzen.

Wir lernen spontan und ohne Groll Kompromisse einzugehen, denn wir akzeptieren, dass die Szene sowie das Leben auch vom Gegenüber gestaltet werden kann. Im Theater wie auch im Leben ist jede Situation unvorhersehbar. Wir brauchen auf beiden Bühnen Mut und Kraft, uns auf immer wieder neue Überraschungen einzulassen. Den nur so kann eine Szene gelingen, beziehungsweise das Leben gelebt und genossen werden. ●

Improvisationstheater in Brienz

Kurse und Workshops werden ab fünf Teilnehmern durchgeführt.

Geeignet ist der Unterricht als persönliche Weiterbildung sowie zur Teambildung.

Kursort: Hotel Sternen, Brienz oder auf Anfrage

Infos: www.brienzipiell.ch

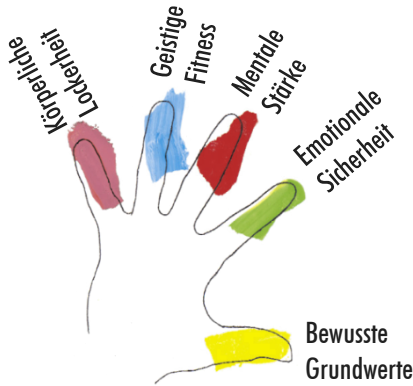
Kontakt: nicoleferretti@gmx.ch
079 736 96 77

Nicole Ferretti

Lehrerin, Sportlehrerin, Schauspielerin (EFAS), Weiterbildungen in Improvisationstheater, Gründerin und Leiterin der Improgruppe Brienzipiell. Verheiratet, Mutter von zwei Kindern.

Mail: nicoleferretti@gmx.ch

Lebenskompetenz im Erwachsenenalter – 5 Kernelemente



Text: LOUIS BLATTMANN

Lebenskompetenz gibt es nicht zu kaufen. Auch für Erwachsene nicht. Erwerb, Pflege und Weiterentwicklung der Lebenskompetenzen sind ohne Zweifel eine selbstverständliche und notwendige Lebensaufgabe. In den vorstehenden Beiträgen beleuchten wir das Thema in den ersten Lebensphasen, wo der Erwerb verschiedenster Lebenskompetenzen durch das Spiel massgeblich, wenn nicht sogar entscheidend unterstützt wird. Im Erwachsenenalter setzt sich der Prozess fort.

Als starkes Fundament unserer vielfältigsten Sammlung von Lebenskompetenzen sind unter anderem 5 Kernelemente auszumachen. Ohne dieses Fundament würden uns viele andere Lebenskompetenzen zusammenhangslos erscheinen.

Wer sich mit der Tiefgründigkeit des Spiels auseinandersetzt erkennt, dass die 5 Kernkompetenzen, auf die wir nachfolgend eintreten, durch die kluge Wahl aus der unerschöpflichen Welt der Spiele hervorragend weiterentwickelt und gepflegt werden können.

1. Bewusste Grundwerte



Wer diese nicht schon von Kindesalter an entwickeln kann, steht vor grossen Problemen im Erwachsenenalter. Unsere Gesellschaft fusst unter anderem auf bewussten Grundwerten, ohne die uns der respektvolle Umgang mit Mensch und Natur nicht möglich ist. Fehlende Grundwerte führen zu Konflikten, Kriegen und Chaos.

Bewusste Grundwerte heisst, generell achtsam zu sein, auf seine Gesundheit zu schauen und eine grundsätzlich positive Haltung bezüglich der Rücksichtnahme für Mensch und Umwelt. Auch Loyalität und Religionsfreiheit zählen dazu.

Grundwerte sind geprägt von unserem Kulturkreis, Traditionen und Religion. Sie können in verschiedensten Bereichen zum Ausdruck kommen:

...Religion



- LIEBE
- GLAUBE
- HOFFNUNG

...Nation



- FREIHEIT
- GLEICHHEIT
- BRÜDERLICHKEIT

...Spiel



- INTENSITÄT
- FAIRNESS
- RÜCKSICHTNAHME

Geeignete Spiele, die bewusste Grundwerte fördern, gibt es zuhauf. Als ideales Beispiel kennen wir die sogenannten »New Games«, wo z.B. Werte wie Fairness und Rücksichtnahme vermittelt werden.

2. Emotionale Sicherheit



Was ist emotionale Sicherheit?

