

Spiele ist gesund!

0-6 Jahre

Wenn Kinder spielen, tun sie genau das, was sie für ihre gesunde Entwicklung brauchen. Und was ihnen am meisten Freude macht.



© freeday/photocase.de

Spiele ist ein kindliches Grundbedürfnis

Für Erwachsene ist Spielen meist nur ein unterhaltsamer Zeitvertreib – für ein Kind ist Spielen die „Hauptsache“.

Spiele ist ein Grundbedürfnis von Kindern und für die kindliche Entwicklung so wichtig wie Schlafen, Essen und Trinken. Und das gilt für jedes Kind gleichermaßen, unabhängig von Kultur und Herkunft und davon, ob es eine Behinderung hat: Im Spiel sammelt es grundlegende Erfahrungen, erlebt Gefühle wie Stolz, Enttäuschung, Freude und Wut. Spielen ist der natürliche Weg eines jeden Kindes, sich mit der Welt vertraut zu machen, sie zu begreifen und auf sie einzuwirken. Spielen ist der kindliche Zugang zur Welt.

Spiele „trainiert“ das Gehirn

Das Gehirn des Kindes ist bei der Geburt noch nicht vollständig ausgereift. Vor allem während der ersten Lebensjahre bilden sich wichtige Nervenverbindungen erst noch aus, indem das Gehirn beispielsweise lernt, die über Augen oder Ohren gelieferten Informationen zu verarbeiten. Andere Verknüpfungen entstehen durch Anforderungen und Denkleistungen, wie beispielsweise durch Beobachten und Reagieren. Beim Spielen machen Kinder vielfältige Erfahrungen und bekommen eine Vielzahl von Anregungen. Je vielschichtiger und häufiger die Anregungen sind, desto besser

unterstützen sie die kindliche Gehirnentwicklung. Mit fünf Jahren haben Kinder etwa 80 Prozent ihrer Intelligenz entwickelt!

Quelle: Bundeszentrale für gesunde Aufklärung, kindergesundheit-info.de

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/spielen/hauptsache-spielen/spielen-ist-gesund/>

CC BY-NC-ND

Spielen – die beste Förderung für Ihr Kind

0-6 Jahre

Kinder spielen und lernen aus eigenem Antrieb. Denn sie sind von Natur aus neugierig und möchten die Welt entdecken – wenn wir sie lassen.



© Corbis Images

Es wird Eltern nicht immer leicht gemacht, die Entwicklung ihrer Kinder gelassen zu begleiten: Zahlreiche Ratgeber versuchen ihnen zu erklären, was gut für ihr Kind ist, wie entscheidend die ersten Jahre für das spätere Leben ihres Kindes sind, und wie wichtig eine möglichst frühe und „richtige“ Förderung für ihr Kind ist. Und obwohl Eltern meist intuitiv das Richtige tun und „die Experten“ für ihr Kind sind, sind viele hierdurch häufig verunsichert. Aufmerksam werden gleichaltrige Kinder beobachtet und mit den eigenen Kindern verglichen. Wenn dann andere Kinder schon besser sprechen, laufen, spielen oder singen, haben manche Eltern Angst, bei ihren Kindern etwas versäumt zu haben.

Wie gut ist es da doch zu wissen: Es gibt für Kinder eigentlich keine bessere Förderung, als ihnen von klein an genügend Zeit und Raum zum Spielen zu geben. Das zeigt sich auch später in der Schule: Kinder, die vom Kleinkindalter an ausgiebig spielen durften, sind meist stabiler und oft auch erfolgreicher.

