

Generationenübergreifendes Spielen im Alter

Text: Susanne Stöcklin-Meier

«Spielen im Alter» ist wichtig, es erhält jung, beweglich, schärft alle Sinne, fördert soziale Kontakte und bringt die «grauen Zellen» auf Trab. Ältere Menschen können Spielerfahrung aus der Kindheit Generationen übergreifend weitergeben. Grosseltern und Enkel bilden oft eine «verschworene» Gemeinschaft. Dank ihrer Lebenserfahrung vermitteln sie ihren Enkeln Werte, Traditionen, Geschichten und Märchen. Dadurch werden sie für ihre Nachkommen zum Schlüssel der Vergangenheit. Fantasie, Empathie, gesunder Menschenverstand und ihre Liebe zu den Enkeln sind die wichtigsten Bausteine zu einer tragfähigen Beziehung.

Der Artikel «Was ist das Besondere an der Beziehung zwischen Enkelkindern und ihren Grosseltern?» (Seite 31) möchte den «Spielern im Alter» aufzeigen, warum das Kinderspiel so wichtig ist. Der darauf folgende Artikel «Infos für Omas und Opas: Wissenswertes über das Kinderspiel» (Seite 34) birgt weiteres Basiswissen für Omas und Opas im Umgang mit ihren Enkeln. Denn das Bewusstsein, dass das Spiel mit den Enkeln mehr ist als blosses Vergnügen, kann enorm motivierend sein.

Ein Kind spielt in den ersten sechs Lebensjahren rund 15'000 Stunden und lernt so die Welt spielend kennen. Deshalb sollten Erwachsene dem Kinderspiel wohlwollende Beachtung entgegenbringen. Spielen bedeutet für Kinder die Welt mit allen fünf Sinnen erfassen. Spielen ist nie nur Zeitvertreib, sondern Freude, Fantasie, Sprache, Ausdauer, Bewegungslust, Gewinnen und Verlieren, nach einem Streit sich Versöhnen und Lernhilfe.

Das Bewusstsein, dass das Spiel mit den Enkeln mehr ist als blosses Vergnügen, kann enorm motivierend sein.

Grosseltern, die das Spiel ihrer Enkel bewusst miterleben und verstehen, leisten einen wunderbaren Beitrag zur ganzheitlichen, gesunden Entwicklung ihrer Enkel! Mit dem Bezug zur Vergangenheit schenken sie ihnen Wurzeln, im «Hier und Jetzt» Beziehungsfähigkeit und für die Zukunft tragfähige Flügel.

Susanne Stöcklin-Meier



Foto: Tibor Nad

Susanne Stöcklin-Meier (1940) machte ihre Ausbildung zur Kindergärtnerin in Bern. Sie hat zwei erwachsene Töchter. In ihren Büchern gibt die Autorin ihr Wissen rund um das Kinderspiel weiter. Ihre Themen sind: Verse, und Reime für Kinder, Kreisspiele, Naturspielzeug, Papierfalten und Spielen mit Tüchern. Sie ist überzeugt, dass Kinder die Weisheit der Märchen benötigen, um sich gesund zu entwickeln. Das Kinderspiel ist für sie die Sprache des Herzens. Ihr Motto für

alle die mit Kindern leben, heisst: Spielen, Bewegen, Selbermachen und zusammen Lachen! Im Jahr 2009 wurde Susanne Stöcklin-Meier von der Schweiz. UNESCO-Kommission für ihre besonderen Verdienste um die Bewahrung von immateriellem Kulturerbe der Gemeinschaft «Kinder» und für ihre herausragenden Verdienste auf dem Gebiet der Spielpädagogik ausgezeichnet. In den letzten vierzig Jahren sind rund 30 Titel von ihr erschienen. Sie wurden in verschiedenen Sprachen übersetzt. Sie ist gefragte Referentin im In- und Ausland. Mit einer Auflage von rund 2 Millionen Büchern schenkte sie vielen Kindern und Erwachsenen sinnvolle Spielstunden.

✉ Kontakt Susanne Stöcklin: info@stoecklin-meier.ch

Was ist das Besondere an der Beziehung zwischen Enkelkindern und ihren Grosseltern?



