



Landeshauptstadt
München
Sozialreferat
Stadtjugendamt

Spielen – mal Freude, mal Frust

Spielend gemeinsam die Welt begreifen

Pflegeelternrundbrief II/2020



Wir sind München
für ein soziales Miteinander



Impressum

Herausgegeben von Landeshauptstadt München
Sozialreferat
Stadtjugendamt
Abteilung Familienergänzende Hilfen
Pflege und Adoption
Severinstraße 2
81541 München

Redaktion Silvia Dunkel

Bildnachweis Titel: Dreamstime.com © Ammentorp; Adobe
Stock: S. 09: © Robert Kneschke, S. 12/13: © Polat
Alp, S. 14: © 1001color, S. 17: © Family Veldman,
S. 21: © nadezhda1906, S. 27: © Evgeniia,
S. 28: Family Veldman, S. 36: © Oksana Kuzmina,
S. 45: © Rawpixel.com

Satz und Gestaltung dm druckmedien gmbh, München

Druck Stadtkanzlei
Gedruckt auf 100 % Recycling-Papier

Nachdruck nur mit Genehmigung der Herausgeberin

Der Gender-Stern* macht Geschlechtervielfalt sichtbar und benennt damit neben Mädchen*, Frauen* und Jungen*, Männern* auch Trans* und Inter*, sowie Menschen unterschiedlichster Geschlechtsidentitäten.

Spielen – mal Freude, mal Frust

Spielend gemeinsam die Welt begreifen

Pflegeelternrundbrief II/2020



Liebe Pflegefamilien und liebe Adoptivfamilien,

im aktuellen Rundbrief möchten wir uns mit dem Thema Spielen befassen.

Dass Kinder – und selbst Erwachsene – gerne spielen, ist bekannt.

Spielen ist jedoch viel mehr, als man auf den ersten Blick annehmen möchte.

Für Kinder ist Spielen ein Grundbedürfnis, im Spiel machen sich Kinder mit der Welt vertraut, begreifen und gestalten sie.

Vielleicht konnten Sie schon beobachten, wie Kinder sich im Spiel entfalten, seelisch, geistig und körperlich im Spiel aufgehen und alles andere um sich herum vergessen.

Kinder spielen auch alleine, viel lieber allerdings spielen Kinder meist mit anderen Kindern oder mit ihren Eltern. Vor allem kleine Kinder bevorzugen ihre Eltern als Spielpartner*innen.

Nehmen Sie sich Zeit für das Spielen mit Ihrem Kind. Beim Spiel schaffen Sie Nähe, lernen Ihr Kind noch besser kennen, erleben Spaß und Freude miteinander und können viel über seine Entwicklung erfahren.

Wie förderlich das Spiel für die Entwicklung von Kindern ist und wie wichtig für die Verarbeitung und Einordnung von großen Emotionen, stellt Ihnen die Autorin des Leitartikels vor.

Vermutlich benutzen Sie zu Hause, wie viele andere, ein Tablet und unterwegs ein Smartphone. Über die möglichen Auswirkungen eines unbegrenzten Zugangs digitaler Medien auf Kinder und die altersgerechte Nutzung möchten wir Sie in einem weiteren Artikel informieren.

Ergänzend dazu haben Pflegefamilien wieder ihre persönlichen Erfahrungen zum Thema Spielen aufgeschrieben und uns für den Rundbrief zur Verfügung gestellt. Ich möchte mich an dieser Stelle herzlich bei Ihnen bedanken. Die Berichte aus Ihrem Leben sind für viele eine Unterstützung und Beispiel dafür, nicht alleine mit bestimmten Situationen zu sein. Ihre Strategien im Umgang und Ihre Einstellung zu Themen kann eine Hilfestellung sein.

Wir freuen uns, wenn wir Sie mit dem neuen Rundbrief zum Spielen mit Ihren Kindern anregen können, im Hinterkopf das Wissen wie wertvoll Spielen sein kann und im Vordergrund der Spaß und die Freude an der gemeinsamen Zeit mit den Kindern.

Ich wünsche Ihnen schöne Sommerferien!

Mit freundlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Esther Maffei', with a stylized, flowing script.

Esther Maffei

Inhaltsverzeichnis

Wir wollen doch nur Spielen	6
Zwischen zwei Welten.....	24
Spielen schafft Nähe – Nähe löst Konflikte.....	32
Spielen.....	40
Spielen und FAS.....	43
Pflegefamilien-Sommerfest 2020	47
Fortbildung Traumapädagogik – für Pflegeeltern.....	49
Aktuelle Themenreihe für Pflegeeltern	54
Gruppen- und Seminarangebote	57



Wir wollen doch nur Spielen

Kerstin Sarcletti

„Kinder sollten mehr spielen, als viele Kinder es heutzutage tun. Denn wenn man genügend spielt, solange man klein ist, dann trägt man Schätze mit sich herum, aus denen man später sein ganzes Leben lang schöpfen kann. Dann weiß man, was es heißt, in sich eine warme, geheime Welt zu haben, die Kraft gibt, wenn das Leben schwer wird. Was auch geschieht, was man auch erlebt, man hat diese Welt in seinem Innern, an die man sich halten kann.“ Astrid Lindgren

Spiel aus wissenschaftlicher Sicht – was ist Spielen

Das Thema kindliches Spiel beschäftigt schon lange Autor*innen und Forscher*innen aus verschiedenen Disziplinen. Laut Duden beschreibt das Spiel eine Tätigkeit, die ohne bewussten Zweck zum Vergnügen, zur Entspannung, aus Freude an ihr selbst und an ihrem Resultat ausgeübt wird. Das Spielen nimmt im Leben eines Kindes idealerweise einen großen Stellenwert ein. Spielen ist für Kinder in aller Welt ein Grundbedürfnis und wir Menschen besitzen einen angeborenen „Spieltrieb“. Dieser Spieltrieb äußert sich im Vergnügen an spielerischen Beschäftigungen ohne einen besonderen Gewinn zu erzielen. Und trotzdem ist es gerade das Spiel, das die Entwicklung eines Kindes entscheidend beeinflusst und Gewinn für das ganze Leben bringt.

Doch was zeichnet ein Spiel eigentlich aus?

Nach Oerter (vergleiche Oerter, Montada Seite 251) hat ein Spiel drei wesentliche Merkmale:

- > **Selbstzweck des Spiels:** Die Handlung erfolgt um der Handlung willen.
- > **Wechsel des Realitätsbezugs:** Durch das Spiel wird ein neuer Handlungsrahmen gesteckt, auf den Mitspielende sich einigen müssen.
- > **Wiederholung und Ritual:** Wiederholungen von Handlungen sind im Spiel oft in exzessiver Form zu beobachten.

Für das kindliche Spiel beschreibt Remo Largo außerdem folgende wesentlichen Aspekte:

- > nur ein Kind, das sich wohl und geborgen fühlt, spielt
- > das Spiel drückt den Entwicklungsstand des Kindes aus
- > die Abfolge des Spiels ist bei allen Kindern gleich
- > Kinder wollen Kontrolle über ihr Spiel
- > Freude am Spiel.

Entwicklung des Spiels und Spielformen

(vergleiche Mogel, 2008)

Bei kleinen Kindern gibt es im Prinzip keine Unterscheidung zwischen Lernen und Spielen, da ihr ganzes Tun als Spiel beschrieben werden kann. Mogel beschreibt folgende Spielformen: Die früheste Spielform ist das sogenannte **Funktionsspiel**. Das heißt, Säuglinge lernen, bestimmte Tätigkeiten und Bewegungen auszuführen, zum Beispiel das Schütteln einer Rassel, und wiederholen diese aus Freude an diesem Erleben immer wieder. Später versuchen Kinder im

Experimentierspiel Gegenstände zu manipulieren und dadurch Gesetzmäßigkeiten herauszufinden. Für diese ersten „physikalischen Experimente“ wurde schon viel Porzellan zerschlagen und Wasser verschüttet. Im **Symbolspiel** deutet ein Kind einen Spielgegenstand und seine Handlungen nach eigenen Wunsch- und Zielvorstellungen um. So kann ein Bauklotz ein Telefon oder ein Auto werden. Der Bauklotz kann aber auch für **Konstruktionsspiele** verwendet werden, bei denen die Kinder ein selbstgewähltes Zielobjekt konstruieren möchten. Beim ausdifferenzierten **Symbol- und Rollenspiel** werden erfahrene Ereignisse nachgespielt oder verändert. Sie dienen zur Erlebniserweiterung aber natürlich auch zur Bewältigung von Erlebtem und spielen deshalb für die emotionale Entwicklung eine große Rolle. Häufig spielen mehrere Kinder gemeinsam und entwickeln dabei idealerweise soziale Kompetenzen. Sie lernen, sich in andere hineinzusetzen und müssen Rollen und Spielabläufe gemeinsam aushandeln. **Regelspiele** erfordern die Einhaltung bestimmter Regeln und Abläufe und reichen von einfachen Bewegungsspielen wie Fangen bis zu Brett- und Computerspielen. Meist geht es darum zu gewinnen, und sowohl der Spielverlauf als auch das Spielende können ganz unterschiedliche starke Emotionen hervorrufen, die das Spielvergnügen auch deutlich reduzieren können, aber den Kindern gleichzeitig eine Chance geben, zu lernen, mit diesen Gefühlen umzugehen.

Wozu Spielen?

„Der Mensch spielt nur, wo er in voller Bedeutung des Wortes Mensch ist, und er ist nur da ganz Mensch, wo er spielt.“ Friedrich Schiller

1. Spielen macht glücklich

Der Flow im Spiel:

Der Glücksforscher Mihály Csíkszentmihályi gilt als Schöpfer der Flow-Theorie. Idealerweise entsteht beim vertieften Spielen ein sogenanntes Flow-Erleben, ein Zustand, den viele Menschen im Erwachsenen- und Arbeitsleben gerne erreichen möchten und in den Kinder, wenn die Rahmenbedingungen stimmen, mühelos hineingleiten können.

Der Psychologe Siegbert A. Warwitz hat sich empirisch mit dem Phänomen des Flow-Erlebens auseinandergesetzt. Das Spiel erfüllt nach Warwitz bereits alle wesentlichen Kriterien, die für das Flow-Erleben charakteristisch sind:

- > Das Kind fühlt sich den selbst gestellten Anforderungen gewachsen (Schwierigkeit der Aufgabe und Lösungskompetenz befinden sich im Gleichgewicht).



- > Es konzentriert die Aufmerksamkeit auf ein begrenztes, überschaubares Handlungsfeld (die Tätigkeit läuft im Nahbereich ab).
- > Auf die Aktivitäten erfolgen klare Rückmeldungen (der Handlungserfolg wird sofort erkennbar).
- > Handeln und Bewusstsein verschmelzen miteinander (eine Außenwelt existiert nicht).
- > Das Kind geht voll in seiner Tätigkeit auf (es überhört das Rufen der Mutter).
- > Das Zeitgefühl verändert sich (es lebt ganz im Hier und Jetzt).
- > Die Tätigkeit belohnt sich selbst (es bedarf keines Lobes von außen).

„Das Urbild des Menschen im Flow ist das spielende Kind, das sich im glückseligen Zustand des Bei-sich-Seins befindet“ Warwitz, 2016

Auch mit Hilfe moderner bildgebender Verfahren lässt sich zeigen, welche positiven emotionalen Auswirkungen das Spielen auf das Gehirn hat. Hüther und Quarch beschreiben in ihrem Buch „Rettet das Spiel“ (Hüther und Quarch, 2018), dass die Aktivität in den Hirnbereichen, die bei Angst aktiviert werden (Amygdala), in Untersuchungen mit bildgebenden Verfahren deutlich reduziert war. Gleichzeitig begannen Neuronenverbände, die als Belohnungszentren bezeichnet werden, verstärkt zu feuern. Es ist also auch naturwissenschaftlich belegt: Spielen stärkt unsere Lebensfreude und kann helfen, Angst und Stress zu reduzieren.