Kinder lernen im Spiel

Kinder lernen nicht nur „spielend leicht“, sondern das Spielen ist auch ihre Art zu lernen. Anders ausgedrückt: Bei Kindern sind Spielen und Lernen zwei Seiten ein und derselben Medaille:

- Im Spiel suchen sich Kinder die Anregungen, die sie gerade für ihre Entwicklung brauchen.
- Sie lernen die Welt kennen, finden heraus, wie die Dinge funktionieren, wozu sie zu gebrauchen sind und welchen Sinn sie haben.
- Sie machen sich vertraut mit alltäglichen Gegenständen, wie sie beschaffen sind und worin sie sich unterscheiden und entwickeln so eine immer bessere Vorstellung von ihnen.
- Spielend üben sie ihre motorischen Fähigkeiten, lernen neue hinzu und wissen ihre Hände und Finger immer geschickter zu gebrauchen.

Dass für Kinder das Spielen viel mehr ist als reiner „Zeitvertreib“, sieht man ihnen auch an, wenn man sie beim Spielen beobachtet: Sie sind meist konzentriert und voller Hingabe.

Förderung in allen Bereichen: Der „Alleskönner“ Spielen

Spielen ist ein „Alleskönner“. Denn beim Spielen entwickelt, übt und festigt Ihr Kind in den verschiedensten Entwicklungsbereichen grundlegende Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse, wie zum Beispiel:

- Selbstwertgefühl, Selbstbestätigung und Selbstvertrauen,
- Denkfähigkeit und Kreativität,
- Verantwortung für sich und andere,
- Einfühlungsvermögen, Verständnis für andere und Gemeinschaftsgefühl, Konfliktfähigkeit, das Einbringen und Überdenken des eigenen Standpunkts usw.
- Einhalten von Regeln und Aushalten von Enttäuschung und Misserfolg,
- Wissen, wie man lernt und Wissen erwirbt.

All dies können Sie Ihrem Kind nicht „beibringen“. Vielmehr eignet es sich diese Fähigkeiten selbst an – oft im Austausch mit anderen, bei dem es seine eigenen Interessen und Ideen mit einbringt. Und all das geschieht bis zum Schulalter – und auch noch darüber hinaus – in erster Linie im Spiel.

Kinder möchten frei und selbstbestimmt spielen

Kinder haben eine angeborene Freude am Spiel und sind von Natur aus neugierig, spontan und experimentierfreudig. Deshalb möchten sie beim Spielen möglichst wenig von Erwachsenen vorgegeben, strukturiert oder organisiert bekommen. Sie bevorzugen Spiele, in die sich Erwachsene möglichst nicht einmischen, sondern in denen sie sich frei entfalten können. Fachleute sprechen hier vom „freien Spiel“.

Natürlich sind Sie als Erwachsene trotzdem wichtig für Ihr Kind:

- Sie sind diejenigen, die ihm Anregungen und Erfahrungsmöglichkeiten bieten.
- Sie sind Ansprechpartnerin oder Ansprechpartner, das „Publikum“, dem Ihr Kind stolz seine Ideen präsentiert.
- Hin und wieder sind Sie auch Lieferant für neue Anregungen.
- Und natürlich sind Sie auch als Mitspielerin oder Mitspieler interessant – vorausgesetzt, Sie lassen sich von den Ideen und der Spiellust Ihres Kindes anstecken und folgen seinen „Spielregeln“.

Wenn das Kind besondere Förderung erhält

Für ein Kind mit Behinderung bedeutet Spielen wie für jedes andere Kind auch, neugierig sein zu können, zu entdecken und zu lernen. Allerdings besteht leicht die Gefahr, dass jedes Spielen gezielt für Förderzwecke eingesetzt wird und mehr einem Training gleicht als einem freien Spiel. Allzu leicht wird das Spielen dann als „Training“ und nicht als Freude erlebt und das Kind verliert die Lust am Spielen.

Versuchen Sie deshalb, möglichst klar zu trennen zwischen Übungsspielen zur speziellen Förderung und dem freien Spielen, bei dem Ihr Kind seiner Neugier nachgehen und auf seine Weise die Welt erforschen kann.

