

Entschleunigung – oder:
**Auf dem
Spielplatz der
Alltagswunder**



Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren sind wahre Meister:innen darin, die Welt mit offenen Augen zu entdecken und als Wunder zu erleben. Was die Erwachsenen von dieser kindlichen Unbeschwertheit und Neugierde lernen könnten, lesen Sie hier. Sandy Kinnigkeit

«Was machen wir heute?», fragt Leon, als er von der Spielgruppenleiterin begrüsst wird. «Das wird sich zeigen, während du hier bist.» Aus Sicht von Kindern birgt jeder Moment die Möglichkeit, die Welt mit frischen Augen zu sehen und Neues zu erfahren. Ob es darum geht, die Pflanzen auf dem Weg zur Spielgruppe zu entdecken, die Werkmaterialien zu erkunden oder gemeinsam mit anderen Kindern der Kreativität freien Lauf zu lassen – für Kinder ist der Alltag voller Überraschungen. Sie sind bereit, Lernchancen zu nutzen. Selbst die kleinsten Dinge können für Kinder faszinierend sein – sei es das Geräusch des Regens auf dem Dach, das Summen einer Biene im Garten oder das Knistern von Herbstblättern unter den Füßen. Sie nehmen neue Informationen auf, probieren sich in verschiedenen Aktivitäten aus und erweitern kontinuierlich ihren Horizont. Jede Situation bringt neue Herausforderungen mit sich, denen sie sich sehr oft mutig und begeistert stellen.

Platz schaffen für Veränderungen

Die Sichtweise von Kindern erinnert daran, wie wichtig es ist, offen für Veränderungen zu sein und jeden Tag als Chance zur persönlichen Weiterentwicklung zu nutzen. Angenommen, eine pädagogische Fachkraft hat sich mit den Kindern zur Begrüssung stets am selben Ort in der Spielgruppe versammelt und sie haben gemeinsam ein Lied gesungen. Jetzt möchte sie etwas Neues ausprobieren, weil sie wegen der Unruhe während des Begrüssungsrituals gemerkt hat, dass dies nicht den Bedürfnissen der Kinder entspricht. Sie hat die Idee, sie könnte die Kinder beim Eingang begrüßen und direkt ins Freispiel übergehen, fühlt sich aber noch etwas unsicher in der Umsetzung. Dennoch lässt die Fachkraft sich auf das Experiment ein und erforscht ihre eigenen Gedanken und Emotionen, während sie diese neue Erfahrung macht. Dafür braucht es neben Offenheit für die Reaktionen der Kinder einen längeren Zeitraum, um zu beobachten, was sich Neues ergibt.

Moment – was geschieht jetzt?

Kinder leben im Moment und nehmen die Welt um sich herum mit all ihren Sinnen wahr. Während sich Erwachsene mit Terminen und To-do-Listen den Alltag füllen, nehmen Kinder im Spielgruppenalter die Zeit sehr gelassen und beobachten genau. Vielleicht hat die Spielgruppenleitung zehn Minuten in der Garderobe eingeplant und stellt verblüfft fest, dass die Kinder viel mehr

Zeit brauchen. Es gibt nicht nur Slow Food, nein, auch Slow Pedagogy – die Pädagogik der Achtsamkeit und Entschleunigung. Das bedeutet, sich Zeit für die Kinder zu nehmen, ihre Interessen zu erkennen und ihnen die Möglichkeit zu geben, diesen nachzugehen. Diese Ideen gehen auch auf den deutschen Pädagogen Friedrich Fröbel zurück.¹

Spielgruppenfachkräfte setzen entschleunigte Pädagogik dann um, wenn sie sich zum Beispiel einen Moment zurücknehmen und tief durchatmen, anstatt in Hektik auszubrechen. Wenn sie selbst in einer Tätigkeit aufgehen, sich konzentrieren, ohne immer nach dem Sinn zu fragen. Ganz im Hier und Jetzt. Fachkräfte können ihren Fokus auf ihre Beobachtungsgabe legen. Vielleicht erkennen sie dadurch, dass die Kinder ihren ganz individuellen Ablauf und unterschiedliche Ideen haben, um sich in der Ankleidesituation in der Garderobe zurechtzufinden.

¹ Fröbel, F., Kindergarten heute, 5_2024, Mit Kindern entschleunigen / Clark, A.: Das Wissen um die Langsamkeit und das nicht gehetzte Kind, 2022

Lesen Sie weiter auf Seite 6.

Slow Pedagogy – Impulse für eine entschleunigte Praxis

- Lösen Sie sich von einem festen zeitlichen Ablauf und starren Vorgaben. Wenn ein Kind mit einer spontanen Idee auf Sie zukommt, dann ist es an der Zeit, diese umzusetzen.
- Öffnen Sie sich für Unbekanntes. Den Ausgang eines Prozesses oder einer Situation nicht vorauszuwissen, kann Erwachsene herausfordern.
- Nehmen Sie die Kinder wahr, und geben Sie ihnen Raum und Zeit für die individuelle Entwicklung.
- Kinder lernen in ihrem Tempo. Dadurch können sie sich lange mit einer Sache auseinandersetzen und neue Erfahrungen machen – also die Alltagswunder entdecken!
- Betrachten Sie Ihren pädagogischen Alltag, und reflektieren Sie: Wo habe ich genug Zeit, und wo fehlt sie vermeintlich? Was kann ich verändern, damit mehr Zeit für die Dinge bleibt, die den Kindern wichtig sind?



