

Liebe allein reicht nicht ... Wie Erziehung gelingen kann

Zeit zum Spielen - ein Fest für die ganze Familie

Feste feiern – friedlich und fröhlich haben wir dies genügend geübt in diesen letzten Tagen des Jahres. Wollen wir diese festliche Stimmung hinüber retten in den Familienalltag? Wenn in den trüben Wintertagen die Dunkelheit sich schon am frühen Nachmittag heran schleicht, dann wird es kerzenhell im Haus. Dann kommen Kinder und Eltern zusammen zum Spielen. Spielen ist weit weg von Arbeit, Schule und Stress. Spielen bringt Erholung und Entspannung. Spielen macht Spaß! Das glauben Sie nicht? Probieren Sie es aus! Kinder genießen harmonisches Miteinander in der Familie. Sogar Computer und Gameboy locken dann nicht.

Spielen in der Familie ist wichtig.

Spielen in der Familie stärkt das Zusammengehörigkeitsgefühl. Alle kommen ins Gespräch miteinander. Spielen macht gesellig. Gemeinschaft erfahren Kinder erstmals in ihrer Familie. Im Spiel lernen Kinder, Regeln zu beachten. Das fördert ihre sozialen Fähigkeiten: Einfühlungsvermögen und Verständnis für andere entwickeln sich. Rücksichtnahme und Durchsetzungsvermögen werden geübt. Beim Spielen lernen Kinder gewinnen und verlieren. Vor allem aber beschert eine Familienspielzeit glückliche Stunden. Freude und Fröhlichkeit spazieren ins Haus und sagen dem Alltagsstress Adieu.

Gut geplant ist schon gewonnen.

In einer Familie hat jeder seine eigenen Termine. Spielzeit für die ganze Familie verlangt Terminabstimmung. Eine genaue Planung mit allen vermeidet Pleiten und garantiert Erfolg! Hier einige Vorschläge zur Organisation einer Spielzeit mit Lust ohne Frust:

- !Absprache treffen mit allen – jeder äußert seine Wünsche
- ! Zeitpunkt und Dauer der Spielzeit festlegen
- ! Platz im Haus schaffen für Spielaktivitäten, z.B. auch für Bewegungsspiele
- ! Spiele auswählen, die allen Spaß machen und die für alle geeignet sind
- ! Knabbersachen und Getränke bereit stellen – oder eine leckere Zwischenmahlzeit anrichten
- !!! Wichtig- Große Ankündigung der Spielzeit schon Tage vorher (z.B. an einer Pinnwand)

Keine Störungen bitte!

Freude und Begeisterung können blitzschnell umschlagen in Enttäuschung und Ärger. Es gilt, unbedingt Störungen zu vermeiden und dafür Vorkehrungen zu treffen:

- !Fernseher und Handy ausschalten, der PC bleibt kalt
- !Keine Arbeiten nebenbei erledigen (halbherzige Mitspieler werden verübelt)
- !Keine Spiele, die Kleinkinder überfordern (Wutausbrüche der Jüngsten beim Verlieren)
- !Regeln eines neuen Spiels vor Beginn genau erklären
- !Sicher stellen, dass alle Spiele vollständig und heil sind

Spiele auswählen für den großen Familienspaß.

Die schönen neuen Spiele vom Weihnachtsfest wollen ausprobiert werden. Auch in den Schränken lagern so viele tolle Spiele. Für die große Familienspielzeit eignen sich Würfel-, Karten- oder Brettspiele. Das altbewährte „Mensch ärgere Dich nicht“ begeistert immer noch.

Die Klassiker Quartett, Rommee, Schafkopf werden auch heute euphorisch von Kindern trainiert. Nicht zu vergessen die modernen Abwandlungen!

Kinder lieben auch besonders Spiele ohne Vorlagen. Wer kennt nicht die Rate-Spiele wie Teekesselchen, Blinde Kuh, Koffer packen. Gesellschaftsspiele werden ausgewählt, die allen Spaß machen und die auch für die Jüngsten geeignet sind.

Spielend lernen ist möglich.

Beim gemeinsamen Spielen entwickeln Kinder vielfältige Fähigkeiten und Fertigkeiten. Sie lernen, kooperativ und sozial zu handeln. Sie üben, sich in eine Gruppe einzufügen. Spielend werden Ausdauer und Konzentration trainiert. Merkfähigkeit, logisches Denken und Phantasie werden gefördert.

Spielen - ein wertvolles Ritual.

Kinder brauchen verlässliche Strukturen im Alltag. Regeln und Rituale schaffen Orientierung. Das ist sehr wichtig in unserer sich schnell verändernden Welt mit einem verwirrenden Informationsangebot und vielzähligen Anforderungen in Schule und Freizeit. Eltern wissen, wie sehr Ihr Kind das Zubettgeh-Ritual mit Kuscheln und Erzählen liebt. Dann kann es sich beruhigt in erholsamen Schlaf fallen lassen. Auch das Familienleben braucht Rituale. Gerade vor einigen Tagen haben Sie Weihnachten in Ihrer Familie gefeiert wie jedes Jahr. Vielleicht sogar in der Weise, wie Sie es von Ihren Eltern übernommen haben? Rituale vermitteln ein Stück Geborgenheit und Sicherheit. Auch eine Familienspielzeit (vielleicht am Sonntagnachmittag ?) kann ein wichtiges Ritual in Ihrer Familie werden. Das macht stark und vereint.

Familienspielzeit zu Sylvester?

Feiern Sie Sylvester in der Familie? Dann lautet die Frage: Wer hat Lust zu einer Familienspielzeit? Wollen Sie Freunde dazu einladen? Stimmen Sie diese Frage in Ihrer Familie ab. Dann müssen Einladungen verschickt werden. Vielleicht krönen Sie die Sylvesterspielzeit mit einem kleinen Feuerwerk um Mitternacht? Viele Kinder lieben Knallerei. Doch Vorsicht ist geboten beim Zuschauen oder beim Anleiten!

Dipl. Päd. Silke Pelzer-Reuter
Kinder- und Jugendlichen
Psychotherapeutin