



Start



Kind, ärgere dich nicht!

Verlieren ist furchtbar schwer für Kinder. Da fließen schnell einmal die Tränen oder ein Wutausbruch sorgt für einen plötzlichen Spiel-Abbruch. Doch Verlieren lernen ist wichtig – auch für andere Bereiche im Leben.



Regeln anpassen

Wichtig ist es die Regeln gut zu erklären, damit sie verstanden werden. Sollten sie dennoch zu komplex sein, kann man sie selbst abändern und vereinfachen.

Sonntagnachmittag: Draußen ist es kalt und ungemütlich und so wird das neue Brettspiel ausgepackt, das das Christkind unter den Baum gelegt hat. Erst ist der Spaß groß, doch als klar wird, dass der Jüngste zu verlieren droht, kippt die Stimmung. Und tatsächlich, als ihn der nächste Wurf aus dem Spiel katapultiert, fliegen auch schon das Spielbrett und alle Steine in hohem Bogen durch die Luft. „Ich hasse dieses blöde Spiel und mit euch will ich sowieso niiiiie wieder spielen“, tönt es noch, dann folgt ein Tränenausbruch.

So weit, so bekannt. Denn verlieren ist gerade für kleine Kinder etwas furchtbares, rüttelt es doch gewaltig an ihrem Selbstbewusstsein. Und dennoch sind Spiele die perfekte Möglichkeit zu lernen, dass Scheitern im Leben dazu gehört. „Natürlich tut es weh, wenn man verliert“, weiß denn auch Pädagogin und Elterntainerin Veronika Lippert. „Aber wir müssen lernen Herausforderungen anzunehmen und zu akzeptieren, dass diese manchmal leider nicht so ausgehen, wie wir es uns gewünscht haben“. Denn verlieren ist nicht nur beim „Mensch, ärgere dich nicht“ herauszufliegen, sondern auch beim Tennis geschlagen zu werden, in der Schule beim Vorrechnen an der Tafel zu versagen oder plötzlich von den besten Freundinnen wie Luft behandelt zu werden.

Kurzes Spiel, leichte Regeln

Um mit all diesen Situationen umge-

hen zu lernen, ist spielen das beste Training – wenn man gewisse Dinge berücksichtigt. „Wichtig ist vor allem die Wahl des richtigen Spiels“, weiß Lippert. „Anfangs eignen sich besonders solche, bei denen es keinen einsamen Verlierer gibt“. Der Klassiker dafür auf dem Spielmarkt ist „Obstgarten“ (siehe Kasten Seite 52), bei dem alle Mitspieler gemeinsam gegen den Raben vorgehen. Mit solchen sogenannten kooperativen Spielen, bei denen man also gemeinsam oder als Teams agiert, steht keiner ganz alleine als Looser da. Man kann aber auch Lieblingsspiele einfach adaptieren und in kleinen Teams spielen, egal ob das Uno oder Rummykub ist. Denn zu zweit oder dritt verliert es sich nun mal viel leichter.

Auch auf altersgerechte Auswahl sollte man achten, damit der Ablauf nicht zu abstrakt und die Regeln zu kompliziert sind. „Kinder sollten nicht überfordert werden, damit sie auch wirklich Spaß an der Sache haben“, so die Expertin. Das Spiel der Wahl sollte anfangs eher kurz sein, damit sich auch kleinere Kinder durchgehend konzentrieren können. Außerdem kann das Spielmaterial reduziert werden – so gibt es beispielsweise bei Memory anfangs nur 10 Paare – und auch bestehende Regeln können abgewandelt und vereinfacht werden. Lippert: „Jedes Kind muss eine reelle Chance haben, dass Spiel aus eigener Kraft gewinnen zu können“. Dazu gehört auch vorab eine gute Erklärung über den

Die richtige Wahl

Damit ein Spiel Kindern auch wirklich Spaß macht, muss es ihrem Alter entsprechen. Nur so kann es die Regeln verstehen.

Teams bilden

Zu zweit verliert man leichter als alleine, also kann man ruhig anfangs in Teams spielen.



Kooperative Spiele – hier verliert keiner

Ein lustiges und spannendes Gesellschaftsspiel zu finden, das nicht darauf ausgelegt ist, dass einer die anderen besiegt, ist gar nicht so einfach. Doch gerade für kleinere Kinder sind diese Spielvarianten, in denen Teams gemeinsam agieren, ein toller Einstieg in die Spielewelt.

Gemeinsam gegen den Raben. Das bekannteste kooperative Spiel ist wohl „Obstgarten“ von Haba, das weltweit über eine Million Mal verkauft wurde. In diesem Spiel für Kinder ab 3 Jahren geht es darum Bäume, die voll reifer und leckerer Kirschen, Äpfel, Birnen und Pflaumen sind, abzuernten bevor der freche Rabe zuschlägt und alles auffrisst.