2. Lernen funktioniert spielend am besten!

Spielen ist nicht nur die „Haupttätigkeit“ von Kindern, sondern eine Grundvoraussetzung für das Lernen. Dies gilt vor allem für Kleinkinder, deren Spiel auch als selbstgesteuerter Bildungsprozess verstanden werden kann (vergleiche Gründerler, Familienhandbuch). Indem Kinder ihre Umgebung mit

allen Sinnen erforschen und manipulieren, „begreifen“ sie immer mehr von ihrer Umwelt. Durch Wiederholungen festigen sie ihre Bewegungsmuster und die neuronalen Verbindungen im Gehirn. Kleinkinder lernen aus innerem Antrieb und brauchen keine Animatoren. Im Spiel entwickelt sich die Motorik, die Imagination und auch das bildhafte und symbolische Denken. Die Voraussetzung für diese spielerische Entwicklung ist eine gefahrlose Umgebung mit Objekten, die sich zum Experimentieren eignen und vertraute Bezugspersonen, die dem Kind Sicherheit geben und es im Spiel begleiten.

Auch bei größeren Kindern kann Spielen als umfassender Bildungsprozess verstanden werden, der freiwillig und kreativ aus innerem Antrieb heraus entsteht und sich auf fast alle Lebensbereiche positiv auswirken kann. Geistige, emotionale, soziale, motorische und kreative Fähigkeiten werden im Spiel gefördert. (vergleiche Friedrich, Familienhandbuch).

Durch spielerisches Erforschen trainieren Kinder ihre Denkfähigkeit, indem sie sich genau mit den Dingen auseinandersetzen, die ihrem Entwicklungsstand entsprechen und aktuell für sie interessant sind.

Die Sprachentwicklung wird im Spiel gefördert, zum Beispiel indem Kinder ihr Spiel verbal begleiten oder im Rollenspiel mit anderen sprechen. Auch die Sprache selbst kann zum Inhalt des Spiels werden in Form von Reimen oder selbst ausgedachten Wortspielen.

Soziale Fähigkeiten und Fertigkeiten können im Zusammenspiel mit anderen Kindern erworben werden. Kinder entwickeln ein Interesse an anderen und erwerben die Fähigkeit zur Empathie, lernen sich zu behaupten und Konflikte auszugetragen.

Kinder nutzen das Spiel, um Alltagserfahrungen und Gefühle emotional zu verarbeiten. Im Spiel können Bedrohungen aus der realen Welt verarbeitet werden und auch negative Gefühle können integriert werden.

Natürlich werden im Spiel auch Phantasie und Kreativität gefördert, die notwendig sind, um komplexe Probleme zu lösen und einfach das Leben bereichern.

Außerdem sind für Kinder Spiele und Spielräume wichtig, die Bewegung erlauben und viel Energie fordern. Kinder suchen sich im Spiel ständig neue motorische Herausforderungen und üben neue Bewegungsabläufe bis sie sie verinnerlicht haben. Spielerische Bewegung dient auch dem Abbau von Stress und wirkt ausgleichend. Leider sind solche Räume in Zeiten von Wohnungsknappheit und Nachverdichtung knapp und können häufig nur mit großem Aufwand erreicht werden und machen eine Begleitung durch Erwachsene nötig.

Durch das Spiel werden im Gehirn genau die Voraussetzungen geschaffen, die das Lernen möglich machen. Beim Spielen werden neue Gehirnstrukturen und neuronale Vernetzungen geschaffen und exekutive Fähigkeiten entwickelt. Die benötigen wir, um uns konzentriert und fokussiert einer Aufgabe zuzuwenden und Ablenkungen auszublenden (vergleiche Hüther und Quarch, 2018). Hüther weist darauf



hin, dass diese Entwicklung gehemmt werden kann, wenn Kinder ständig dazu aufgefordert werden, bestimmte Dinge zu tun und ihre Aufmerksamkeit zu fokussieren und wenn sie in ihrem Spiel unterbrochen werden.

Diese Erkenntnisse sind nun sicher nicht bahnbrechend neu, widersprechen aber in vieler Hinsicht dem Zeitgeist. In einer Studie des Berufsverbandes der US-amerikanischen Kinderärzt*innen (American Academy of Pediatrics) wurde festgestellt, dass die Kinder in den USA heute zwölf Stunden weniger Freizeit pro Woche haben als in den achtziger Jahren (Yogman et al., 2018) und Kinderärzt*innen werden dazu aufgefordert, Spielen auf Rezept zu verordnen. Im durchgetakteten Tagesplan von Kindern findet sich häufig wenig Zeit zum freien Spielen. Auch in Kindergärten wird nicht mehr nur gespielt, sondern häufig mit verschiedenen Programmen gefördert.

In unserer Gesellschaft stehen Eltern unter einem großen Druck, ihre Kinder optimal zu unterstützen und die richtigen Angebote zu wählen, um nichts zu versäumen.

Und es stimmt: Die frühen Jahre haben einen entscheidenden Einfluss auf die kindliche Entwicklung. Die gute Nachricht dabei ist, dass dieser Einfluss sich vor allem dann voll entfaltet, wenn den Kindern möglichst viel unverplante Zeit



zur Verfügung gestellt wird und Erwachsene Kindern mit echtem Interesse zur Seite stehen. Es ist also auch der Mut zur Lücke im Dschungel der vielen Angebote gefragt.

3. Spielen schafft Bindung

Wie bereits erwähnt ist eine sichere Vertrauensbeziehung zu den Bezugspersonen eine wichtige Grundvoraussetzung für ein entspanntes Spiel (vergleiche Largo). Kinder, die sich geborgen und sicher fühlen, trauen sich, die Umgebung zu erkunden und zu experimentieren. Das heißt, dass die wichtigste Förderung, die Eltern ihren Kindern in den ersten Jahren zukommen lassen können, die Förderung einer guten Beziehung und einer tragfähigen Bindung ist.

Und es funktioniert auch anderes herum: Eine gute Möglichkeit, die Entwicklung einer sicheren Bindung zu unterstützen, ist es, gemeinsam zu Spielen und sich mit dem Kind ganz auf sein selbstgewähltes Spiel einzulassen. Der Spaß beim



gemeinsamen Spiel schafft Nähe und Verbundenheit. Indem das Kind Kontrolle über seine Aktivitäten ausüben kann, bleibt es daran interessiert und das Spiel wird zu einer sinnvollen Erfahrung. Das Gefühl der Kontrolle ist vor allem für Kinder wichtig, die in ihrem Leben die Erfahrung von Ohnmacht und Unsicherheit gemacht haben, wie dies bei vielen Pflegekindern der Fall ist. In vorhersehbaren und selbst gesteuerten Situationen können sie das Vertrauen in die Wirksamkeit ihrer eigenen Handlungen wiedererlangen. Diese Erfahrung ist auch eine wichtige Grundlage dafür, anderen Menschen zu vertrauen und sich an Menschen binden zu können. Indem Bezugspersonen sich auf das einlassen, was das Kind anbietet, kann sich das Kind zunehmend sicher fühlen und lernt, dass die Menschen in seiner Umgebung vorhersehbar sind. Diese Art von Spiel hilft Kindern auf Dauer auch dabei, sich selber besser zu regulieren und Selbstvertrauen zu entwickeln.

In früheren Rundbriefen haben wir schon über das ABC-Programm berichtet. Dabei handelt es sich um ein Beratungsprogramm für Pflegefamilien, das wir im Sachgebiet Pflege und Adoption seit 2017 anbieten. In zehn Stunden wird dabei ein Hauptfokus auf das gemeinsame Spiel von Kind und Bezugsperson gelegt und die Pflegeeltern werden darin unterstützt, sich dabei ganz auf das Kind einzulassen. Auf diese Art bindungsförderlich mit dem Kind zu spielen ist nicht immer so einfach. Wir sind es häufig gewohnt, dass wir Kindern im Spiel etwas beibringen möchten und haben Ideen dazu, wie „richtig“ gespielt wird und welches Spielzeug pädagogisch wertvoll ist.

Der Leitsatz des ABC-Programms zum gemeinsamen Spielen heißt „sich vom Kind führen lassen“. Was damit gemeint ist, soll mit ein paar Beispielen erläutert werden:

Der 15 Monate alte Paul spielt mit einem Puzzle. Doch anstatt die Teile einzusetzen, macht er damit einen Stapel.

Sein Vater widersteht der Versuchung, Paul zu erklären, wo welches Teil hingehört und sagt statt dessen: „Oh, du machst einen Turm aus den Puzzleteilen!“ und beginnt selber, weitere Teile aufzustapeln.

Die zweijährige Marie setzt sich mit einem Buch zu ihrer Mutter und blättert die Seiten um, ohne sich die Bilder anzuschauen, klappt das Buch zu und fängt wieder an zu blättern. Anstatt dem Kind zu erklären, dass man das Buch Seite für Seite lesen muss oder zu versuchen, ihr Bilder zu zeigen oder Sätze vorzulesen kommentiert die Mutter das Geschehen mit Sätzen wie: „Du hast schon das ganze Buch durchgeblättert“ und „jetzt liest du das Buch noch einmal“, „und zu“.

Der dreijährige Richard hat sich einen Kochlöffel geschnappt und klopft damit auf verschiedene Dinge in der Wohnung. Seine Mutter holt sich auch einen Kochlöffel und gemeinsam probieren sie aus, welche Geräusche sich damit erzeugen lassen, was beiden sehr großen Spaß macht.

Die einjährige Lisa nimmt ihr Spielzeugtelefon, beginnt zu lautieren und schaut ihren Vater an. Dieser nimmt ebenfalls ein Telefon zur Hand und wiederholt, was Lisa „gesagt“ hat. Dieses Spiel wiederholt Lisa zehnmal und ihr Vater macht geduldig mit.

Auch wenn sich das einfach anhört, ist es nicht immer leicht, sich von eigenen Vorstellungen über das „richtige“ Spielen frei zu machen. Vielleicht haben Eltern selber ganz tolle Ideen, was mit den Bauklötzen gebaut werden kann, und würden ihr Kind gerne von ihrer Idee überzeugen. Oder sie würden so gerne mit dem neuen Puppenhaus spielen, aber das Kind findet gerade die alte Puppe viel schöner. Und manchmal kann es einfach auch langweilig sein, sich den zehnten Sandkuchen bringen zu lassen und ihn immer noch lecker zu finden oder zwanzig mal „Guckguck – da“ zu sagen...

Es ist auch nicht immer einfach, darauf zu verzichten, ein Kind zu korrigieren oder zu belehren und das Spiel des Kindes zu bewerten.