Lernspiele braucht Ihr Kind nicht

Die Erkenntnis, dass Spielen und Lernen bei kleinen Kindern zwei Seiten ein und derselben Medaille sind, hat in den letzten Jahrzehnten zu einer Flut von Lern- und Förderspielen geführt. Sie sollen bei Kindern ganz bestimmte Fähigkeiten trainieren, zum Beispiel ordnen, zuordnen, Farben und Formen vergleichen, Oberbegriffe und Unterbegriffe finden. Auch Eigenschaften wie Motivation und Konfliktfähigkeit sollen gefördert werden. All das dient letztlich dem Zweck, die Kinder so gut wie möglich auf die Anforderungen der Schule vorzubereiten, um sie im Konkurrenzkampf möglichst gut bestehen zu lassen.

Doch solche Bemühungen berücksichtigen oft nicht genug die Bedürfnisse des einzelnen Kindes, seine individuelle Eigenheit, Spontaneität und Kreativität – im Gegenteil, sie können sogar „weggefördert“ werden. Sicher können Lernspiele Kindern auch Spaß machen – nötig sind sie für Ihr Kind ganz bestimmt nicht! Denn im freien Spiel, in dem das Kind entscheiden kann, was, wie, womit und wie lange es spielen kann, sucht sich Ihr Kind von ganz allein die Anregungen, die es für seine Entwicklung braucht, entdeckt die Welt und entwickelt seine Kreativität.

Während Lernspiele oft nur eine bestimmte Kompetenz im Blick haben, funktioniert kindliches Lernen im freien Spiel ganzheitlich: da werden Körper und Geist trainiert, soziale Verhaltensweisen geübt und die Seele erhält „Nahrung“.

Kurse & Co. – das richtige Maß

Natürlich spricht nichts dagegen, Ihrem Kind auch in speziellen Kinder-Kursen die Möglichkeit zu geben, eigene Fähigkeiten und Begabungen zu entdecken und zu entwickeln: Musikurse, Malstunden oder Turnvereine bieten hier unterschiedlichste Möglichkeiten, die Ihrem Kind – je nach Neigungen und Interessen – sicherlich viel Freude machen können. Aber übertreiben Sie es nicht. Das freie Spielen sollte auf jeden Fall den größten Anteil im Tagesablauf Ihres Kindes haben. Ein,

höchstens zwei Kurse pro Woche sind bei weitem ausreichend. Und drängen Sie Ihr Kind nicht zu solchen Angeboten, denn das Allerwichtigste ist, dass Ihr Kind daran Freude hat. (Stand: 13.2.2017)

Quelle: Bundeszentrale für gesunde Aufklärung, kindergesundheit-info.de

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/spielen/hauptsache-spielen/entwicklungsfoerderung>

CC BY-NC-ND

Was Kinder zum Spielen brauchen

0-6 Jahre

Ihr Kind spielt ganz von allein – wenn es die richtige Umgebung dazu hat. Hierzu können Sie als Eltern einiges beitragen.



© Corbis Images

Kinder brauchen Spiel-Räume

Um nach Herzenslust zu spielen, brauchen Kinder Spiel-Räume, die sie auch nach eigener Vorstellung und Fantasie nutzen können. Das heißt für Sie als Eltern: Richten Sie Ihre Wohnung darauf ein, dass Sie ein entdeckungs- und spielfreudiges Familienmitglied haben. Spätestens, wenn Ihr Kind auf eigenen Füßen steht, wird es Stück für Stück die Wohnung entdecken.

Lassen Sie Ihrem Kind dabei so viel Freiheit wie möglich:

- Machen Sie Ihre Wohnung „kindersicher“, indem Sie mögliche Risiken und Gefahrenquellen entfernen oder entschärfen.
- Bringen Sie die Dinge außer Reichweite Ihres Kindes, die Ihnen besonders wichtig sind.
- Zeigen Sie Ihrem Kind am besten auch von Anfang an, wo Ihre persönlichen Grenzen liegen (zum Beispiel „Wasserspiele“ nur im Bad, in der Küche oder draußen).

Und bedenken Sie: Einen sicheren Lebensraum für Ihr Kind schaffen, heißt auch, es vor einer Überflutung mit Reizen zu schützen, beispielsweise durch Fernsehen oder Computerspiele.