«Büchle» mit Opa

Alle Fotos in diesem Artikel: Martin Hufschmid und Anna Stöcklin

Text: SUSANNE STÖCKLIN-MEIER

«**Was machen Sie am liebsten mit ihren Enkeln?»** Diese Frage wurde Grosseltern gestellt. Hier ein paar Antworten: «Gemeinsame Zeit verbringen, in herzlichem Kontakt bleiben, Ausflüge unternehmen, gemeinsam Feste im Jahreslauf feiern, einfach mal zusammensitzen, reden und zuhören. Mit Kleinen Fingerse und Kniereiter spielen, Bilderbücher anschauen, Singen und Tanzen. Märchen erzählen, Bücher vorlesen. Gemeinsam Kochen und Backen, im Garten werken, den Wald entdecken, Papierfalten, Basteln, zusammen Spass haben, den Enkeln altersgerechte Spielregeln vermitteln, um gemeinsam in die Welt der Karten-, Würfel-, Brett- und Gesellschaftsspiele einzutauchen.



Gemeinsamer Schiffsausflug

Können Grosseltern Enkelkindern etwas geben, was diese bei anderen Menschen nicht finden?

Professor Anton Bucher, Salzburg schreibt: «Für viele Kinder sind die Grosseltern der Schlüssel zur Familiengeschichte. Kinder wollen wissen, wo sie herkommen, wo ihre Familie herkommt. Darüber hinaus hat die ältere Generation eine ausgleichende Funktion. Erziehen Eltern ihre Kinder streng, sind die Grosseltern nachsichtiger. Und ebenso umgekehrt: Neigen Eltern zum Laisser-faire, verhalten sich Grosseltern erzieherischer. Nicht zuletzt betrachten Kinder Oma oder Opa häufig als Vorbilder. Die meisten Kinder fühlen sich ihren Grosseltern auch dann verbunden, wenn sie sie selten sehen.»



Durch gemeinsames «Sein» entsteht Unvertrauen

Wikipedia hält fest: «Bei einer Untersuchung zum Thema Grosseltern und Enkel in der Schweiz bezeichneten über 90 % der befragten Enkel und Grosseltern die Beziehung untereinander als wichtig. Die Mehrheit der Enkel charakterisierte ihre Grosseltern als liebevoll und grosszügig, eine Minderheit als streng und ungeduldig. Als besonders wertvoll wurde genannt, dass Grosseltern für ihre Enkel da waren, ihnen zuhörten und Zeit für sie hatten. Die Befragung der Enkel ergab, dass für eine lebendige Beziehung eine relativ gute körperliche und psychische Gesundheit der Grosseltern erforderlich ist. Das ist wichtiger als ihr tatsächliches Alter.»



Bei Müdigkeit: Opa schenkt Geborgenheit

Grosseltern erleben im Umgang mit ihren Enkelkindern, dass sie nicht mehr die gleiche Verantwortung wie die Eltern tragen. Sie können sich mehr Zeit lassen und diese geniessen. Sie stehen weniger unter Erziehungsdruck und gehen lockerer mit ihren Enkelkindern um. Durch gemeinsames Tun, Spielen und Lachen vertieft sich ihre Beziehung. Vielen Grosseltern ist dieser unbeschwerte Kontakt mit ihren Enkelkindern das aller Wichtigste.



Sich mit Babybel-Käserinde in Clowns verwandeln

Grosseltern sind der Schlüssel zur Familiengeschichte

Kinder fragen Grosseltern oft nach der Vergangenheit und der Familiengeschichte: «Oma erzählt von früher! Opa, wo hast du als Kind gelebt? Hattest du einen Hund? Wann musstest du aufstehen? Wo bist du zur Schule gegangen? War der Schulweg weit? Wie lange durftest du Fernsehen am Abend? Kanntest du deine Grossmutter? Wo hast du Oma oder Opa kennengelernt? Opa, was war dein Lieblingsessen als Kind? Was war dein grösster Geburtstagswunsch? Wenn Grosseltern spannend von früher erzählen, offen sind für Kinderfragen und diese altersgerecht beantworten, werden sie für ihre Enkel automatisch zum Schlüssel der Familiengeschichte.

Wie kann Familiengeschichte gelingen?