Wenn Erwachsene im Spiel dem Kind die Führung überlassen wollen, braucht es die Bereitschaft und Geduld, ein Kind gut zu beobachten. Neben dem Inhalt des Spieles ist es für Kinder auch wichtig, die Intensität und das Tempo des Spieles beeinflussen zu können. Manchmal suchen Kinder die Unterstützung der Erwachsenen und wollen, dass sich jemand in ihr Spiel einklinkt, manchmal signalisieren sie auch, dass es ihnen genügt, wenn jemand aus größerem Abstand an ihrem Spiel teilnimmt. Kinder profitieren jedoch gerade in den ersten Jahren sehr davon, wenn Erwachsene beim Spielen für sie präsent sind. Die Gewissheit, dass jemand für sie da ist, wenn sie Hilfe brauchen, unterstützt auf Dauer auch die Fähigkeit, eigenständig mit kniffligen Problemen und schwierigen Situationen umzugehen. Durch den gemeinsamen Fokus bleibt das Spiel interessant. Die



Erfahrung, das Spiel nach den eigenen Bedürfnissen bestimmen zu können fördert auf lange Sicht die Fähigkeit zur Selbstregulation. Kinder, deren Eltern sich im Spiel auf diese Art führen lassen, können sich später häufig ausdauernder mit Dingen beschäftigen und sich zum Beispiel in der Schule besser konzentrieren. Wenn Eltern sich mit ihren Kindern freuen und Freude am gemeinsamen Spiel zeigen, vermitteln sie ihrem Kind, wie wichtig es für sie ist und stärken somit das Selbstbewusstsein. Die Forschungsgruppe um Mary Dozier, die das ABC-Programm entwickelte, konnten diese langfristigen Auswirkungen in verschiedenen Studien belegen.

Auch ältere Kinder genießen es, wenn sie im Spiel die Führung übernehmen dürfen. Es kann für alle eine bereichernde Erfahrung sein, wenn Eltern exklusive Spielzeiten reservieren, in denen sie ihrem Kind ihre ungeteilte Aufmerksamkeit widmen. In dieser Zeit sollte das Kind entscheiden, was es mit der Zeit anfangen soll und die „Regie“ übernehmen dürfen.

Der gemeinsame Spaß beim Spielen sorgt auch bei den Eltern für ein größeres Gefühl der Verbundenheit und die stressreduzierende Wirkung des Spiels kommt sicher nicht nur den Kindern zu Gute!

Dies gilt vor allem für Zeiten, in denen der boomende Markt an Spielsachen, Frühförderprogrammen und Büchern mit den ultimativen Erziehungstipps Eltern sehr verunsichern kann.

Was verderbt das Spiel?

Leider ist das Leben aber nicht immer nur ein Spiel und es hält viele „Spielverderber“ bereit. Die größten sind vermutlich Zeitfresser wie Schule und Arbeit, Haushalt und andere

Termine, die nur zu einem geringen Teil beeinflusst werden können.

Es braucht Zeit, um in ein kreatives Spiel zu finden und manchmal entstehen aus Langeweile heraus die besten Spielideen. Dies erfordert viel Geduld und Ausdauer von Eltern, da Ablenkungen überall präsent sind und viele Menschen weder sich, noch ihren Kindern Zeiten von Leerlauf und Nichtstun zumuten beziehungsweise erlauben.

Auch Internet, Handys und andere elektronische Medien beanspruchen bekanntermaßen einen großen Teil unserer Zeit und hindern größere Kinder und Jugendliche oft daran, sich auf Spiele in der realen Welt einzulassen. (vergleiche Zwischen zwei Welten, Seite 24).

Erwachsene als „Spielverderber“

Vielleicht gibt es für Erwachsene auch noch andere Gründe, warum das Spielen manchmal schwer fällt.

Es lohnt sich bei diesem Thema auf jeden Fall, sich in der eigenen Kindheit umzuschauen und eigene Erfahrungen mit dem Spielen zu hinterfragen (vergleiche Solter, A., 2015).

Dazu könnten zum Beispiel folgende Fragen geeignet sein:

Welche Lieblingsspielzeuge und Lieblingsspiele hatten Sie? Mit wem haben Sie gespielt? Mussten Sie häufig alleine spielen? Welche Spielerfahrungen konnten Sie mit ihren Eltern machen? An welche Gefühle beim Spielen können Sie sich erinnern? Hatten Sie genug Zeit und Gelegenheit zum Spielen?

Diese Erfahrungen beim Spielen prägen auch die Art, wie wir mit unseren Kindern spielen. Jeder Mensch hat andere

Vorlieben und hat seine eigene Art, auf das Spielbedürfnis seines Kindes einzugehen.

Es gelingt nicht immer gleich gut, sich auf die Spielbedürfnisse des Kindes einzulassen. Wer ein guter Mitspieler sein will, muss sich auch ab und zu eine Auszeit nehmen und eigene Bedürfnisse gut versorgen und erfüllen. Außerdem ist es Kindern meist lieber, Eltern spielen kürzer, aber mit ungeteilter Aufmerksamkeit mit ihnen, als wenn sie nur halbherzig bei der Sache sind. Oft ist es auch genug, wenn sie Interesse an den Spielen der Kinder zeigen und dafür Räume und Gelegenheiten zur Verfügung stellen. Je älter Kinder werden, um so besser können sie auch akzeptieren, wenn Eltern keine Zeit oder Lust zum Spielen haben. Kinder müssen auch lernen, dass Eltern nicht immer verfügbar sind.

Kinder als „Spielverderber“

Die Gründe, warum schöne Spielsituationen nicht immer möglich sind, können auch beim Kind liegen.

Kinder, die sich nicht wohl und geborgen fühlen und schwierige Bindungserfahrungen gemacht haben, können sich nicht so leicht auf intensive Spiele einlassen und brauchen noch mehr Rückversicherung und Unterstützung im Spiel als andere. Kinder, die Schwierigkeiten haben, ins Spiel zu kommen, brauchen vielleicht häufiger Impulse von außen. Erwachsene, die sich mit Freude ins Spiel stürzen, in andere Rollen schlüpfen, albern sind, über sich selbst lachen können, schaffen es häufig, Kinder mit ihrer Freude anzustecken und mitzureißen.

Kinder mit schwierigen, möglicherweise traumatisierenden biographischen Erlebnissen sind verunsichert und versuchen, im Spiel auch Mitspieler*innen zu kontrollieren und zu bestimmen, um dadurch ein Gefühl der Sicherheit zu erlangen. Dies macht vor allem ein Spiel mit anderen Kindern zur

Herausforderung für alle Mitspieler*innen und erfordert mehr Präsenz und Eingreifen ins Spiel als üblich, um Eskalationen zu vermeiden. Gerade für diese Kinder kann es sehr hilfreich sein, in Spielsituationen mit Erwachsenen die Führung übernehmen zu dürfen und zum Beispiel in Rollenspielen in dominierende Rollen schlüpfen zu dürfen.

Bei Gesellschaftsspielen fällt es vielen Kindern schwer, sich an die Regeln zu halten, vor allem, wenn sie merken, dass sie ein Spiel zu verlieren drohen. Wenn Erwachsene alleine mit einem Kind spielen, lässt sich dies leichter lösen; Änderungen der Regeln und Versuche zu schummeln, können mit Humor genommen werden. Eine augenzwinkernde Bemerkung zum Beispiel „Wie schaffst du es nur immer, mir voraus zu sein“ lässt das Kind wissen, dass man gemerkt hat, dass es geschummelt hat, ohne dass eine Auseinandersetzung über die Regeln entstehen muss. Es kann auch Sinn machen, Spiele abzukürzen oder kooperative Varianten von Spielen zu entwickeln, um Kinder nicht zu überfordern. Und



wenn Kinder wütend und traurig sind, weil sie ein Spiel verloren haben, brauchen sie Erwachsene die Verständnis für diese Gefühle entgegenbringen und sie nicht als unsinnig abtun. So können Kinder in einem festgesteckten und nicht bedrohlichen Rahmen den Umgang mit negativen Gefühlen lernen.

Ungleich schwerer kann es werden, wenn mehrere Kinder an einem Spiel beteiligt sind, Regeln unterschiedlich auslegen und zum Beispiel alle gleichzeitig gewinnen möchten. Auch mit einem oder einer unglücklichen Verlierer*in gehen Kinder häufig nicht zimperlich um. Hier erfordert es viel Flexibilität und Einfühlungsvermögen von Erwachsenen, damit Kinder nicht übermäßig frustriert werden.

Kinder die Schwierigkeiten in der Aufmerksamkeitsregulation haben, tun sich häufig schwer, in ein Spiel zu finden und sind sprunghaft in ihren Interessen. Auch dies kann zu Schwierigkeiten im gemeinsamen Spiel mit anderen Kindern führen, weil sie schlecht abwarten können und ihren Impulsen folgen, ohne auf andere Rücksicht zu nehmen. Auch diese Kinder profitieren davon, sich in selbst gewählte Spielaktivitäten vertiefen zu können. Die Motivation für solche Tätigkeiten ist so groß, dass es besser gelingt, die Aufmerksamkeit zu fokussieren. Häufig kann es auch hilfreich sein, Spielsituationen für ein Kind mit solchen Schwierigkeiten zu strukturieren und das Spielmaterial überschaubar zu halten.

Spielen ist kein Kinderspiel

Vermutlich haben Sie es sich schon gedacht: Die positiven Effekte des Spiels machen auch vor Erwachsenen nicht halt. Lassen Sie sich also so oft wie möglich von der Spielfreude der Kinder anstecken und erlauben Sie es sich immer wieder, den Herausforderungen des Alltags spielerisch entgegenzutreten. Im anstrengenden Alltag mit Kindern kann es manchmal Wunder wirken, wenn es gelingt, mühsame Alltagsrouti-

nen in ein Spiel zu verwandeln oder Konfrontationen spielerisch zu entschärfen.

Und auch wenn entspannte Spielsituationen bei Ihnen nicht die Regel sind, können sie doch kleine Lichtblicke werden, Schätze, aus denen die ganze Familie immer wieder schöpfen kann.

Literatur

- > Familienhandbuch: www.familienhandbuch.de
- > Largo, Remo H. (2000): Babyjahre; Piper
- > Mogel, Hans (2008): Psychologie des Kinderspiels (3. Auflage); Springer
- > Oerter, Rolf und Montada, Leo (1995): Entwicklungspsychologie (3. Auflage); Beltz PVU
- > Hüther, Gerald und Quarch, Christoph (2018): Rettet das Spiel!; btb
- > Siegbert A. Warwitz (2016): Das Phänomen des Flow-Erlebens, S. 207–226. In: Ders.: Sinnsuche im Wagnis. Leben in wachsenden Ringen. (2., erw. Auflage); Baltmannsweiler
- > Solter, Aletha (2015). Spielen schafft Nähe – Nähe löst Konflikte; Kösel
- > Yogman et al: The Power of Play. In: Pediatrics, Vol. 142, 3, Sept. 2018 (Download: www.aappublications.org)

Weblinks

- > <https://www.kindergesundheit-info.de>
- > <https://www.spielundzukunft.de>

Zwischen zwei Welten

Alena Rube

Beim Thema Spielen stehen Kinder der heranwachsenden Generation vor einer Herausforderung, die es vor zehn Jahren noch nicht gab: Der vermehrte Einbezug digitaler Medien, wie zum Beispiel das Tablet, das während dem Hausaufgaben machen alle Aufmerksamkeit auf sich zieht, die Spielekonsole, die als so viel interessanter erscheint, als mit Freund*innen Fußball zu spielen und soziale Netzwerke wie „facebook“ oder „instagram“, die für viele eine Plattform bieten, sich mit anderen auszutauschen. Dies sind verlockende Alternativen, um sich von der realen Welt ablenken zu lassen. Digitale Medien sind ein Bestandteil modernen Lebens geworden und haben die magische Kraft Zeit zu schlucken, ohne dass wir es bemerken.

Einige von Ihnen beobachten sicherlich den Wandel der neuen Generation und stellen fest, dass Kinder und Jugendliche es immer mehr bevorzugen, ihre Freizeit vor Bildschirmen zu verbringen, statt rauszugehen und die Welt zu erkunden, wie sie es in Ihrer eigenen Kindheit erlebt haben.

