

Quelle: SPIEGEL Familie

https://www.spiegel.de/familie/coronavirus-und-homeoffice-tipps-fuer-eltern-von-kleinkindern-a-16239fe0-7cdb-4089-b1de-50f0183c8ed1?sara_ecid=soci_upd_KsBF0AFjff0DZCxpPYDCQgO1dEMph

Spielforscher gibt Tipps

"Die Situation ist auch eine Riesenchance für Familien"

Im Homeoffice arbeiten und den Nachwuchs betreuen - wie kann das gehen? Der Pädagoge und Spielforscher André Zimpel erklärt, wozu die Situation gut sein kann - und wie man sie übersteht.

Ein Interview von Julia Stanek • 20.03.2020, 00:07 Uhr

André Frank Zimpel, geboren 1960, ist Psychologe, Psychotherapeut und Sonder- und Diplompädagoge. Er arbeitet als Professor mit dem Schwerpunkt Lernen und Entwicklung an der Universität Hamburg. Dort führt er eine große Studie zu Kindern mit Trisomie 21 und ihrem Aufmerksamkeitsumfang durch. Zimpel forscht seit Jahren zum Thema Spielen. Sein Buch "Spielen macht schlau!" (GU Verlag) ist ein Plädoyer gegen Förderwahn und Leistungsdruck.

SPIEGEL: Die Kita ist zu, der Arbeitgeber ordnet Homeoffice an, die Kanzlerin ruft dazu auf, soziale Kontakte einzuschränken - Eltern von Kleinkindern finden sich in einer belastenden Situation wieder. Sie müssen wegen der Coronakrise zu Hause arbeiten und gleichzeitig den Nachwuchs betreuen. Wie soll das gehen?

Zimpel: Leicht ist das sicher nicht. Aber bei allen Herausforderungen, die diese Situation mit sich bringen wird - sie ist auch eine Riesenchance für Familien.

SPIEGEL: Im Ernst? Viele Eltern fürchten nun mehr denn je, niemandem gerecht zu werden - weder den Kindern noch der Chefin oder dem Chef. Wann und wie soll man die Kinder bespaßen, wenn man viele Stunden pro Tag vor dem Computer sitzt?

Zimpel: Sie müssen Ihre Kinder gar nicht bespaßen. Lassen Sie sie einfach spielen. Für ihre kognitive Entwicklung kann ihnen nichts Besseres passieren als freies Spiel. Darunter versteht man Handlungen, die man nur um des Tuns willen ausführt. Spielen heißt: Dinge machen, die unmittelbar Freude bereiten.

SPIEGEL: Warum ist Spielen so wichtig?

Zimpel: Studien zeigen, dass intensive Spielphasen, vor allem im Vorschulalter, mit einer Entwicklung des Stirnhirns einhergehen. Dieser Teil des Gehirns ist zuständig für die Impulskontrolle und das Sozialverhalten. Hier befinden sich die Spiegelneuronen, die für das Erkennen und Entstehen von Emotionen verantwortlich sind.

Was Spielen für die kindliche Entwicklung bedeutet

*"Aus meiner langjährigen Erfahrung weiß ich, dass der Anlass zum Spiel immer derselbe ist", schreibt André Frank Zimpel in dem Ratgeber "Spielen macht schlau!". "Alle Kinder wollen einen Kopf größer sein, als sie in Wirklichkeit sind. Getrieben von Begeisterung, Neugier und froher Erwartung schließen sie aktiv Wissenslücken und erwerben nach und nach die Fähigkeiten, die sie an Erwachsenen bewundern." Im freien Spiel suchten Kinder selbst aktiv nach immer neuen Lernerfahrungen, schreibt Zimpel. "Sie bilden dabei wichtige Fähigkeiten wie **Abstraktionsvermögen, Fantasie, Selbstbewusstsein, Frustrationstoleranz, Impulskontrolle** und **Kooperationsfähigkeit** aus." Kinder und Jugendliche entwickelten im Spiel ihre einmalige und unverwechselbare **Persönlichkeit**. "Im Alltag müssen sie sich meistens anpassen. Das Spiel aber macht sie zu Gestaltern."*

SPIEGEL: Nicht nur Kitas sind zu, auch Sportvereine haben das Training eingestellt, Musikschulen die Kurse abgesagt. Werden den Kindern nicht all die Freizeitangebote fehlen, die sonst Struktur und Abwechslung in den Alltag bringen?

Zimpel: Aus Sicht der Kinder kann man das klar verneinen. Kinder brauchen keinen Musikkurs, die singen auch so. Natürlich gibt es Freizeitangebote, die ein Treffpunkt ins Schwarze sind, wo die Kinder wirklich gerne hingehen. Aber sie sollten es nicht tun müssen, weil Eltern damit ein Ziel verfolgen. Kinder werden eher andere Kinder vermissen. Das gilt vor allem für Einzelkinder. Wer Geschwister hat, der hat bestenfalls einen Spielpartner zu Hause.

SPIEGEL: In WhatsApp-Chats schicken sich Mütter nun Bastelideen hin und her. Anleitungen aus Apps wie Pinterest, die zeigen, wie man aus Schilf und leeren Konservendosen Bienenhotels baut. Oder aus Klopapierrollen eine Parkgarage für Matchbox-Autos. Was sollen berufstätige Eltern damit anfangen?