Sie spiegelt die Fähigkeit wider, eigene und fremde Gefühle korrekt wahrzunehmen,

zu verstehen und zu beeinflussen. Menschen mit hoher emotionaler Sicherheit integrieren sich besser in Gruppen, sie spielen zusammen und helfen einander. Das stärkt das Selbstwertgefühl und führt auch im Arbeitsleben eher zu Erfolg.

Die emotionale Sicherheit kann zu Euphorie, Begeisterung, Freude, Stolz und Stauen führen. Sie bekämpft Ärger, Aggressionen, Wut, Enttäuschung, Beleidigungen, Frustration und Niedergeschlagenheit erfolgreich.

Spiele, die die emotionale Sicherheit stützen, gibt es unzählige.

3. Mentale Stärke



Die mentale Stärke ist die Fähigkeit,

sich ungeachtet der Situation an seiner oberen Leistungsgrenze zu bewegen, ohne in Gefahr zu laufen abzustürzen. Sie ist wichtig

beim Umgang mit Niederlagen und Siegen, sie macht uns kritikfähig bei einem gesunden Selbstbewusstsein.

Unser Selbstvertrauen entwickelt sich positiv, wenn wir die mentale Stärke fördern. Die mentale Stärke führt zu einer realistischen Selbsteinschätzung, Ehrlichkeit und Wahrhaftigkeit. Sie erlaubt uns Ziele zu visualisieren, schützt vor Blackouts und fördert die Konzentration schlechthin. Sie hilft uns, mit Lampenfieber gelassen umzugehen und dieses auch zuzulassen. Und sie führt schliesslich zu einer innerer Ruhe und aufmerksamer Gelassenheit.

Es fällt leicht, festzustellen, dass sich fast alle Spiele dafür eignen, unsere mentale Stärke zu festigen.

4. Geistige Fitness



Gedächtnistraining steigert ohne

Stress und auf spielerische Weise unsere geistige Fitness und die

Leistung unseres Gehirns. Gehirnleistungen wie Wortfindung, Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit, Logisches und Assoziatives Denken, die Urteilsfähigkeit, Fantasie und Kreativität werden dabei gefordert und gefördert.

Geistig fitte Menschen verfügen über eine erhöhte Aufnahmefähigkeit und -bereitschaft. Sie sind lernbegierig und neugierig. Sie erkennen Zusammenhänge und können strategisch denken. Und: geistige Fitness führt zu Schlagfertigkeit. Sie gibt unserem Denken die nötige Breite und Tiefe.

Diverse Gedächtnistrainer und -spiele können uns dabei helfen und machen dazu auch noch Spass.

Diverse Gedächtnistrainer und -spiele können uns dabei helfen und machen dazu auch noch Spass.

5. Körperliche Lockerheit



Durch körperliche Lockerheit kann man das eigene Körpergefühl entwickeln. Körperliche

Lockerheit ist die Basis für mentale Flexibilität. Der Clown in uns, d.h. Humor und die Kraft des Lachens helfen uns, die eigene Körpersprache und ihre Wirkung kennen zu lernen und bewusst spielerisch einzusetzen. Sie hilft uns, die Lebensfreude im Ernst des Lebens entdecken, sich auf das Spiel des Augenblicks einzulassen und spielerisch mit dem täglichen Theater und dessen Auswirkung auf die Gesundheit umzugehen. Sie beinhaltet Entspannung, Lust, Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit, hilft Hemmungen abbauen, erzeugt Spannung, Spass, Fitness, Gelassenheit, Zuversicht, Vertrauen und hilft sich an den eigenen Stärken zu orientieren. Mit all diesen Attributen fällt es leicht, geeignete Spiele zu finden, die die körperliche Lockerheit fördern. ●

Humor und die Kraft des Lachens helfen uns, die eigene Körpersprache und ihre Wirkung kennen zu lernen und bewusst spielerisch einzusetzen. Sie hilft uns, die Lebensfreude im Ernst des Lebens entdecken, sich auf das Spiel des Augenblicks einzulassen und spielerisch mit dem täglichen Theater und dessen Auswirkung auf die Gesundheit umzugehen. Sie beinhaltet Entspannung, Lust, Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit, hilft Hemmungen abbauen, erzeugt Spannung, Spass, Fitness, Gelassenheit, Zuversicht, Vertrauen und hilft sich an den eigenen Stärken zu orientieren. Mit all diesen Attributen fällt es leicht, geeignete Spiele zu finden, die die körperliche Lockerheit fördern. ●