In diesem Artikel stelle ich gegenüber, was beim realen und beim virtuellen Spielen und Lernen auf neuronaler Ebene geschieht. Wir möchten Ihnen dabei Wissen und aktuelle Empfehlungen im Umgang mit digitalen Medien im alltäglichen Leben übermitteln. Grundlage dieses Artikels sind Forschungen der Medienpädagog*innen Astrid und Wilfried Brüning, die seit über 20 Jahren in der Kinder- und Jugendhilfe tätig sind und ihr Wissen im Film „Zwischen zwei Welten. Kinder im medialen Zeitalter“ zusammenfassten.¹

¹ Quelle dieses Textes, wenn nicht anders angegeben: Zwischen zwei Welten. Kinder im medialen Zeitalter. Regie: Astrid und Wilfried Brüning.

Die Geburtsstunde des medialen Zeitalters setzte der britische Forscher Tim Berners-Lee, der am 13.11.1990 im Rahmen eines Kernforschungsprogramms in Genf die erste Webseite veröffentlichte und somit Gründer des World Wide Web ist.

Mit Beginn des Zeitalters unserer Informations- und Wissensgesellschaft veränderte sich die Form des Zusammenlebens durch digitale Medien. Auch bei Kindern gewinnt die digitale Welt an Beliebtheit. Durch diesen Wandel gehören der Computer, die Spielekonsole, das Tablet, das Smartphone, der Fernseher, der Internet-Browser und die Musikanlage zur Grundausstattung eines jeden Haushalts. Digitale Medien werden zum Spielen, zur Unterhaltung, aber auch zur Kommunikation mit Freund*innen genutzt. Brüning vergleicht die Selbstverständlichkeit des Internets beispielsweise mit der einer Müsli-Packung auf dem Frühstückstisch. Der Haken dabei ist, dass die junge Generation zum Beispiel durch das Computerspielen nur bedingt lernt, wie man im realen Leben zurechtkommt, wie man Situationen einschätzt und Erfahrungen im Zusammenleben macht. Das geschieht laut Brüning nur im realen Leben. Um diesem Bedenken entgegenzutreten, sollte die Lebenstüchtigkeit der Medientüchtigkeit vorgezogen werden, da reale Erfahrungen wertvoller als virtuelle Erfahrungen sind. Es ist die Aufgabe der Eltern, ihre Kinder dabei zu unterstützen, ein Gleichgewicht zwischen realen Anforderungen und virtuellem Begehren zu schaffen.

Der Erziehungswissenschaftler und systemische Therapeut Dr. Detlef Scholz stellt fest, dass digitale Medien als adäquates Mittel zur Entspannung und zum Stressabbau, zur Unterhaltung, zur Aufrechterhaltung von Beziehungen oder zur

Verbesserung der Spielfähigkeiten dienen können. Ziel sollte es sein, Kinder und Jugendliche zu befähigen, die Nutzung von digitalen Medien eigenständig kontrollieren zu können. Eine Voraussetzung dafür ist einschätzen zu können, welche Wirkung digitale Medien im Vergleich zu anderen Alternativen auf das innerliche Konstrukt von Kindern, aber auch von Erwachsenen, haben. Vor allem, wenn Kinder und Jugendliche mitunter das Gefühl haben, dass es in der realen Welt nichts gibt, das eine gleichwertige Alternative zum Agieren in der virtuellen Welt darstellt. Positive Erfahrungen in der realen Welt können nur von Eltern und anderen Erwachsenen im sozialen Umkreis der Kinder und Jugendlichen vorgelebt werden.²

Um sich den Risiken digitaler Medien bewusst zu werden, ist eine Beschreibung des neuronalen Vorgangs beim Lernen hilfreich. Im Gehirn sitzen über 100 Milliarden Neuronen, deren Funktionen – im Gegensatz zu denen von Tieren – zum Zeitpunkt der Geburt noch nicht festgelegt sind. Küken beispielsweise können von Geburt an Laufen und Picken, um Nahrung aufzunehmen. Diese Fähigkeiten hat ein Neugeborenes noch nicht. Dafür lernen Küken im Laufe des Lebens im Vergleich zu Menschen relativ wenig neue Fähigkeiten dazu. Neugeborene hingegen müssen von Geburt an alles Lernen. Da Babys noch kein vorgefertigtes Neuronenkonstrukt haben, sind sie so hilfebedürftig. Dahingegen hat das menschliche Gehirn die besten Voraussetzungen, sich in jede beliebige Richtung zu entwickeln. Der Mensch ist das vielfältigste Lebewesen und kann eine unendliche Bandbreite an Fähigkeiten erlernen und sich Wissen aneignen. Neuronen sind also entwicklungsfähig und suchen sich eigene Funktionen, um Probleme zu lösen. Das ist der Grund, warum das kindliche Interesse, die Welt zu entdecken und Neues zu lernen, quasi angeboren ist. Durch die Neugier der Kinder und die Erkundung der Welt speichern die Neuronen Infor-

² vergleiche Scholz 2016, S. 24 ff.

mationen, die später beliebig oft abrufbar sind – vorausgesetzt, die Informationen sind ausreichend neuronal vernetzt gespeichert. Wenn Neuronen hingegen nicht genutzt werden, verkümmern diese nach dem Motto „Use it or loose it!“.

Die neuronale Vernetzung geschieht mit den fünf Sinnesorganen. Hörsinn, Sehsinn, Geruchssinn, Tastsinn und Geschmackssinn dienen als Informationskanäle zwischen der Innen- und Außenwelt. Die Fähigkeit, mit den Sinnen Informationen aufzunehmen, bildet die Ausgangslage, um neuronale Strukturen zu bilden. Wie bereits erwähnt, bilden Informationen, die mit den Sinnesorganen aufgenommen werden, ein neuronales Netz. Je mehr Sinnesorgane bei der Aufnahmen von Informationen beteiligt waren, desto mehr können sich Neuronen vernetzen. So können gemachte Erfahrungen gespeichert werden, denn Wissen braucht Informationen aus den Sinnesorganen. Folglich können sich



Kinder, aber auch Erwachsene, Dinge am besten einprägen, wenn alle fünf Sinnesorgane beteiligt sind.

Haben Kinder beispielsweise die Möglichkeit, in einem Obstgarten Kirschen zu ernten, sich die Farben anzusehen und zu hören, wie die Blätter beim abpflücken rascheln, zu fühlen, wie sich die glatte Oberfläche und die runde Form anfühlt, daran zu riechen und die Kirschen zu probieren, werden sie sich mit einer sehr hohen Wahrscheinlichkeit immer daran erinnern können, was eine Kirsche ist. Dabei sind alle fünf Sinnesorgane aktiviert worden.

Sieht sich hingegen ein Kind, das zuvor noch nie mit Kirschen in Berührung gekommen ist, einen Dokumentarfilm darüber an, weiß das Kind, wie eine Kirsche aussieht und vielleicht noch, dass beim Pflücken die Blätter rascheln, wenn es dies im Fernsehen hört. Alles andere kann ihm nur beschrieben werden. Also ist nur der Hör- und Sehsinn aktiviert. Der Tast-, Geschmacks- und Geruchssinn werden beim Fernsehen



nicht gebraucht. Und auch der Hör- und Sehsinn wird nur beschränkt gefordert, weil der Ton und das Bild beim Fernsehen nur aus einer Richtung kommt. Dieses Phänomen tritt bei allen Bildschirmmedien auf. Dementsprechend können sich die Informationen neuronal nur bedingt vernetzen, sodass das Gelernte schneller wieder vergessen werden kann.

Zusammengefasst ist bei einer Zwei-Sinn-Nutzung die Hirnaktivität schwach und ein Teil der Neuronen drohen zu verkümmern. Dahingegen erfordert eine Fünf-Sinn-Nutzung eine starke Hirnaktivität, bei der sich Neuronen komplexer vernetzen können.

Wenn Kinder fernsehen, begeben sie sich in einen Low-Level-Zustand. Sie sind intensiv auf den Bildschirm fokussiert, reden nicht, bewegen sich kaum und sind in der Regel nicht ansprechbar. Dieser Modus kann mit einem schlafähnlichen Zustand verglichen werden. Der Denkapparat ist überfordert, egal wie viel Wissen der gesendete Film übermitteln will. Der Lerneffekt ist geringer. Aus diesen Gründen bleiben Bildschirmmedien schwache Medien.

Eltern sollten daher Regeln im Umgang mit digitalen Medien aufstellen, wie es auch Regeln beim Zähne-Putzen oder beim über die Straße gehen gibt. Der Bildschirmkonsum sollte altersgerecht angeglichen werden. Durch abgesprochene Regeln erhalten Kinder und Jugendliche Richtlinien, an denen sie sich orientieren können.

Die zentrale Frage dabei ist, wie viel Nichtentwicklung sie ihrem Kind zumuten wollen. Es muss Ihnen bewusst sein, dass digitale Medien nur bedingt Phantasie, Kreativität, Schreib- und Lesekompetenzen sowie körperliche, motorische und soziale Kompetenzen fördern. Jede Minute vor dem Computer oder dem Fernseher fehlt den Kindern, eigene Erfahrungen zu machen, ihre Talente und Schwächen

kennenzulernen, Abenteuer mit Freunden zu erleben, die Welt zu erkunden und Grenzen auszutesten.

Was? Wann? Und wie lange? sind dabei die Fragen, die Sie sich als Eltern bei der Nutzung digitaler Medien stellen sollten. Brüning veranschaulicht dies mit einer Zwei-Welten-Waage zwischen der realen und der digitalen Welt, wobei ein Ausgleich erfolgt, wenn deutlich mehr Erfahrungen in der realen Welt, als in der digitalen Welt gemacht werden.

Richtwerte und Empfehlungen, die Astrid und Wilfried Brüning geben, orientieren sich am Alter des Kindes oder des Jugendlichen. Bei einem Kind bis zum 6. Lebensjahr sollen 10 Minuten Fernsehen mit 40 Minuten Spielen in der realen Welt ausgeglichen werden. Bei Kindern bis zum 14. Lebensjahr reichen 30 Minuten als Ausgleich zum digitalen Spielen und bei Jugendlichen bis zum 18. Lebensjahr 20 Minuten.

Diese Vorgehensweise hat den Vorteil, dass Sie Ihrem Kind kein Verbot erteilen, digitale Medien zu nutzen, sondern es dazu ermutigen, eine Balance einzuhalten.

Vielleicht sind Sie dafür offen, einen medienfreien Abend pro Woche in Ihrer Familie einzuführen, bei dem alle digitalen Medien für einen Zeitraum ausgeschaltet werden und anderweitig gemeinsame Zeit verbracht wird.

Letztendlich können Kinder und Jugendliche Ihre Besorgnis und die Aufforderung bestimmter Regeln einzuhalten am besten einordnen, wenn Sie sie darüber kindgerecht aufklären. Sprechen Sie mit Ihren Kindern darüber, dass Sie Regeln bezüglich der Nutzung digitaler Medien aufstellen, um ihren Kindern zu ermöglichen, Erfahrungen in der realen Welt zu sammeln.

Quellen:

Zwischen zwei Welten. Kinder im medialen Zeitalter.