Zimpel: Ignorieren Sie solche Tipps. Sie können nichts Schlimmeres tun, als genervt mit Ihren Kindern zu basteln. Dann geht garantiert was kaputt, Sie erreichen das Bastelziel nicht, alle sind frustriert. Sollten Ihre Kinder aber gerne basteln, dann legen Sie ihnen Materialien hin, die sie zerschneiden, bekleben, bemalen können. So können sie sich ausprobieren, und es ist egal, was daraus wird.

SPIEGEL: Ich muss also kein schlechtes Gewissen haben, wenn ich mit meinen Kindern in Corona-Zeiten keine ambitionierten Kunstprojekte verfolge?

Zimpel: Zu viel Entertainment macht Kinder abhängig und krank. Wenn sie immer nur einem Programm folgen, fehlt ihnen das Selbstwirksamkeitserlebnis, Langeweile zu besiegen.

SPIEGEL: Was meinen Sie damit?

Zimpel: Langeweile ist Stress für das Gehirn. Es braucht permanent Nahrung, um gut arbeiten zu können. Wenn Langeweile aufkommt oder droht, wird jedes Kind aktiv und sucht sich eine Beschäftigung. Kinder haben die wunderbare Gabe, sich ausschließlich mit Dingen zu befassen, die sie weder unter- noch überfordern. So entwickeln sie sich. Wenn man sie nur lässt.

SPIEGEL: Wie wichtig ist es, dass Eltern mitspielen?

Zimpel: Natürlich ist es schön, wenn die Eltern sich auch mal in ein Rollenspiel vertiefen und dabei vielleicht eine Idee für eine überraschende Wendung einbringen. Natürlich freuen sich Kinder über die Hilfe von Vater oder Mutter, wenn etwas nicht klappt. Aber in Wahrheit sind Erwachsene öde. Sie begeistern sich nie so sehr wie andere Kinder.

SPIEGEL: Wie erreicht man, dass das Kind die Arbeitszeiten der Eltern im Homeoffice respektiert?

Zimpel: Kleinkinder finden es total faszinierend, was Eltern beruflich machen, selbst wenn es nicht die Müllabfuhr ist, sondern ein Bürojob. Sie werden sie dabei beobachten wollen, um zu sehen, was sie tun. Lassen Sie Ihr Kind ruhig teilhaben - solange es schon in der Lage ist, sich dabei ruhig zu verhalten. Machen Sie am besten klar, welches Elternteil wann und wo im Haus arbeitet. Erklären Sie, warum Sie nicht gut arbeiten können, wenn jemand in den Raum kommt und laut ist.

SPIEGEL: Man muss schließlich auch mal ungestört eine Aufgabe erledigen oder an einer Videokonferenz teilnehmen, ohne dass die Kinder hineinplatzen.

Zimpel: Was spricht dagegen, dass die Kinder bei der Videokonferenz mit Kollegen mal in die Kamera gucken? Im besten Fall inspiriert sie die Technik und der Ablauf sogar zum Nachahmen. Die Kinder könnten danach wieder ins Kinderzimmer verschwinden und dort zum Beispiel Videokonferenz spielen - dafür reicht schon ein großes aufgeklapptes Pappbilderbuch, das zu einem Laptop umfunktioniert wird. Wahrscheinlich haben Ihre Kinder

noch bessere Ideen. Erklären Sie ihnen auch gleich die Regeln, die man bei einer Videokonferenz einhalten muss, etwa, dass nur einer zurzeit redet.

SPIEGEL: Wie begegnet man Konflikten, wenn sich Geschwister viel streiten, wenn ein Kind anfängt zu schreien - aus Gründen, die ein Erwachsener nicht sofort versteht?

Zimpel: Es geht ja immer darum, Bedürfnisse zu erkennen, die das Kind gerade hat. Ist es unterzuckert? Dann braucht es Essen - und Kinder brauchen davon mehr, als man denkt, sie haben ein riesiges Gehirn und doppelt so viele Nervenverbindungen wie Erwachsene. Will es etwas in die Hand nehmen, das vielleicht gerade ein Geschwisterkind hat? Dann sollten Sie feinfühlig vermitteln. Seien Sie nicht autoritär, sondern kreativ. Erfinden Sie eine Geschichte, entsprechend der Persönlichkeit und dem Alter der Kinder.

SPIEGEL: Ein Beispiel, bitte!

Zimpel: Ich stand einmal mit meiner schreienden zweijährigen Nichte im Geschäft vor einem Regal mit kleinen Plastikfiguren. Sie wollte unbedingt eine haben und war Opfer eines Bedürfnisses, das ich ihr in dem Moment nicht erfüllen wollte. Also erzählte ich ihr, dass wir für die Figuren Riesen wären und dass die lieber unter sich blieben, hier im Regal. Die Vorstellung hat das Mädchen offenbar überzeugt, sie ließ von den Figuren ab. Kinder haben keine Fantasie, wenn sie auf die Welt kommen. Sie entwickeln Vorstellungskraft erst durch Spielen. Also habe ich ihr geholfen, eine Fantasie zu entwickeln, die grandioser war als ihr Bedürfnis.

SPIEGEL: Sie appellieren also an die Kreativität der Eltern, um die Homeoffice-Kita zu überstehen?

Zimpel: Ja. Es ist verdammt schwer, und man muss es immer wieder neu probieren, in jeder Situation. Aber wer seine Kinder gut kennt, der landet viele Treffer.