Das Chaos aushalten ...

Dass es bei den kindlichen Entdeckungsreisen und Spielabenteuern zu Chaos in der Wohnung kommt, ist oft nicht zu vermeiden. Eine Umgebung, in der immer alles schön aufgeräumt sein muss und nichts angefasst werden darf, ist für Kinder nicht nur langweilig, es bremst auf Dauer auch ihre natürliche Neugier und ist somit wenig förderlich für ihre Entwicklung. Kinder wollen und müssen Dinge entdecken, erforschen, anfassen. So manches Regal wird ausgeräumt, kaum eine Schublade bleibt zu. Während Mutter oder Vater versucht, das eine Chaos zu beseitigen, ist meist das nächste schon angerichtet.

Versuchen Sie, zumindest in der „Kleinkindphase“, die Ansprüche an eine „perfekte Ordnung“ etwas zurückzunehmen. Bekennen Sie sich zum Chaos! Wer es schafft, sich auf das Nötigste zu konzentrieren und den Rest zu ertragen, schont seine Kräfte. Positiver Begleiteffekt: Sie haben selbst viel mehr Zeit zum Spielen.

Spiel- und Bewegungsräume im Freien

Auch die tollsten Spielräume in der Wohnung reichen insbesondere größeren Kindern früher oder später nicht mehr aus. Kinder wollen nach draußen, wollen Neues entdecken und sich austoben können.

Auf dem Land bieten sich hier nach wie vor viele Möglichkeiten. Viele Menschen haben einen eigenen Garten oder die Natur direkt „vor der Haustür“. In der Stadt ist das schon sehr viel schwieriger. Der Verkehr lässt es nicht zu, dass auf den Straßen gespielt wird, Spielplätze sind oft überfüllt oder verschmutzt, in vielen Parks ist „Betreten des Rasens verboten!“. Lassen Sie sich nicht entmutigen:

- Machen Sie doch vielleicht einmal einen Ausflug auf einen Bauspielplatz.
- Fahren Sie mit dem Fahrrad zu einem etwas weiter entfernten Spielplatz, der andere Spielmöglichkeiten bietet als der „Hausspielplatz“.
- Nutzen Sie die Wochenenden, um ab und zu mit der ganzen Familie aus der Stadt hinaus in die Natur zu fahren, damit ihr Kind einmal nach Herzenslust durch den Wald laufen und durch Bäche waten kann.

Doch bedenken Sie auch: Spielräume, in denen Kinder Neues entdecken und ausprobieren könnten, müssen nicht immer so idyllisch aussehen, wie wir uns als Erwachsene das vielleicht vorstellen. Auch ein städtischer Hinterhof ohne Autoverkehr kann im kindlichen Spiel zur Kulisse spannender Abenteuer und Entdeckungsreisen werden – Hauptsache, man lässt die Kinder machen!

Achtung: Denken Sie immer an ausreichenden Sonnenschutz für Ihr Kind – ohne Wenn und Aber.

Kinder brauchen genügend Zeit zum Spielen

Spielgruppe, Musikunterricht, Kunstschule und Fußballverein – so manches Kind hat schon im jungen Alter einen vollen Terminkalender. Die Eltern meinen es meist gut mit ihrem Kind, wollen ihm Anregungen und Abwechslung bieten. Doch manchmal meinen es Eltern auch ZU gut. Kinder brauchen sehr viel Zeit und Muße zum freien Spielen.

Sonst fühlen sie sich schnell überfordert, zeigen Anzeichen von Stress und werden unglücklich.

Gerade nach einem langen Tag in der Kita genießen es viele Kinder, sich zu Hause erst einmal in eine Spielecke zurückzuziehen. Sie möchten in aller Ruhe die Erlebnisse des Tages im Spiel verarbeiten, sich ungestört mit dem eigenen Spielzeug befassen oder sich einfach mit einem Buch oder einer CD entspannen.