Regie: Astrid und Wilfried Brüning

www.bruening-film.de (Letzter Zugriff: 18.02.2020)

Scholz, Detlef (2016): #Familie – Entspannter Umgang mit digitalen Medien, Heidelberg, Carl Auer Lebenslust-Verlag

Spielen schafft Nähe – Nähe löst Konflikte

Verfasserin ist dem Stadtjugendamt München bekannt

Es ist Freitag, der 20. Dezember. Es ist inzwischen dunkel – ich komme spät nach Hause. Überstunden habe ich gemacht, um meinen Weihnachtsurlaub ohne Gewissensbisse nehmen zu können. Schnell gehe ich zu den Nachbarn, um einen erfüllten Herzenswunsch vom Kleinen zu verstecken – die besondere Weihnachtsüberraschung aus der Wunschbox. Voller Vorfreude öffne ich die Wohnungstür. Der Kleine (inzwischen 8 Jahre alt) freut sich über mich und fordert mich sogleich auf, LEGO mitzuspielen. Mein Mann ruft von der unteren Etage – dass Abendbrot fertig sei. In der Stube liegen die Schulhefte herum. Wir unterhalten uns oberflächlich darüber. Gott sei Dank gibt es keine Hausaufgaben, dafür aber eine Menge halbfertige Schulaufträge von der letzten Woche. Diese Woche ist seine Schulbegleitung krank gewesen, daher ist es kein Wunder, dass so viel liegen geblieben ist. Die emotionale Sicherheit, die ihm ihre Anwesenheit verschafft, ist nach wie vor existenziell für ihn.

Wir essen wie immer gemeinsam. Dann soll es weitergehen: Duschen, Zähne putzen, lesen, kuscheln – dafür hätte meine Kraft nach dem langen Arbeitstag noch gereicht. Der Wunsch vom Kleinen zusammen zu spielen ist neben der Alltagsbewältigung untergegangen...

Vielleicht auch deshalb, kommt an diesem Abend wieder alles anders. Nicht dass es für mich überraschend wäre, viel mehr überrascht mich jedes mal aufs Neue die Macht der wiederkehrenden Hilflosigkeit, wenn man sich den ganzen

Tag keine Pause gegönnt hat – meine Seele bräuchte einen unkomplizierten Abend und das Gefühl, eine gute Mama zu sein. Ich bin selbst so müde!

Unser Junge fordert mich auf zu kämpfen, worauf ich leider nicht eingehen kann. Jeder Versuch, ihn irgendwie zu erreichen, scheitert. Im Grunde versucht er das Gleiche auf seine Art – ebenfalls erfolglos. Dann beschimpft er mich auf einmal wild, schubst mich, ich verbiete mir so ein Verhalten. Aber irgendwie wird es nur noch schlimmer. Ich fühle mich verletzt, weine heimlich, sobald ich für ein paar Sekunden den Kleinen nicht vor Augen habe. Ich hole tief Luft und bleibe dennoch bei ihm, denn aus Erfahrung weiß ich, alles andere hilft noch weniger – er lässt mich nicht aus den Augen und folgt mir auf Schritt und Tritt.

Dann kommt erneut die Aufforderung zu kämpfen. Diesmal lasse ich mich darauf ein, bin selber überrascht, frage nach, wie genau wir kämpfen wollen und mache mich kampfbereit. Endlich ein Lächeln. Wir kämpfen mit ganz schön viel Kraft, aber bedacht – beide sind vorsichtig. Diese qualitative Verbesserung in der Kraftdosierung beim Spielen ist relativ neu – diese Entwicklung verdanken wir dem Einfluss des guten schulischen Umfeldes und nicht zuletzt der Spieltherapie. Dies alles trägt nun langsam Früchte. Zugleich habe ich mir im Frühjahr auf Empfehlung unserer analytischen Kinder- und Jugendlichentherapeutin die Lektüre von Aletha J. Solter über das Spielen zu Gemüte geführt und habe seitdem ein anderes Verständnis von den Auswirkungen des Spielens: Ich weiß, dass gemeinsames Spielen die Bindung festigt und auch dass es zum Stress Abbau hilfreich ist. So lasse ich mich immer bewusst darauf ein, wenn ich die Kraft dafür habe. Oft lasse ich gern auch anderes stehen und unerledigt,

denn der positive Effekt ist verblüffend: Danach ist es bei uns entspannter und friedlicher, der Kampf ist weg.

Wir kämpfen auch heute, bis wir beide erschöpft sind. Dann putzen wir Zähne und gehen ins Bett. Kuschneln ist angesagt. Etwas Unruhe ist spürbar. Wir kuscheln weiter. Dann sagt keiner mehr was – dann ist Ruhe.

Exkurs – das Buch von Aletha J. Solter, Spielen schafft Nähe und Nähe löst Konflikte

Sehr hilfreich empfand ich in diesem Buch die verständlichen Erläuterungen über die Gehirnprozesse, die durch das Spielen in Gang gesetzt werden. Beispielsweise sogenannte Kooperationsspiele die Hirnareale stimulieren, die mit der Kontrolle aggressiven Verhaltens befasst sind. Ich habe verstanden wie wichtig auch physiologisch das Lachen ist. Durch die Eindämmung von Stresshormonen werden Wutgefühle und innere Spannung aufgelöst. Im Gegensatz dazu hat Kitzeln diesen Effekt nicht.

Das Buch bekräftigte mich in der Annahme, dass sich das Gehirn des Kindes mit bestimmten Spielaktivitäten neu verdrahten kann. Ich wünsche mir, wie wir Pflegeeltern doch alle, das unser gemeinsames Leben eine tatsächliche Chance für diese Kinder ist!

Man könnte sich an der Stelle fragen, was ist denn neu an diesem Buch? Doch hatte ich selten ein Buch voll mit klaren Worten, voller realitätsgetreuer Beispiele, die sich allesamt gut im Alltag umsetzen lassen, in der Hand. Für alle beschriebenen Spielaktivitäten braucht man nichts anderes als Zeit, Gelassenheit und eine gute Portion Humor.

Das Buch hat uns bestärkt, dass wir uns in unserer Familie spontan wie bewusst auf Spielaktivitäten einlassen, wann

immer es dem Kleinen ein Bedürfnis ist. Wir machen tüchtig selbst vor allem bei den Regressionsspielchen mit (abends auf allen Vieren krabbeln, Inszenierung einer Neugeburt, sich an- und ausziehen lassen und so weiter), denn wir haben begriffen und sind endlich am verinnerlichen, dass das alles seinen Wunsch und sein Ringen nach Heilung darstellt.

Seine Entwicklung kann nur durch das Nachholen von Erfahrungen in einer spielerischen Art geschehen – schließlich ist das die Sprache der Kinder. Manchmal dachte ich, andere Menschen erklären uns für schwach-sinnig, denn in welcher „normalen“ Familie verbringen die Eltern so viel Zeit exklusiv mit den Kindern? Im Laufe der Zeit wurden wir eines Besseren belehrt. Wir sind überzeugt, dass nur dies eine wahrhafte Lösung darstellt. Wir sind uns sicher, dass wir auf dem richtigen Weg sind. Denn wie es auch im Buch heißt, stillen wir damit das kindliche Bedürfnis nach Bindung und stärken das Gefühl, geliebt zu werden. Wir helfen seine emotionalen Batterien wieder aufzuladen und ein Stück zur Heilung beizutragen.

Ein Tag später: Es ist der 21. Dezember. Keiner rechnet damit, dass der Sohnmann als letzter aufsteht. Er sagt freundlich „Guten Morgen“ und setzt sich zu uns an den Frühstückstisch. Dann schreibt er in seinem Zimmer einen Brief an mich – ich darf ihn nicht lesen – er meint, es ist zu früh und legt ihn ans Fenster, damit das Christkind ihn abholen kann. Dann wird LEGO gespielt. Papa soll dabei sein. Dann Mama. Wir spielen mit. Dann holen wir gegen 10.30 Uhr die Dusche von gestern nach, ziehen uns an und fahren zum Griechen und lassen es uns schmecken. Am Nachmittag sind wir auf einer Kindergeburtstagsparty eingeladen. Der Kleine hat eine Kleinigkeit für den Bruder des Geburtstagskindes. Darauf ist er ganz stolz, weil es etwas aus seinem Zimmer ist – etwas Geheimes. Ich finde das toll. Papa nicht.

Wir verbringen einen schönen Nachmittag bei der Feier – etwas wild, aber alles in Ordnung. Wir fahren nach Hause, ohne Diskussion. Zu Hause angekommen, spielen wir nach dem gemeinsamen Lesen von „Pippi feiert Weihnachten“ wieder gemeinsam LEGO. Es ist ein Genuss, ob beim Lesen oder beim Spielen diese außergewöhnlichen, herzlichen Reaktionen zu beobachten und zusammen zu lachen. Der Kleine baut heute aus LEGO ein Haus und setzt einen Tisch mit Stühlen in die Stube, es gibt etwas zum Trinken, Blumen, Telefon und seine Figur ist wie immer jederzeit für Angriff bereit – für den Fall, dass Einbrecher kommen. Er stellt sich strategisch unfassbar auf – so zum Beispiel stellt er sich nie mit dem Rücken zur Tür. Erst ist er bewaffnet, dann legt er die Rüstung ab. Ich kommentiere, wie lieb eigentlich das Gesicht seiner Figur auf mich wirkt. Er meint, er wäre doch von den Guten. Papa erinnert uns, dass es gleich 20.00 Uhr ist. Wir gehen runter, machen uns bettfertig, kuscheln. Der Süße verlangt nach der Wärmeflasche und nach einem



Schluck Wasser. Dann schläft er selig. Ich bin glücklich und zufrieden.

Es folgen 3 Tage Glückseligkeit – damit habe ich nicht gerechnet – eine Ruhe und viel Zeit füreinander und viel Zeit für einen selbst. Diese Tage fühlen sich dreifach so lang an und das tut so gut. Auf Empfehlung von unserer Spiel- und Traumatherapeutin (Beraterin für Pflegefamilien) überraschen wir den Kleinen mit Batakas (Antiaggressionsschläger) – die Freude ist gigantisch, das Geschenk – total passend – wir probieren die Batakas gleich aus und finden, dass dies eine ganz gute Idee war.

Am ersten Weihnachtstag wollen wir die leibliche Oma einladen, mit der wir ein ausgesprochen gutes Verhältnis haben – ein aufrichtiges, offenes Verhältnis. Die beiden lieben einander und freuen sich immer aufeinander. Nach den Treffen ist der Kleine ziemlich durcheinander – für uns fühlt sich das an, als würde er sich von uns entfernen. Trotzdem finden wir, dass der Kontakt so wichtig für ihn ist und auch wenn es manchmal weh tut. Unsere Aufgabe sehen wir darin, vor und nach sämtlichen Treffen dieser Art geduldig zu sein, zu trösten, wenn nötig, seinen Gefühlszustand zu erklären, damit er zunehmend einordnen kann, wie alles zusammenhängt.

Auch an diesem 1. Weihnachtstag ist es wunderbar mit der Oma, weil sie ihn versteht – sie weiß ihn zu nehmen, auch wenn es nicht einfach ist. Allerdings spitzt sich die Situation wie erwartet bereits während des Besuchs zu. Die Bewegungen, die Ausrufe, alles ganz schön ausgelassen/unkontrolliert. Selbst nach einem ausgiebigen Abendspaziergang wurde es nicht einfacher. Mein Gedanke, der nächste Tag ist wieder eine neue Chance, entspannt mich wieder. Leider ist der aufgewühlte Zustand auch am nächsten Tag nicht vorbei und die Reizbarkeit beim Kleinen macht sich bei jeder Gelegenheit bemerkbar. Meine Versuche, mich einzufühlen,

führen nicht zum gewünschten Ergebnis. Am Abend erreichen wir den Höhepunkt der stressigen, angespannten Familienatmosphäre. Der Kleine packt wiederum seine Sachen und will nach mehreren Monaten Pause von diesem Verhalten wieder weg. Die Dunkelheit hält ihn davon nicht ab. Ich sag zu ihm diesmal, dass ich ihn nicht aufhalten werde, aber sehr wohl die Polizei informieren müsste. Er wirkt auf mich um einiges ‚reifer‘ als vor ein paar Monaten, dann überlegt er es sich tatsächlich wieder anders.