Keine Chance für freche Monster. Gemeinsame Monster-Jagd ist das Ziel der „Monster-Falle“ von Kosmos. Diese treiben nämlich in Oma Friedas Villa allerlei Schabernak. Doch Oma Frieda würde sich furchtbar erschrecken, wenn sie auf die Monster trifft, also müssen diese frechen Kerle so schnell wie möglich durch die Villa geschoben und in die Monsterfalle geschubst werden, bevor die alte Dame nach Hause kommt. Das Team, das geschickt ist und sich gut miteinander abspricht, fängt die meisten Monster und wird zum „Spitzen-Monster-Fänger-Team“ gekürt. Ab 6 Jahren.

Jagd nach Leckereien. In „Mmm!“ von Pegasus sind die Spieler hungrige Mäuschen, die endlich ein gemütliches Haus mit vollen

Vorratskammern gefunden haben. Dann kreuzt jedoch der Hauseigentümer – eine fiese Katze – auf. Nun gilt es gemeinsam die Leckereien zu klauen, ehe man den Katzentatzen in die Fänge geht. Doch wenn sie zu forsich oder zu zaghaft sind, kommt ihnen der Haustiger bald auf die Schliche. Ab 5 Jahren, plus beiliegender Variante für Kinder ab 7.

Hamstern für den Winter. Völlig unbekümmert spielen die kleinen Nager in ihrem Bau und verpassen fast den Jahreszeitenwechsel. Also begeben sich die Tiere in „Hamsterbande“ von Haba gemeinschaftlich auf die Suche nach Essbarem und lagern es in ihrer Vorratskammer ein. Doch sie müssen flink sein. Denn sollte das letzte Blatt vom Baum herunterfallen, bevor alle Vorräte gehamstert sind, müssen die kleinen Nager ein wenig Diät halten und verlieren das Spiel. Ab 4 Jahren.

Hilfe für die Kullerhexe. Die Hexe hat ihre magischen Gegenstände überall im Zauberwald verstreut. Die Spieler müssen ihr nun helfen diese wieder zu finden und werden dafür mit Beeren belohnt. Gespielt wird bei „Kullerhexe“ (Drei Magier Spiele) in immer wieder wechselnden Zweiertams. Gemeinsam versucht man durch Drücken von Steckern die Kullerhexe zu den gesuchten Gegenständen im Wald zu lenken. Das ist gar nicht so einfach, erfordert Geschicklichkeit sowie Absprachen und das Einstellen auf sein Gegenüber. Ab 6 Jahren.



Wut-Kissen

Wenn sie der Zorn übermannt, können die kleinen Wüteriche auf ein Kissen eintrommeln.



Strategien lernen

In die Zukunft schauen und überlegen, was man nächstes Mal besser machen kann.



genauen Ablauf und das Ziel des Spiels. Auch mögliche Strategien können besprochen werden und natürlich ist es wichtig schon vorneweg zu erklären, dass manchmal auch die beste Planung nichts nützt, wenn es um das Würfel-Deck geht.

ist okay, Tränen auch

Wenn der Wutanfall dennoch, dann sollen die kleinen Verlierer ihre Gefühle ruhig ausleben können. „Man darf wütend, enttäuscht und traurig sein“, meint Veronika Lippert. „Eltern sollen ihrem Kind vermitteln, dass sie seine Gefühle sehen und verstehen und dass man gemeinsam einen Weg finden wird, mit diesen Emotionen umzugehen“. Vielleicht hilft es ja das Spiel kurz zu unterbrechen und eventuell auf ein „Wut-Kissen“ einzuschlagen, bevor das Spielbrett zu Schaden kommt. Besonders bei kleineren Kindern, die noch in der magischen Phase sind (ca von 3-5 Jahren), hilft es auch eine Teilschuld der „verhexten“ Spielfigur oder Würfel zu geben. Die von vielen Eltern recht gern benützte Strategie des „Gewinnen lassen“ befürwortet die Pädagogin weniger. „Natürlich ist die Versuchung da, aber wichtiger ist es die richtigen Rahmenbedingungen für das gemeinsame Spiel zu schaffen und während dieser Zeit voll und ganz beim Kind zu sein“. Auch die Vorbildwirkung der Eltern spielt eine

Rolle, so die Expertin. „Eltern sollten zeigen, dass Verlieren nun mal zum Spiel dazu gehört und das es vor allem wichtig ist, Zeit miteinander zu verbringen“.

