

Das ABC der Spielbegeisterten

Anstelle eines Leitartikels zum Schwerpunkt erlauben wir uns, wieder einmal den hervorragenden Text «Das ABC der Spielbegeisterten» von Hans Fluri abzudrucken. Der Text bringt unser Thema auf den Punkt:

Sie werden darin unzählige gute Gründe finden warum sich spielen lohnt und warum das Spiel einen festen Platz im Unterricht in allen Schulen haben sollte. Insbesondere während der obligatorischen Schulzeit.



Text: Hans Fluri

Spielende gehen auf etwas zu; sie sind angriffig. Wer spielt, lernt dank seiner **A**chtsamkeit mit seiner Aggressivität so umzugehen, dass es der betroffenen Person oder dem Material nicht schadet. Durch die eigene Erfahrung haben Spielende weniger Angst vor der Angriffigkeit anderer und können darauf weit angemessener reagieren als Nichtspieler. Spielen fördert in hohem Mass die Anpassungsfähigkeit an Personen, Gegenstände und Situationen. Es bringt Anspannung und Entspannung ins Leben, liefert häufig Gelegenheit zur Antizipation – ohne dass diese Voraussicht zu übertriebener Vorsicht führen muss – und schafft eine wunderbare Atmosphäre.

Das Verstehen eines Spiels und das Umdenken von einem Spiel zum nächsten oder von einem Spielzeug zum andern entwickelt Auffassungsvermögen, Achtsamkeit und Aufmerksamkeit. Es verlangt immer wieder Aufnahmebereitschaft und das oft – z. B. beim Jonglieren – im wörtlichen Sinn. Spiele können aufregend sein und voller Ausgelassenheit; andererseits verlangen sie Ausdauer und regen auf vielfältige Weise zur **B**e-Sinnung an. In ihrer Vielfalt wirken sie befreiend, sie schaffen vielerlei Begegnungen und heissen die menschliche Begeisterungsfähigkeit willkommen. Sie schaffen Gelegenheit, seine Beidhändigkeit und Beidseitigkeit ins Spiel zu bringen und dadurch nicht zuletzt den **B**ord-**C**omputer Namens Gehirn optimal einzusetzen. So erhöhen sich ganz nebenbei auch Beharrlichkeit und Belastbarkeit. Die damit verbundene verbesserte körperliche und geistige Beweglichkeit, ein eingespieltes Denkvermögen und eine spielend erhöhte **D**ifferenzierungsfähigkeit sind wohl beste Burnout-Prophylaxe.

Durchhaltevermögen und Durchsetzungskraft, Ehrgeiz und **E**igeninitiative, Einsatzbereitschaft und Einsatzfreude gehören zur Dynamik des Spiels genauso wie Einfühlbarkeit. Das Miteinander von emotionaler Kompe-

tenz und Entschlusskraft, von Experimentierlust und Entspannung bietet günstige Voraussetzungen für das, was man als effizientes Energiemanagement bezeichnet.

Spiele können eine Euphorie auslösen, die der Wirkung einer Droge gleichkommt; sie regen nicht allein die **F**antasie an, sondern erziehen zur Fairness und vermitteln Fingerspitzengefühl. In ihnen können eng beieinander Freude und Furcht aufkommen, was nicht zuletzt den Menschen in seiner **G**anzheitlichkeit anspricht, seine Geistesgegenwart herausfordert und seine Gelassenheit entwickelt. Wer Gemeinschaftssinn fordert, wer Genauigkeit, Geschicklichkeit und Geschmeidigkeit sucht, wem Gleichgewicht wichtig ist, der liegt beim Spielen richtig. Hier bauen sich Hemmungen ab und der **H**umor hält Einzug.

Die Welt des Spielens bietet ein weites Übungsfeld zur Entfaltung von **I**nitiativen aller Art und zum Finden und Erfahren der inneren Ruhe, zum Training ungezählter Seiten der Intelligenz und zum Testen seiner **K**lugheit, zum lebendigen Erproben abwechslungsreicher Kommunikationsformen und damit zum Aneignen lebenswichtiger Kompetenzen. Unter Abertausenden von Spielen gibt es nicht ein einziges, das nicht die Konzentration fördern würde. Manche von ihnen fordern zur Kooperation heraus und entwickeln die koordinativen Fähigkeiten; sie verlocken zum Körperkontakt und helfen, den Kräfteinsatz zu optimieren, sie machen Mut zur Kreativität und zur herzhaften Auseinandersetzung in Krisensituationen.

Das hilft, lebensstüchtig zu werden, schafft **L**ebensfreude und Leistungsbereitschaft. Es wächst die Lust, mit spielerischer List und geübter Lockerheit zu lernen. Mentale Stärke wächst aus dem **M**iteinander und **N**ebeneinander von Motivation, Muskeltraining und Musse. Es macht Spass, in chaotischen Situationen auch zu sehen, was sich an der Peripherie abspielt und mit hoher **P**räzision wahr-

zunehmen, was die wesentlichen Regeln und die Struktur des Spiels sind.

Eine überdurchschnittliche **R**eaktionsfähigkeit, wache Reflexe, das Aktivieren seiner eigenen Ressourcen, ein gut entwickeltes Rhythmusgefühl, überdurchschnittliche Risikobereitschaft und **S**chlagfertigkeit sowie Schnelligkeit im Erfassen von überraschenden Situationen sind unabdingbare Voraussetzungen um bestimmte Spiele erfolgreich zu bestehen. Dies gelingt selten ohne ein gutes Mass an Selbstdisziplin. Der Erfolg hingegen schafft Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit und Selbstvertrauen; er ermutigt zu weiteren Versuchen und setzt notfalls Selbsthilfe und Selbstheilungskräfte frei.

Gegen manche Sinnlosigkeiten des Alltags fördert das Spiel die Entwicklung aller Sinne, die spielerische Entfaltung der Sinnlichkeit, die Ausbildung sozialer Kompetenz, Spannung und Spass, eine spielerische Eleganz, Spielwitz und Spontaneität, Philosophieren, Staunen und das Entwickeln eigener Strategien. Eine bewusst vermittelte Spielkultur enthält zahlreiche Elemente von anregendem Stress und vermeidet die nicht minder häufigen Formen von lebensfeindlichem Stress. Eine solche Spielkultur macht

vertraut mit Synchronitäten und mit Grundlagen der Taktik, entwickelt **T**eamfähigkeiten und öffnet Wege der Therapie, vermittelt ein Gefühl für Timing und Tradition, enthält Übermut und **U**nbeschwertheit, verschafft Übersicht und Unternehmergeist. In ihr stecken Vergnügen und Vertrauen zu sich und zur Umwelt, Chancen zur Förderung der **V**erwandlungsfähigkeit und zur Entwicklung der Vielseitigkeit, der Wachheit und der Wahrnehmungsfähigkeit.

Regelmässiges Spielen stärkt die **W**eiterbildungsbereitschaft und unterstützt die Wendigkeit von Körper und Geist. Es macht mit Wettbewerb und Wetteifern vertraut, trainiert das Zielbewusstsein und stärkt die **Z**ivilcourage. Das Spiel gibt dem Zufall eine Chance. Es lehrt zupacken und schafft Zusammenhalt unter allen, die es lieben. ●

Informationen

Das «ABC der Spielbegeisterten steht auf der Website des SDSK als PDF-Download zur freien Verfügung (Quellenangabe des Autors).

Link: [www.sdk.ch/spielinfo-home/...](http://www.sdk.ch/spielinfo-home/)