Als es eskalierte, hielt er drohend das Messer – mal zu uns mal zu sich selbst, bis wir ihm endlich das Messer mit bestimmter Stimme aus der Hand nehmen konnten. Ich sehe ihm an, wie zufrieden er ist, dass wir entschlossen eingriffen. Ich spüre keine Gefahr von ihm aus – ich bin mir sicher, dass er weder uns noch sich selbst verletzen wollte. Das alles ist eine reine Sicherheitsmaßnahme. Und dennoch bis in das Unvorstellbare anstrengend.

An so einem Tag zerbreche ich mir weniger den Kopf darüber, wie könnten wir künftig solche Situationen besser in den Griff bekommen – damit kann ich mich erst im Nachhinein auseinandersetzen –, ich denke viel mehr, dass ich nicht weiß, wie lange ich so etwas aushalten kann.

Der nächste Tag: Als ich ihn erinnere, dass er eine kurze Zusammenfassung einer Lesegeschichte abschreiben soll, um zu üben – was er am Vorabend selber einsah und versprach, geht das Elend wieder los. Die noch nicht ausreichend ausgebildete Fähigkeit, mit Anforderungen umzugehen, löst bei uns allen einen unfassbaren Konflikt aus. Und so gerät jeder von uns in seinen eigenen Film, ganz gewiss. Natürlich sind wir uns über die Verantwortung bewusst, die wir tragen, aber ich muss gestehen, in solchen Situationen entzieht sich so einiges meiner Einflussnahme. An DER Stelle haben wir inzwischen viel dazu gelernt, aber wir sind

keine „perfekten“ Personen, keine Roboter die nur funktionieren.

Dieser Punkt, an dem wir in so einer Situation stolpern, scheint im selben Augenblick irgendwie unüberwindbar – mit der Liebe, die wir geben können und mit Vernunft, kommen wir dann nicht weiter. Unsere Liebe ist in Krisensituationen definitiv nicht bedingungslos – ich lasse mich weder gern beleidigen noch treten oder gar hauen. Und dazu stehe ich. Instinktiv wehre ich mich und tue ihm notgedrungen ebenso weh, wenn alles andere nicht hilft. Dann fühle ich mich gewalttätig, obwohl ich es nicht bin. Ich fühle mich schlecht und es tut mir leid und bin zutiefst traurig – solche Erlebnisse überschatten in diesem Moment alles Wunderbare, was wir uns bisher erarbeitet haben.

Und dann kommt der Sohnemann wieder angerannt und erzählt von irgendetwas und möchte Nähe, Zuwendung und gemeinsames Spiel, als wäre nichts gewesen. Ich bewundere ihn dafür, wie schnell er weiter machen kann. Darin ist er mir ein großes Vorbild.

Spätestens dann bin ich wieder milde und ganz bei ihm und merke, dass nur das allein hilft – für einander da sein – im Guten wie im Schlechten, nicht in Stich lassen oder aufgeben. Das allein lohnt sich und sich vor allem „...vom Kind an die Hand nehmen ... lassen...“, wie einst Dr. Arnim Westermann einmal schrieb.

Spielen

Verfasserin ist dem Stadtjugendamt München bekannt

Unser Sohn Fabian ist mit einem halben Jahr bei uns eingezogen. Seit wir ihn kennen spielt er, je nach Alter und Entwicklungsstufe, sehr gerne und ausdauernd (unter einem Tuch verstecken, Türme bauen und umwerfen und so weiter). Seit er reden kann, mit etwa 2 ¼ Jahren, spielt er deutlich eigenständiger. Mit Beginn des Sprechens und dem Start in den Kindergarten im letzten Herbst, zeigen sich bei Fabian verstärkt zwei wiederkehrende Aspekte im Spielen: Bewältigung und Kontrolle.

Einerseits helfen ihm Spiele bei der **Bewältigung** von Veränderungen. Fabian nutzt das Spielen sehr stark zur Alltagsverarbeitung. Er spielt erlebte Alltagssituationen, aber vor allem Ausflüge und Urlaube wochenlang nach. Sein Schwerpunkt liegt dabei auf Übergängen (An-/Abreise und so weiter) und auf Situationen die ihn besonders herausgefordert haben (erschreckt durch die Hupe einer Fähre, eine steile Rutsche und so weiter). Auch um den Alltag zu bewältigen hat Fabian sehr viele ritualisierte Spiele (beim Essen, Händewaschen, Zähne putzen, Wickeln, Anziehen, Fahrrad parken, im Kindergarten ankommen und so weiter). Ohne diese fallen ihm häufig die „Alltagsübergänge“ schwer.

Durch das Spielen schafft er sich innerhalb der Alltagsstruktur Ruhezeiten zur Erholung. Dazu legt er sich in der Regel hin und schiebt beispielsweise Fahrzeuge neben sich hin und her. Ohne eine Beschäftigung gelingt es ihm nicht, sich selbst für ein paar Minuten auszuruhen.

Der zweite wichtige Punkt, der das Spielen von Fabian kennzeichnet ist, die **Kontrolle**. Die zeigt sich an zahlreichen Aspekten. Fabian spielt, sowohl im Kindergarten, als auch wenn Besuch da ist am liebsten alleine oder mit Erwachsenen. Spiele mit Kindern sind ihm häufig unangenehm. Meist versucht er seinen Spielbereich gegen mitspielende Kinder zu verteidigen, manchmal hält er es auch aus, dass andere Kinder in seiner Nähe spielen, solange sie nicht mit ihm oder seinem Spielzeug spielen. Auch Kreisspiele, wie in der Krabbelgruppe oder im Kindergarten bedeuten Stress für ihn. Hier kommuniziert er sehr deutlich, dass er nicht teilnehmen möchte. Glücklicherweise können die Erzieher im Kindergarten seinen Wunsch akzeptieren und zwingen ihn nicht in Situationen in denen er sich unwohl fühlt. Gerne spielt er nur mit älteren Kindern oder Erwachsenen, die er gut einschätzen kann und die für ihn vorhersehbar sind. Häufig instruiert er erwachsene Mitspielende auch sehr genau über den Handlungsablauf und sagt ihnen vor, wann sie was zu erwidern haben. Dabei werden über einen längeren Zeitraum immer wieder die gleichen Sequenzen in gleicher Besetzung eingefordert und abgespielt. Häufig verknüpft er auch Spiele mit bestimmten Personen, so dass er ein Spiel nur mit seinem Opa spielt und ein anderes nur mit seiner Oma. Da diese bereits ausreichend gebrieft sind um das Spiel exakt in seinem Tempo und nach seinen Abläufen zu spielen.

Rollenspiele spielt Fabian im Gegensatz zu Gleichaltrigen kaum. Einzig wenn er mit seinen Kuscheltieren spielt, hält er sie beschützend im Arm und wiegt sie. Dabei erklärt er ihnen beruhigend, dass sie keine Angst haben müssen, weil er für sie da ist. Besonders verstärkt war dieses Spiel mit Beginn des Kindergartens, in dieser Zeit hat er auch uns gegenüber mehrfach am Tag geäußert, dass wir „immer für immer bei

ihm bleiben müssen“. Gerade im Rollenspiel zeigt sich, dass es ihm schwer fällt auf Erwartungen anderer zu reagieren. Erwartet von ihm jemand im Spiel eine bestimmte Handlung, die er nicht bereits zuvor eingeplant hat, führt dies zur sofortigen Beendigung des Spiels von seiner Seite.

Abschließend lässt sich festhalten, dass es Fabian meistens schwer fällt flexibel auf veränderte Gegebenheiten zu reagieren. Dies zeigt sich besonders beim Spielen von Gesellschaftsspielen. Zu Beginn eines Spiels traut er sich häufig weniger zu, als er kann. Ist dieser Punkt überwunden, ist er sehr interessiert und motiviert neue Spiele und deren Regeln kennenzulernen, die er sich auch sehr schnell merken kann. Variiert man jedoch die Regeln kann er sich nicht mehr auf das Spiel einlassen und muss erst alles „in Ordnung“ bringen. Fabian Entwicklungsneurologin hat uns jedoch empfohlen, genau dies immer wieder einzubringen, um so dauerhaft seine Anpassungsfähigkeit und Flexibilität in neuen Situationen zu verbessern. Und ihn somit bei einer besseren Alltagsbewältigung zu unterstützen.

Natürlich fragen wir uns manchmal, ob seine Verhaltensweisen mit seiner Vergangenheit und den damit einhergegangenen Bindungsabbrüchen zu tun haben. Unserer Meinung nach, ist es egal woher es kommt.

Wichtig für Fabian und unseren Alltag ist es, dass wir uns darauf einlassen können. Und dass wir für ihn ein Umfeld schaffen, in dem sich auch Verwandte und Bekannte und vor allem der Kindergarten auf ihn einlassen.

Spielen und FAS

Verfasserin ist dem Stadtjugendamt bekannt

Ende November 2015 ist unser jetzt fast 8-jähriger Pflege-sohn bei uns eingezogen. Seit dem er 8 Wochen alt war lebte er in einer Wohngruppe in einem Kinderheim. Diese bestand aus insgesamt 10 Kindern, die im Alter von wenigen Monaten bis zu 6 Jahren alt waren.

Bei unserem Pflegesohn wurde anhand körperlicher Merkmale schon früh das fetale Alkoholsyndrom (FAS) diagnostiziert. Zusätzlich hat er eine einseitige leichte Spastik. Bedingt durch FAS ist Konzentration ein Schwachpunkt bei ihm – so auch beim Spiel.

„Spielen“ war von Anfang an ein großes Thema mit unserem Sohn. Nicht zuletzt bedingt durch das Aufwachsen in einer größeren Gruppe. Dort war natürlich jederzeit jemand da, der ohne Zögern mit ihm gespielt hat. Der Wechsel von einem Spiel zum anderen war jederzeit möglich. Mit Bauklötzen etwas entstehen lassen und kaputt machen. Verstecken in den Schränken, sich jagen und fangen, je wilder je besser. Der Bewegungsdrang war und ist enorm.

Als er dann bei uns einzog, war die Situation für ihn und uns sehr verändert. Auf einmal waren nicht ständig bereitwillige Gleichaltrige zum gemeinsamen Spielen und Toben da. Auch das Angebot an Spielmöglichkeiten war begrenzter. Wir haben bewusst wenige Spielsachen vorgehalten, um ihm die Auswahl zu erleichtern und ihm die Möglichkeit zu geben, sich auf ein Spiel zu konzentrieren.

Was uns sehr schnell bewusst wurde, war die Tatsache, dass er nicht alleine spielen konnte. Egal was man ihm an Spielsachen angeboten hat, es musste immer jemand mit-spielen. Anfangs war das auch kein Problem. Wir mussten uns ja erst aneinander gewöhnen. Und was wäre da nicht besser geeignet, als gemeinsam zu spielen oder auch gemeinsam zu toben.

Positiv war auch, dass für ihn die Hausarbeit, insbesondere das Staubsaugen, ein Spiel war. Das war uns natürlich sehr recht, dass er da „mitspielen“ wollte. Heute ist die Hausarbeit für ihn leider kein Spiel mehr.