Selbstbewusstsein stärken

Entscheidend darüber, wie gut oder schlecht jemand verlieren kann, ist allerdings vor allem etwas ganz Grundsätzliches – nämlich das Selbstwertgefühl des Kindes. Lippert: „Je selbstbewusster ein Kind ist und je mehr Selbstwertgefühl es hat, desto leichter lernt es mit Niederlagen umzugehen“. Will man dieses Selbstwertgefühl stärken, ist ehrliche Anerkennung und Lob besonders wichtig. „Egal ob das Kind bei einer Wiederholung ein Plus gemacht oder ganz von selbst den Müll runter getragen hat, kann man ihm sagen, dass man stolz ist“, so die Pädagogin. Wichtig ist es dieses Lob auch vor Dritten – zum Beispiel dem Partner am Abend – zu wiederholen. Außerdem sollte man seinen Kindern schon von klein an mitgeben, dass man an sie glaubt, dass sie etwas schaffen können und dass sie auch lieb gehabt werden, wenn ihnen etwas mal nicht gelingt.

Niederlagen im Alltag

Und dieses Nicht-Gelingen wird Kindern häufiger widerfahren. Beim Gesellschaftsspiel ebenso wie in der Schule oder beim Sport. Gerade im



Veronika
Lippert
Pädagogin und
Elterntrainerin
www.elternwerkstatt.at

KOMMENTAR

Von Siegern und Verlierern

Siegen lernen. Man sollte sein Kind nicht nur fit fürs Verlieren, sondern auch fürs Gewinnen machen. Denn für kleine Kinder ist das mit der sozialen Kompetenz noch schwierig. Da hilft es ihnen zu sagen: „Du hast das ganz toll gemacht und es ist wunderbar, dass du dich so freust, wenn du gewinnst, aber du solltest nicht damit angeben und darauf herumreiten“.

Mitgefühl mit dem Verlierer. Wichtig ist es auch sich über niemanden lustig zu machen, der verloren hat. Hier kann man mit seinem Kind besprechen, dass es sich vorstellen soll mit dem Verlierer den Platz zu tauschen und zu schauen, was es jetzt fühlt. Schließlich will niemand ausgelacht werden, wenn man ohnehin schon eine Niederlage einstecken musste.

Humor siegt. Spielt man gemeinsam mit seinen Kindern, kann man Humor mit einfließen lassen. Sich nicht über andere lustig machen, sondern mal über sich selbst. „Das war jetzt aber seeehr geschickt von mir“ oder „wie blöd bin ich denn??“.

Mitfreuen ist gut. Und es gilt auch zu lernen, jemand anderem etwas zu vergönnen und sich mit jemandem zu freuen. Man kann also mit seinem Kind reden und sagen „Ist es nicht toll, dass dein Freund auch einmal Erster ist?“

In Summe begreift Ihr Kind so, dass man durch Niederlagen stark wird. Und Fehler auch durchaus positiv sind, weil man aus ihnen lernt.



Ziel



Volksschulalter eignet sich fast alles zum Wettbewerb, ständig wird die eigene Leistung mit der Anderer verglichen. Egal ob es darum geht, wer als Erster vom Bus beim Schultor ist, wer schneller die Treppen im Schulhaus hinunterläuft oder in der Pause zuerst angezogen und am Schulhof ist. „In solchen Situationen ist die Kommunikation mit Kindern essentiell“, so Lippert. „Man muss ihnen klar machen, dass einmal der eine und dann wieder ein anderer gewinnt. Dass es daran liegen kann, wie man geschlafen hat oder wer eine grüne und wer eine rote Ampel hatte“. Erschwerend kommt hinzu, dass dieses Konkurrenzdenken von vielen Lehrern noch geschürt wird. So werden Fehler gezählt, Punkte vergeben und Rechenkönige gekürt.

Blick in die Zukunft

Ähnlich beim Sport: Da entscheidet eine Zehntelsekunde beim Sprint, ein Zentimeter beim Sprung und jeder Netzball beim Tennis über Sieg und Niederlage. „Bei Sportarten, in denen die Einzelleistung zählt, ist es noch schwieriger zu verlieren“, bestätigt auch Veronika Lippert. „Bei Team sportarten kann hingegen nur ein ganzes Team gewinnen oder verlieren“. Was beim sportlichen Unterliegen hilft, ist letztendlich das Gleiche, was auch beim schlechten Test in der Schule oder beim Ausscheiden beim „Mensch, ärgere dich nicht“ nützt: Zu akzeptieren, dass man verloren hat, und festzustellen, was dazu geführt hat. Lippert: „Die Kinder fertig zu machen, hat überhaupt keinen Sinn! Man kann analysieren, anschließend überlegen, was man anders machen kann, und dann gehört die Sache abgehakt und in die Zukunft geschaut. Nur so können wir Kindern zeigen, wie man loslässt, mit Fehlern und Versagen umgeht und sie letztendlich stärken“.

TEXT: Heike Kossdorff

INSERTAT