Deshalb: ein, höchstens zwei feste Termine in der Woche – mehr sollte es nicht sein. Denn oft kommen ja noch weitere Termine hinzu: Arztbesuche, die Verabredung mit der Freundin oder dem Freund, der Gang in die Tierarztpraxis.

Und haben Sie keine Angst davor, Ihr Kind könnte sich langweilen – Langeweile darf auch mal sein; sie ist oft der Boden, auf dem eine neue Spielidee wächst!

Quelle: Bundeszentrale für gesunde Aufklärung, kindergesundheit-info.de

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/spielen/hauptsache-spielen/spielvoraussetzungen/>

CC BY-NC-ND

Allein spielen – zusammen spielen

0-6 Jahre

Kinder mögen es, wenn mit ihnen gespielt wird. Doch auch schon sehr kleine Kinder wollen und können sich immer wieder für gewisse Zeitspannen allein beschäftigen.

Zusammen spielen – gemeinsam erleben

Der Kontakt und Austausch, den Kinder im gemeinsamen Spiel mit anderen erleben, ist ganz besonders wichtig für ihre Entwicklung. Denn mit anderen zu spielen, schafft Nähe und Vertrauen – die Grundlagen für unsere Beziehungen zu anderen.

Solange Kinder noch sehr klein sind, finden sie ihre Spielgefährten in der unmittelbaren Umgebung, vor allem in der Familie. Die Eltern reden, lachen, scherzen mit dem Kind und es antwortet auf seine Weise. In dieser frühen Form von „Spiel“ lernen sich Eltern und Kind immer besser kennen und ihre Bindung wird gestärkt. Später sind Eltern dann zunehmend als Mitspieler gefragt, die sich von den Ideen und der Spiellust ihres Kindes anstecken lassen und seinen „Spielregeln“ folgen.



© Corbis Images

Egal, wie alt Ihr Kind ist: Nehmen Sie sich immer wieder die Zeit, mit Ihrem Kind zu spielen und sich ganz auf das Spiel Ihres Kindes einzulassen. Davon profitieren beide, Eltern und Kinder. Denn das gemeinsame Spielen ist eine große Chance, etwas zusammen zu erleben, sich auszutauschen sowie Aufregung und Freude zu teilen. Und „ganz nebenbei“ können Sie als Eltern beim Spielen sehr gut beobachten, welche Entwicklungsschritte Ihr Kind in seinen körperlichen Fähigkeiten, aber auch in seinem Denken, seinen Gefühlen und in seiner sozialen Entwicklung macht.

Mitspieler statt Kinder-Animatere

Manche Eltern spielen gern, anderen liegt das weniger und viele haben einfach wenig Zeit. Außerdem ist jeder anders und hat seine eigene Art, auf das Spielbedürfnis seines Kindes einzugehen.

Ganz gleich, welcher „Spieltyp“ Sie sind: Sie müssen und sollten nicht ständig Programme oder fertige Spielideen für Ihr Kind bereithalten, denn ein gesundes Kind steckt voller eigener Ideen. Beobachten Sie einfach Ihr Kind und lassen Sie sich auf seine Ideen ein. Überlassen Sie ihm die Regie und seien Sie in erster Linie ein guter Mitspieler oder eine gute Mitspielerin. Und: Weniger ist oft mehr! Ihrem Kind ist es lieber, Sie spielen kurz, aber mit ungeteilter Aufmerksamkeit mit ihm, als wenn Sie nur halbherzig bei der Sache sind.

Übrigens: Wer ein guter Mitspieler sein will, muss sich auch ab und zu eine Auszeit nehmen. Verschaffen Sie sich kinderfreie Zeiten, in denen Sie – allein oder gemeinsam als Paar – etwas Schönes unternehmen. Muten Sie Ihrem Kind zu, dass es Sie auch einmal eine halbe Stunde in Ruhe lässt, zum Ausruhen oder Zeitunglesen. Erfahrungsgemäß haben Kinder dafür schnell Verständnis und fühlen sich wohl, wenn sich auch die Eltern wohlfühlen – mit ihrer Situation zufrieden sind, sich nicht ständig überlastet fühlen, sich aber auch nicht mit Schuldgefühlen plagen.