Immer wieder haben wir ihn animiert alleine zu Spielen. Sich alleine zu beschäftigen. Waren es anfangs nur wenige Minuten, die er sich mit sich beschäftigen konnte, so schafft er es nach 4 Jahren mittlerweile, sich etwa 30 Minuten alleine zu beschäftigen, zu spielen. Dabei spielt er nicht mit seinen Playmobil-Sachen, sondern er bastelt. Zurzeit ist es ihm ein großes Anliegen ein Handy zu haben. So bastelt er sich immer wieder ein neues Modell aus Pappe und kann sogar Einzelheiten dazu ausschneiden (Ladekabel, SIM-Karte,...) und bemalen. Er braucht aber nach wie vor viel Motivation um alleine spielen zu können. Mit einem Belohnungssystem klappt es derzeit recht gut. Sobald er aber bemerkt, dass im Hof andere Kinder sind, oder wir beschäftigungslos sind, wird das Einzelspiel unterbrochen oder beendet und ein Spielkamerad gesucht.

Im Zusammenspiel mit anderen Kindern versucht Daniel immer alle einzubeziehen und er kann ganz darin aufgehen. Das gemeinsame Spiel mit Freunden zu beenden ist, trotz mehrmaliger Vorankündigungen, jedes Mal nahezu ein Drama und endet nicht selten in Tränen.

Beim Spiel mit Erwachsenen ist es ähnlich. Er lässt sich jedoch leichter an das Ende eines Spiels hinführen und es

kann dann auch nach dem ein oder anderen Wort seinerseits beendet werden.

Insgesamt betrachtet hat unser Sohn einen enormen Bewegungsdrang, der die Art und Weise des Spielens beherrscht und uns ständig auf Trab hält. Beim „Mensch ärgere Dich nicht“, beispielhaft genannt, kann er kaum sitzen. Je spannender das Spiel, umso mehr muss er sich bewegen. Darunter leidet dann auch die Konzentration und er fragt ständig nach, ob er jetzt dran ist. Spannung auszuhalten ist für ihn sehr schwer.

Verlieren war am Anfang schier ein Weltuntergang – nun sind wir soweit, dass es sich „nur“ noch um ein heftiges Gewitter handelt.

Mittlerweile lassen sich zunehmend auch gut Konzentrationsspiele, wie zum Beispiel Memory oder Zicke-Zacke-Hühnerkacke, mit ihm spielen. War es anfangs noch notwendig,



ihn das ein oder andere Mal auch gewinnen zu lassen, damit er nicht die Lust am gemeinsamen Spiel verliert, ist es inzwischen eine Herausforderung bei diesen Konzentrationsspielen selbst zu gewinnen. Unser Sohn hat ein enorm gutes photographisches Gedächtnis. Dieses Training hilft ihm auch gut in der Schule.

Selbstverständlich liebt er es die Spiele auszusuchen bei denen klar ist, dass er fast immer gewinnt. Dann ist es unsere Aufgabe auch mal ein etwas schwierigeres oder ein Spiel auszuwählen, welches ihm mehr Konzentration abverlangt.

Trotz der schlechten Prognose am Anfang unseres gemeinsamen Weges kann er sich in der Regelschule gut zurechtfinden und ist in fast allen Bereichen gut. Dazu waren eben auch Spiele nötig, die die Sinne schärfen und Konzentration abverlangen, wenn man gewinnen will. Ehrgeizig war er schon immer!

Natürlich dürfen wir nicht vergessen, dass unser Junge sehr gerne und ausdauernd Sport macht. Dazu gehört vor allem Fußballspielen. Der Vorteil dabei ist, dass er seinen großen Bewegungsdrang dabei ausleben kann und er im Team spielt. Wenn er allerdings zu lange auf der Bank sitzt wird er unruhig und beschwert sich, dass er auch ins Spiel will. Wenn die ganze Mannschaft verliert, dann ist das zu verkraften – ein Sieg wäre aber allemal besser.

Es ist erstaunlich, welche Sprünge und welche Entwicklungsfortschritte unser Sohn insgesamt gemacht hat. Kinder lernen spielend. Unsere Aufgabe ist es, unseren Kindern das erforderliche Angebot zu unterbreiten, sie zu fördern und zu bestärken – auch wenn es manchmal den allerletzten Nerv zu kosten scheint.

Pflegefamilien-Sommerfest 2020

am Sonntag, den 19.07.2020 von 14 bis 17 Uhr

Der Nachmittag soll Ihnen die Gelegenheit geben,

- > andere Pflegefamilien in lockerer Atmosphäre kennen zu lernen, sich auszutauschen,
- > bekannte Gesichter wieder zu sehen,
- > Ihrem Kind den Kontakt mit anderen Pflegekindern zu ermöglichen.

Wenn Sie daran Interesse haben, freuen wir uns, Sie beim Sommerfest für Pflegefamilien im Münchner Kindl Heim zu sehen. Im Münchner Kindl Heim sind wir vom Wetter unabhängig und das gesamte Nachmittag mit oder ohne Sonne zusammen verbringen. Sitzgelegenheiten gibt es ausreichend. Für die Kinder gibt es einen tollen Spielplatz zu erkunden. Darüber hinaus werden Spiel- und Bastelangebote für die Kinder gemacht.

ABGESAGT

Wasser, Tee und Kaffee werden wir vorbereiten. Teller und Besteck sind vorhanden. Es wäre schön, wenn jede Familie etwas für das Buffet (süß oder salzig) mitbringt.

Nähere Informationen auf der nächsten Seite

Datum: Sonntag, 19.07.2020

Wo: Münchner Kindl Heim
Oberbiburgerstraße 45

Mit der U-Bahn: U1 Endhaltestelle Mangfallplatz
aussteigen, etwa 5 Minuten zu Fuß, Ausgang
„Oberbiburgerstraße“

Wann: Von 14 bis 17 Uhr, bei jedem Wetter.

Wer: **ABGESAGT** Blinde, Blinden, Pflegekinder, Pflegegroßeltern

Wir bitten um eine telefonische oder schriftliche Anmeldung
– dies erleichtert uns die Organisation.

Telefonische Rückmeldung an:
Frau Gruber, Tel. 089 233-20018
oder per E-Mail: viola.gruber@muenchen.de

Auf Ihr Kommen freut sich das Team der Gruppenarbeit!

Fortbildung Traumapädagogik – für Pflegeeltern

10 mal mittwochs von 17.30 bis 20 Uhr

„Ich bin dort zuhause, wo ich verstanden werde“

Der Einfluss früher traumatischer Erlebnisse auf die Gehirnentwicklung, auf das Verhalten und auf die emotionale Entwicklung von Kindern ist wissenschaftlich inzwischen unumstritten. Dachte man früher, Kinder seien sehr robust und unverletzlich, weiß man heute, dass das Gegenteil der Fall ist. In der Folge von traumatischen Ereignissen entwickeln die Kinder unterschiedlichste Verhaltensweisen, die ihrem Überleben dienen sollen. Sie reagieren normal auf nicht normale Geschehnisse.

Das Leben mit traumatisierten Kindern ist äußerst belastend für Pflegeeltern und kann sie an die Grenzen ihrer Möglichkeiten bringen. Traumapädagogik hat zum Ziel, die Handlungsfähigkeit der Erwachsenen wieder herzustellen und die Lebensqualität betroffener Kinder zu verbessern.

Ein hoher Prozentsatz der Pflegekinder hat traumatisierende Lebensumstände erfahren.

Gerade in den ersten Lebensmonaten und Jahren ist das Kind traumatischen Situationen hilflos ausgeliefert. Ohn-

machtserfahrungen sind Bestandteil eines jeden Traumas. Bei Kindern kommt hinzu, dass die Bindungsperson das Kind nicht schützen konnte, oder die traumatische Erfahrungen sogar verantworten muss. Dies führt zu einer Bindungstraumatisierung des Kindes, die dem Kind jede weitere Beziehung, als potentiell gefährlich erscheinen lässt. Das Kind hat die unbewusste „Wahrheit“ abgespeichert: „Beziehung ist gefährlich“ und „Niemand kann mich schützen“.

Einerseits hat das Kind das Bedürfnis nach Nähe, andererseits erscheint gerade diese Nähe für das Kind (lebens-) gefährlich. Die Folge ist, dass wohlgemeinte Beziehungsangebote von Pflegeeltern zum Scheitern verurteilt sind. Das Kind kann diese aufgrund seiner Erfahrungen nur bedingt oder nicht annehmen. Die Pflegeeltern erfahren teilweise massive Zurückweisungen. Manche lernen an sich selbst Seiten und Impulse kennen, die sie nicht für möglich gehalten haben, oder haben das Gefühl „im falschen Film zu sein“. Ein Teufelskreis aus Mitgefühl, Hilflosigkeit, Wut und Verzweiflung kann entstehen. Die Familie ist gefangen in den Folgen des Traumas. Heilsame Beziehungserfahrungen sind für das Kind nicht mehr möglich, wenn nicht die Erwachsenen ihre Wahrnehmung und Handlungen verändern.

Die Überlebensstrategien der Kinder sind so unterschiedlich wie die Kinder selbst und können auch nur situativ auftreten: Innere oder äußere Flucht („sich ausklinken“, weglaufen), aggressives Verhalten, Blockaden, Vermeidung bestimmter Situationen, Schwierigkeiten soziale Kontakte zu gestalten, Kontrollverlust oder Überanpassung und anderes können Hinweise auf eine Traumafolgestörung sein.

Kinder haben aber auch ein enormes Entwicklungspotential und Ressourcen. Ein stützender und schützender Rahmen, feinfühlig, zuverlässige und geduldige Pflegeeltern, können dem Lebensweg der Kinder eine andere Richtung geben. Wir kennen viele Pflegeeltern die bewusst oder intuitiv „richtig“

für ihr Kind handeln und gemeinsam viele gute Schritte gehen.

Unabhängig davon, ob Sie sicher sind, dass ihr Kind an einer Traumafolgestörung leidet oder nicht, können sie in dieser Fortbildung an einer traumasensiblen Haltung arbeiten, die zu verändertem Verhalten in problematischen Alltagssituationen führt. Eine traumasensible Haltung schadet keinem Kind, auch wenn ihm traumatische Ereignisse erspart blieben. Sie führt immer zu einer Verbesserung der Beziehung, da es um ein vertieftes Verstehen des Kindes geht.

In der Fortbildung soll die Traumapädagogik gemeinsam weiterentwickelt werden, unter fachlicher Anleitung und auf der Grundlage ihrer guten oder schlechten Erfahrungen.

Ziel:

- > Ermutigung im Umgang mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen
- > Entwicklung einer traumasensiblen Haltung
- > Wissen um Traumafolgestörungen
- > Konzept der Selbstbemächtigung (nach Wilma Weiss)
- > Selbstfürsorge

Die Theorie soll für Teilnehmende unmittelbar anwendbar werden, indem wir uns auf die Geschichte der einzelnen Kinder gemeinsam einlassen und individuelle Lösungsansätze suchen.

Bausteine der Fortbildung:

- > Einführung in die Traumapädagogik und Begriffe der Traumaforschung
- > Spezifische Belastung im Zusammenleben mit traumatisierten Kindern und Jugendlichen
- > Selbstfürsorge

- > Akute und chronische Folgen von Traumatisierung
- > Lebensweg des Kindes – unter Trauma spezifischen Blickwinkel
- > Ressourcen des Kindes
- > Umgang mit Übertragung und Gegenreaktion: „In welchem Film bin ich eigentlich?“
- > Unterschiedliche Bindungserfahrungen und Folgen für die Beziehungsgestaltung
- > Konzept der Selbstbemächtigung
 - Psychoeducation
 - Stabilisierung / Sicherheit schaffen
 - Hilfen bei der Emotionssteuerung / Affektregulation
- > Pädagogische Wege und Methoden im Umgang mit den Kindern

Je nach Wunsch und Bedarf der Teilnehmer*innen, können die Schwerpunkte verändert und ergänzt werden.