Anregungen für Grosseltern und Enkelkinder: An regnerischen Tagen zusammen in alten Fotobüchern schmökern. Finden sich noch Fotos zum Thema: «100 Jahre Familiengeschichte?»



In diesem Haus lebten die Urgrosseltern (Foto: ETH Bibliothek)

Die Grosseltern zeigen den Enkelkindern, wo die Urgrosseltern aufgewachsen sind. Erzählen warum die Urgrossmutter in einem schwarzen Hochzeitskleid geheiratet hat. Berichten was aus Onkeln, Tanten und ihren Kindern geworden ist. Sie betrachten gemeinsam alte Schulfotos und Ferienbilder. Geschichten um Familienstammbaum und Familienwappen sind spannend. An Familiengeschichte interessierte Kinder malen den eigenen Stammbaum. Wie Detektive werden alte Wohnorte von Vorfahren aufgestöbert und besucht. Grosseltern geben Anekdoten und



Mit Oma im Museum (Foto: Fotolia/Arkady Chubykin)

Witze aus der Verwandtschaft an die Kinder weiter. Gemeinsam werden alte Familien-Gerichte gekocht und gekostet.

Auf den Spuren der Vergangenheit

Auf dem grosselterlichen Programm «Reisen in die Vergangenheit» steht das Naturhistorische Museum. Da lassen sich ausgestopfte Tiere, Skelette von Dinosauriern, Versteinerungen von Meeresschildkröten und riesengrosse Kristalle aus den Alpen bestaunen. Ebenso steht ein Rundgang durch ein Schloss oder eine Ritterburg auf der Liste.

Bei Gelegenheit wird ein Dom oder ein Münster angeschaut, mit Glockenturm, bunten Glasfenstern, Krypta, Kreuzgang und alten Grabplatten. Im Sommer sind Ausflüge in eine Einsiedelei oder eine Höhle genau das Richtige. Kinder lieben auch Römische Ausgrabungsstätten, Mosaik und Amphitheater. Wenn so etwas in der Nähe existiert, auf zur Entdeckungsreise in die römische Vergangenheit. ●



Im Schloss königliche Kindersessel ausprobieren

Omas und Opas: Wissenswertes über das Kinderspiel

Text: SUSANNE STÖCKLIN-MEIER

Der Kinderpsychiater Heinz Stephan Herzka schreibt über das Kinderspiel: «Im Spiel wird Erlebtes gestaltet, auch Entwicklungsschwierigkeiten und seelische Konflikte werden dabei verarbeitet. Gleichzeitig wird das Zukünftige, auf das hin sich das Kind entwickelt, wie zum Beispiel die Arbeit des Erwachsenen, vorweggenommen...

...Einfallsreichtum und Spontaneität gehören ebenso zum Spielen des Kindes wie das Einhalten bestimmter Ordnungen und Regeln. Individualität und Gemeinschaftlichkeit werden im Spiel beide gefördert. Das spielende Kind ist gleichzeitig tätig und von Erlebnissen erfüllt. Die Trennung zwischen Arbeitszeit und Freizeit ist ihm fremd. Zumeist ist das Spiel des Kindes nicht von einem Ziel bestimmt; auch dort, wo es ein Ziel kennt, sind die Vorgänge beim Spielen ebenso wichtig wie das Ziel selbst.»



Kinderspiel im Küchenalltag: Küchenhilfen sind willkommen

Normaler Alltag – zeigen wie es geht

Neben dem allgemeinen Spielen nutzen Grosseltern das spielerische Helfen der Kinder im Haushalt oder im Garten. Sie zeigen ihnen «wie es geht» und lassen sie eifrig Früchte schnippeln für den Fruchtsalat, Löcher in die Kuchensteige stechen, Salatsaucen rühren, Tisch decken, helfen beim Wäsche aufhängen, staubsaugen, werken im Garten oder Autos waschen, Holz spalten usw.

Sprachspiele: mit Spielversen eine Brücke «vom Ich zum Du» bauen

Was passiert beim Spielen von Versen? Kinder zwischen zwei und acht Jahren lieben den rhythmischen Gesang und den Humor von Versen und Reimen. Beim Klatschen, Patschen und Stampfen bewegen sie alle Muskeln von Kopf bis Fuss. Mit Spielversen erweitern sie ihren Wortschatz, die Freude am Wiederholen und bauen sich Brücken vom «Ich zum Du» auf.