Väter sind gefragt

Väter spielen anders als Mütter. Darin sind sich Familienforscher einig, auch wenn die Gründe dafür umstritten sind. Väter spielen meist „wilder“, „dynamischer“ und „körperlicher“ mit ihren Kindern.

Während es Müttern in der Regel vor allem darum geht, dass Ihr Kind im Spiel Bestätigung erlebt und Erfolgserlebnisse hat, fordern die „väterlichen Spiele“ meist den ganzen Einsatz des Kindes und stellen oft eine größere Herausforderung für das Kind dar – und das bringt Körper und Geist so richtig auf Trab! Fazit der Familienforscher: Dass Väter anders spielen als Mütter, ist für die Kinder ein Gewinn, denn es erweitert ihre Erfahrungs- und Lernchancen.

Sicher sind in manchen Familien die Rollen auch ganz anders verteilt – mit Mama wird getobt, und Papa liest am liebsten vor. Denn was für ein „Spieltyp“ Eltern sind, entscheidet sich natürlich nicht nur nach dem Geschlecht. Sicher ist aber, dass es für Ihr Kind ein großer Gewinn ist, wenn die Menschen, die ihm am nächsten stehen, auf unterschiedliche Weise mit ihm spielen.

Spielgefährten gesucht: mit anderen Kindern spielen

Auch wenn Eltern noch so toll mit ihren Kindern spielen – auf Dauer sind sie kein Ersatz für kindliche Spielgefährten und -gefährtinnen. Kinder brauchen den Kontakt zu anderen Kindern. Das gilt für Kinder mit und ohne Behinderung gleichermaßen: Im Spiel mit Gleichaltrigen entwickeln sie wesentliche Fähigkeiten im Umgang mit anderen, aber auch mit sich selbst: Sie lernen, sich selbst besser einzuschätzen, und erleben, wie sich ihr Verhalten auf andere auswirkt. Sie lernen, sich in andere hineinzusetzen, Kompromisse zu schließen, sich durchzusetzen und auch mal nachzugeben. Sie erleben Freundschaft und Gemeinschaft.

Schon mit etwa sechs bis zwölf Monaten zeigen die meisten Kinder Interesse an Gleichaltrigen und anderen Kindern. Freilich kann in diesem Alter von einem gemeinsamen Spielen noch nicht die Rede sein, aber dennoch werden in der Begegnung mit anderen Kindern bereits wichtige soziale Erfahrungen gemacht. Auch mit ein oder zwei Jahren spielen Kinder meist noch nebeneinander her, beobachten sich aber gegenseitig aufmerksam und versuchen, Interessantes nachzuahmen.

Mit diesen frühen Erfahrungen mit Gleichaltrigen werden wichtige Grundlagen dafür gelegt, dass Kinder schließlich immer mehr miteinander als allein oder mit Erwachsenen spielen und dabei wichtige Erfahrungen fürs Leben machen. Übrigens sind auch altersgemischte Kontakte für Kinder sehr förderlich: Auch wenn es schon einmal etwas rau zu gehen kann – die Jüngeren lernen von den Älteren, und die Älteren sind stolz darauf, dass sie den Jüngeren etwas beibringen können. Sie festigen dabei ihr Können und zeigen auch Verantwortung für die Jüngeren.

„Spiel ohne Grenzen“

Gemeinsames Spielen überwindet Grenzen – zwischen Nationalitäten, zwischen Sprachen, zwischen behinderten und nichtbehinderten Kindern. Wenn Kinder zusammen spielen, gehen sie meist sehr ungezwungen und „unverstellt“ miteinander um. Das andere Kind spricht eine andere Sprache? Egal – wozu hat man Hände und Füße? Das andere Kind sitzt im Rollstuhl? Na und – der lässt sich doch prima herumschieben und der Rollstuhl auch noch für den Transport von allerlei Dingen nutzen!