Methoden:

- > Schriftliche Unterlagen zu wichtigen Theorieinhalten
- > Literaturempfehlungen
- > Kleingruppenarbeit
- > andere Methoden der Gruppenarbeit
- > Selbstreflexion, gemeinsame Reflexion
- > Hausaufgaben (zum Beispiel Beobachtung bestimmter Situationen)

Zeitrahmen:

10 Treffen, jeweils 2,5 Stunden, mittwochs von 17.30 bis 20 Uhr (einmal montags),
Severinstraße 2, Zimmer 222

regelmäßige Teilnahme wird erwartet.

Termine:

11.11.2020, 25.11.2020, 09.12.2020, 21.12.2020,
13.01.2021, 27.01.2021, 10.02.2021, 24.02.2021,
10.03.2021, 24.03.2021

Leitung:

Gruppenarbeit – Pflege: Viola Gruber, Dipl. Soz. Päd (FH),
systemische Familientherapie, Traumapädagogin (ZTP,
Zentrum für Traumapädagogik, Hanau)

Anmeldung und sonstiges:

- > Per Telefon (089 233-20018) oder E-Mail (viola.gruber@muenchen.de) bis 14.10.2020.
- > Alle Teilnehmer*innen, wie auch die Leitung der Gruppe unterliegen der Schweigepflicht.
- > Wenn sie unsicher sind, ob die Fortbildung für Sie passt, können wir dies gerne in einem persönlichen Gespräch klären.
- > Mindestteilnehmerzahl: 7 Personen

Aktuelle Themenreihe für Pflegeeltern

Im Rahmen der Themenreihe werden unterschiedliche pädagogische Themen aufgegriffen, die unserer Erfahrung nach Pflegeeltern immer wieder beschäftigen.

Die Nachmittage finden donnerstags in der Zeit von 16 bis 18 Uhr in den Räumen des Stadtjugendamtes in der Severinstraße 2 statt.

Parallel zur Veranstaltung wird eine Kinderbetreuung angeboten. Bitte geben Sie bei Ihrer Anmeldung unbedingt an, ob Sie diese benötigen.

Anmelden können Sie sich mit der im Veranstaltungskalender beiliegenden Postkarte oder telefonisch im Vorzimmer des Sachgebietes unter Telefon 089 233-20001 oder über die Sachgebietsleitung Frau Dunkel, Telefon 089 233-20000.

15.10.2020 **„Spielen“**

Wie die Bindungsentwicklung durch gemeinsames Spielen unterstützt werden kann.

An diesem Nachmittag möchten wir die Ideen des Buches von Aletha J. Solter, „Spielen schafft Nähe und Nähe löst Konflikte“, genauer betrachten und für Sie nutzbar machen.

Es gibt einige hilfreiche Prinzipien und Herangehensweisen die ihr Kind unterstützen ins Spiel zu kommen. So lernt es

langsam Versäumtes nach zu holen und in Konfliktsituationen überraschende Auswege zu finden. Wenn Sie mit anderen Augen auf die Spielaufforderungen reagieren, wird sich die Kooperationsbereitschaft ihres Kindes erhöhen.

Das Gute darin ist, dass es gemeinsam Spaß machen kann, wenn Sie sich auf die kindlichen Bedürfnisse einlassen können.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

26.11.2020

„Herkunftseltern – Wie gelingt mir eine wohlwollende Haltung?“

Die leiblichen Eltern werden für Ihr Pflegekind immer eine Rolle spielen, unabhängig davon, ob Besuchskontakte stattfinden oder nicht. Ihr Kind interessiert sich dafür, wo es herkommt, ob es Ähnlichkeiten zwischen sich und den leiblichen Eltern entdecken kann, oder es fürchtet sich vor eventuellen Ähnlichkeiten (zum Beispiel Sucht und psychische Erkrankungen). Es muss erfahren, warum es nicht mehr bei den leiblichen Eltern leben konnte und es wünscht sich sicher auch, nicht vergessen worden zu sein von seiner Ursprungsfamilie. Damit ein Kind sich annehmen kann wie es ist, ist es äußerst wichtig auch den Herkunftseltern mit Achtung und Wohlwollen gegenüber zu treten. Eine gering-schätzende, abwertende Haltung birgt die Gefahr, dass Kinder sich selbst auch abwerten, sie stammen schließlich von ihren Eltern ab. Sind diese „böse“, so sind sie selbst vielleicht auch so.

Eine hilfreiche Grundannahme in Bezug auf die Herkunftseltern ist: „Jeder Mensch gibt zu jeder Zeit das Beste, was ihm innerhalb seiner Grenzen, Fähigkeiten,

Intelligenz, Umgebung, Gesundheit, Wissen, vorhandener Unterstützung und aufgrund seiner Geschichte, möglich ist.“ (Pflegeelternrundbrief II/2012, S. 18, Artikel von Frau Gruber)

An diesem Nachmittag wollen wir uns Zeit nehmen zu sehen, wo Sie in Bezug auf die Herkunftseltern stehen, wo Ihre Stolpersteine sind und wie Sie ein Stück weiterkommen auf Ihrem Weg.

Natürlich sollen Sie auch Gelegenheit zum Austausch mit anderen Pflegeeltern erhalten.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Gruppen- und Seminarangebote

Für welche Pflegeform gibt es welche Angebote?

Silvia Dunkel

1. Zeitlich unbefristete Vollpflege (Fremd- und Verwandtenpflege)

Wochenendseminare in Teisendorf

02.10.–04.10.2020 „Seminar für unbefristete Vollpflege“

23.10.–25.10.2020 „Seminar für Verwandtenpflege“

13.11.–15.11.2020 „Pubertätsseminar“

11.12.–13.12.2020 „Seminar für unbefristete Vollpflege“

Regelmäßige Gesprächsgruppen

„Alltag mit Pflegekindern“

Dienstag: 21.07.2020, 22.09.2020, 20.10.2020, 17.11.2020,
15.12.2020

„Mal Regen und mal Sonnenschein –
Alltag in Pflegefamilien“

Donnerstag: 16.07.2020, 24.09.2020, 22.10.2020,
19.11.2020, 10.12.2020

„Pflegeeltern mit Vorschulkindern“

Dienstag Abend: 07.07.2020, 22.09.2020, 13.10.2020,
10.11.2020, 08.12.2020

„Verwandtenpflegen“

Montag Abend: 20.07.2020, 14.09.2020, 19.10.2020,
16.11.2020, 14.12.2020

Mutter-Vater-Kind-Gruppe

Dienstag: 14.07.2020, 15.09.2020, 29.09.2020, 13.10.2020,
27.10.2020, 17.11.2020, 01.12.2020, 15.12.2020

Traumapädagogik-Fortbildung für Pflegeeltern

Donnerstag: 11.11.2020, 25.11.2020, 09.12.2020,
21.12.2020

Themenreihe

Donnerstag, 16 bis 18 Uhr

Anmeldung ist für einzelne Abende möglich

„Spielen“

am 15.10.2020 (ggf. mit Kinderbetreuung)

„Herkunftseltern – wie komme ich zu einer wohlwollenden Haltung?“

am 26.11.2020 (ggf. mit Kinderbetreuung)

Pflegefamiliennachmittag/Sommerfest
für Pflegefamilien

ABGESAGT

Am 19.07.2020 im Münchner-Kindl-Heim,
Oberbiberger Straße 45, 81547 München

2. Vollpflege mit Mehrbedarf

Wochenendseminar in Teisendorf
27.11.–29.11.2020

Gesprächsgruppen und Themenreihe
siehe unter 1. zeitlich unbefristete Vollpflege

3. Bereitschaftspflege

Themenzentrierte Gruppenabende
nach Absprache mit den Fachkräften (persönliche Einladung)

Supervision
(vierwöchig nach Absprache mit der Supervisorin)

Themenreihe
siehe unter 1. zeitlich unbefristete Vollpflege

4. Zeitlich befristete Vollpflege

Themenzentrierte Veranstaltungen
nach Absprache mit den Fachkräften (persönliche Einladung)

Themenreihe
siehe unter 1. zeitlich unbefristete Vollpflege

5. Kurzzeitpflege

Gesprächsgruppen und Themenreihe
siehe unter 1. zeitlich unbefristete Vollpflege

Sozialbürgerhäuser

Zusammenfassung aller bestehenden Sozialbürgerhäuser

SBH Berg am Laim-Trudering-Riem

Stadtbezirke 14 und 15
Streitfeldstraße 23, 81673 München
Infothek Soziales: 233-96808

SBH Giesing-Harlaching

Stadtbezirke 17 und 18
Werner-Schlierf-Straße 9
81539 München
Infothek Soziales: 233-96807

SBH Laim-Schwanthalerhöhe

Stadtbezirke 8 und 25
Dillwächterstraße 7, 80686 München
Infothek Soziales: 233-96801

SBH Mitte

Stadtbezirke 1, 2 und 3
Schwanthalerstraße 62
80336 München
Infothek Soziales: 233-96805

SBH Sendling-Westpark

Stadtbezirke 6 und 7
Meindlstraße 20, 81373 München
Infothek Soziales: 233-96809

SBH Nord

Stadtbezirke 11 und 24
Feldmoching/Hasenberg
Milbertshofen/Am Hart
Knorrstraße 101–103,
80807 München
Infothek Soziales: 233-96803 und
233-96810

SBH Neuhausen-Moosach

Stadtbezirke 9 und 10
Ehrenbreitsteiner Straße 24
80993 München
Infothek Soziales: 233-96802

SBH Orleansplatz

Stadtbezirke 5 und 13
Orleansplatz 11, 81667 München
Infothek Soziales: 233-96806

SBH Pasing

Stadtbezirke 21, 22 und 23
Landsberger Straße 486
81241 München
Infothek Soziales: 233-96804

SBH Süd

Stadtbezirke 19 und 20
Schertlinstraße 2
81379 München
Infothek Soziales: 233-96800

SBH Schwabing-Freimann

Stadtbezirke 4 und 12
Heidemannstraße 170
80939 München
Infothek Soziales: 233-96811

SBH Ramersdorf-Perlach

Stadtbezirk 16
Thomas-Dehler-Straße 16
81737 München
Infothek Soziales: 233-96812

Manche Kinder können ...

nicht mehr bei ihren Eltern leben,
auf turbulente Zeiten zurückblicken,
**sich wieder sicher und geborgen in
einer neuen Familie fühlen.**

Jedes Kind braucht ...

vertrauensvolle Beziehungen,
Begleitung und Unterstützung,
eine Familie.

Werden Sie Pflegeeltern

Gesucht werden

liebevolle Pflegeeltern.

Pflegeeltern können ...

einem Kind viel Zeit schenken und Zugehörigkeit zur Familie bieten,
mit Liebe und Verständnis eine tragfähige Beziehung aufbauen,
auf Vorbereitung, Unterstützung und Beratung vom Jugendamt vertrauen.

Pflegeeltern brauchen ...

Akzeptanz für die Herkunftsfamilie des Kindes,
Bereitschaft zu Besuchskontakten mit der Herkunftsfamilie,
Interesse an neuen Herausforderungen.

Interessiert?

Dann kommen Sie zum Infoabend.

Informativ, unverbindlich, kostenlos und ohne Voranmeldung.

**Termine unter www.muenchen.de/pflegeeltern
oder Telefon 089 233-20001**