Unsterbliche Klassiker:
Knireiterspiele

Feste, Brauchtum und Rituale rund ums Jahr

Kinder erleben durch Traditionen und Feste im Jahreslauf die vier Jahreszeiten kennen. Zu einem Fest gehört bestimmtes Essen, Lieder, Verse, Spiele, Geschenke, Musik und Tanz. Familientraditionen geben den Kindern Glücksgefühle und Sicherheit. So auch die Vorfreude über Weihnachtszeit, Samichlaus, Osterzeit mit Eier suchen oder der Nationalfeiertag mit seinen Höhenfeuern und Feuerwerk.



Illustrationen: Patrick Lenz
(aus «Spielen, Bewegen, Selbermachen»)

Rollenspiele und Spiel mit Tüchern



Rollenspiele sind sehr beliebt. Beim «Tun-als-ob», schlüpfen Kinder in andere Figuren. Sie ahmen über Jahre Erwachsene nach, spielen Tiere, Indianer, Räuber oder verwandeln sich in Märchenfiguren. Sie lernen im spontanen Rollen-

spiel die Welt aus verschiedenen Perspektiven kennen. Sie verkleiden sich mit Tüchern, Kronen, Stöckelschuhen, alten Hüten. Essen «zubereiten» oder Hüttenbauen macht einfach grossen Spass. Omas Spielbeigaben sind sehr willkommen.

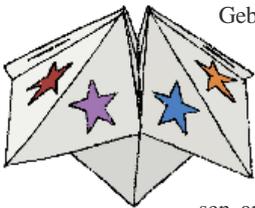
Kindergeburtstage: einmal im Jahr die Hauptperson sein



Kindergeburtstage sind besonders wichtig. Das Geburtstagskind ist für einmal im Jahr die Hauptperson. Der Geburtstag erinnert an das kost-

barste Geschenk, das wir Menschen haben: das Leben. Feiern wir so, dass dem Geburtstagskind bewusst wird: «Ich bin ich! Mama, Papa und die Grosseltern haben mich lieb. Sie freuen sich, dass es mich gibt.»

Papierfalten – mehr als nur Papierfalten



Geben Oma und Opa Faltformen an Enkel weiter, signalisieren sie: «Ich nehme mir Zeit für dich. Du bist mir wichtig. Ich gebe mein Wissen an dich weiter.».

Kinder lernen dabei: Aus einem flachen Blattpapier entstehen dreidimensionale Dinge wie etwa: ein Hut, ein Segelschiff, ein Flieger oder «Himmel und Hölle». Falten fördert die Konzentration,

exaktes Arbeiten, Ausdauer, Kreativität, Experimentierfreude und mathematische Erfahrungen.

Spielzeugfreie Zeit ist wichtig

Warum ist «Spielzeugfreie Zeit» so wichtig? Durch das grosse Spielzeugangebot sind viele Kinder heute abgelenkt und überfordert. Ersetzt man Spielzeug durch «Zeug zum Spielen» blühen sie auf. Schachteln, Zeitungen, Schnüre, Hammer und Nägel, Tücher, eine Lupe oder eine Taschenlampe setzen dem Forscherdrang und der Fantasie keine Grenzen. Klatschverse, Marsch-, Hüpf-, Ball oder Kreisspiele, Rätselraten, Schnellsprecher, Versteck- und Rollenspiele werden wieder spannend.

Spielen in der Natur ist sehr beliebt

Spielen mit Sand und Wasser oder sich schmücken mit Naturmaterial ist sehr beliebt. Auf Bäume klettern oder auf Baumstämmen balancieren ist eine Kunst. Im Wald Mooshäuschen bauen, Märchen hören und spielerisch erleben, sind für Kinder prägende Erfahrungen, die ihnen Grosseltern mit geschenkter Zeit ermöglichen. ●



Mit Oma im Märchenwald
Alle Fotos von Martin Hufschmid und Anna Stöcklin

Buchtipps: Spielideen für Omas und Opas

Titel: «Spielen, Bewegen, Selbermachen»
Autorin: Susanne Stöcklin Meier
Verlag: Atlantisverlag (2010, 2. Auflage)
ISBN 978-3-7152-1059-9