Kinder fragen sich im gemeinsamen Spiel nicht, was „normal“ ist und was nicht. Sie gehen eher selbstverständlich und neugierig miteinander um und machen die Erfahrung, dass jeder Mensch verschieden ist und andere Bedürfnisse hat, aber trotzdem liebenswert ist und ein toller Spielpartner oder eine Spielpartnerin sein kann.

Alleine spielen: Wichtige Erfahrungen für Ihr Kind

Auch wenn das Spielen mit anderen für Kinder wichtig ist, wollen und sollen sie sich auch immer wieder einmal allein beschäftigen. Denn beim Alleinspielen macht Ihr Kind wichtige Erfahrungen. Sein Selbstwertgefühl, seine Konzentrationsfähigkeit und seine Selbstständigkeit werden gefördert.

Wie ausgiebig und lange ein Kind schon allein spielen kann, ist von Kind zu Kind unterschiedlich und natürlich auch eine Frage des Alters. Im ersten Lebensjahr sind das eher kurze Zeitspannen von fünf bis zehn Minuten, in denen sich Babys mit ihrem Körper, ihrer Stimme oder einem Gegenstand beschäftigen. Zwischen einem und drei Jahren spielen Kinder auch schon mal bis zu dreißig Minuten allein. Ältere Kinder, insbesondere ab dem Alter von drei, spielen oft schon sehr ausgiebig und lange allein oder sie malen und basteln. Sie ziehen sich auch gern einmal ins Kinderzimmer zurück, um sich dort in Ruhe mit etwas zu beschäftigen.

Alleinspielen unterstützen

Auch gleichaltrige Kinder sind in puncto selbstständiges Spielen sehr unterschiedlich. Während sich das eine Kind schon über längere Zeiträume und sehr konzentriert mit einer Sache beschäftigen kann, braucht das andere vielleicht sehr viel stärker ein Gegenüber, um ins Spiel zu kommen und bei der Sache zu bleiben. Sie als Eltern können Ihr Kind durch Ihr Verhalten aber dabei unterstützen, das Alleinspielen zu lernen:

- Unterbrechen Sie Ihr Kind möglichst nicht, wenn es in ein Spiel vertieft ist. Es braucht jetzt keine neuen Anregungen oder Spielideen von Ihnen.
- Eilen Sie auch nicht sofort herbei, wenn einmal etwas nicht sofort klappt. Warten Sie erst mal einen Moment ab und geben Sie Ihrem Kind die Zeit, das Problem allein zu lösen.
- Schaffen Sie eine reizvolle Spielumgebung, die nicht überladen ist, aber genügend Anregungen für neue Spielideen bietet. Manche Spielsachen können Sie auch für die Zeiten reservieren, in denen Ihr Kind allein spielen soll – dann bleiben sie spannender.
- Geben Sie zunächst nur kleine neue Anregungen, wenn sich für Ihr Kind ein Spiel erschöpft hat. Oft geht das Spiel dann schon weiter.
- Führen Sie Ihr Kind schrittweise an das Alleinspielen heran, etwa indem Sie zunächst neben (nicht mit) ihm spielen und sich dann entfernen, wenn es sich in ein Spiel vertieft hat. Gerade kleine Kinder benötigen oft die Sicherheit, dass Sie in der Nähe sind, um sich auf ein Spiel einzulassen. Oft genügt es aber, wenn es Sie sehen oder hören kann.
- Loben Sie Ihr Kind, wenn es sich selbstständig und konzentriert mit einem Spiel oder einer Bastelarbeit beschäftigt hat. (Stand: 13.2.2017)

Quelle: Bundeszentrale für gesunde Aufklärung, kindergesundheit-info.de

<https://www.kindergesundheit-info.de/themen/spielen/hauptsache-spielen/allein-zusammen/>

CC BY-NC-ND