© Origin | iadobe.com

Gut zu wissen

Konzentration und Gehirn: Im vorderen cingulären Cortex, einem Bereich des Gehirns hinter der Stirn, befindet sich die Steuerung der Aufmerksamkeit und des Verhaltens. Bei Menschen, die regelmässig meditieren und Achtsamkeit praktizieren, zeigt dieser Bereich eine erhöhte Aktivität, was sich positiv auf die Konzentrationsfähigkeit auswirkt. Zudem schrumpft der Mandelkern, der als Sitz des Angstzentrums gilt, wenn man sich regelmässig in eine Aufgabe vertieft. Im Gegensatz dazu scheint der Hippocampus zu wachsen, der für die Gedächtnisfunktionen verantwortlich ist. **Tipp:** Den pädagogischen Alltag dafür nutzen, um sich auf das kindliche Bewusstsein einzulassen und dabei an diese Weisheit des buddhistischen Mönchs Thích Nhat Hanh zu denken: Unser wahres Zuhause liegt im gegenwärtigen Augenblick.

Begeistert durch das Leben gehen

Gerald Hüther sagt in seinem Video «Wie lernen am besten gelingt»² sinngemäss: Kinder entdecken und gestalten ihre Welt mit Begeisterung. Sie machen sich voller Offenheit, Gestaltungslust und Freude auf den Weg. Dadurch lernen sie täglich Neues. Zwanzig- bis fünfzigmal am Tag erlebt ein Kleinkind einen Zustand grösster Begeisterung. Jedes Mal kommt es dabei im Gehirn zur Aktivierung der emotionalen Zentren. Entdeckerfreude und Gestaltungslust sind zwei Haltungen, mit denen Kinder auf die Welt kommen. Damit sich Menschen für etwas begeistern, muss es bedeutsam für sie sein. Für ein Kleinkind ist noch fast alles bedeutsam, was es erlebt, erfährt und unternimmt.

Um im Erwachsenenalter die kindliche Begeisterungsfähigkeit zurückzugewinnen, kann man sich selbst einladen und sich dazu inspirieren, die Welt noch einmal so zu betrachten wie damals, als man noch ein Kind war. Dies geschieht in der Spielgruppe, indem sich Spielgruppenleiter:innen auf das kindliche Spiel einlassen. Und die Kinder ohne Ziele gestalten und spielen lassen und in individuelle Interaktionen mit ihnen treten. Die Welt aus der Perspektive von Kindern betrachten? Ein riesiger Spielplatz der Alltagswunder!

Neugierde und Offenheit

«Warum bist du so dick?» «Warum hast du so dunkle Haut?» «Warum ist deine Nase so gross?» Kinder fragen nach, weil sie sich für ihre Umwelt interessieren. Sie wollen lernen, und das tun sie auch, indem sie viele Fragen stellen. Das kann für Bezugspersonen herausfordernd sein. Vor allem bei Fragen, die in der Gesellschaft eher als Tabuthemen gelten. Erfahrungen, die die Kinder selbst machen und Verhaltensweisen von Bezugspersonen, mit denen Kinder aufwachsen, prägen ihr Leben. Wer sich nicht traut, eine Person auf einen Todesfall anzusprechen, hat als Kind vielleicht gelernt, dass über den Tod nicht gesprochen wird. Aus einer anderen Perspektive gesehen, könnte ein offener Umgang mit Alltagsthemen sehr heilsam sein.

Durch Gespräche entstehen Beziehungen. Spielgruppenleiter:innen erwecken die kindliche Neugierde in sich selbst, indem sie anderen Menschen gegenüber die

Neuer Link,
direkt auf Video

Passt das so?

² Video: Wie lernen am besten gelingt – Prof. Dr. Gerald Hüther, https://www.youtube.com/watch?v=T5zbk7FmY_o&t=6s (Zugriff: 17.6.24)



© cristiana ladobe.com

Haltung «Ich interessiere mich für dich und deine Welt» einnehmen, anstatt sich von voreiligen oder erfahrungsbasierten Schlüssen beeinflussen zu lassen. Eine unvoreingenommene Haltung hilft, anderen Menschen offen zu begegnen. Pädagogische Fachkräfte begegnen dem Anderssein oder Andersdenken im Idealfall ohne Schrecken, ohne Misstrauen und vorurteilsbewusst.

Aufrichtig sein ...

Manch eine erwachsene Person tut Dinge, weil sie den Eindruck hat, dass dies von ihr erwartet wird – obwohl sie Nein sagen möchte. Wenn Kinder auf etwas keine Lust haben oder merken, dass es keinen Spass macht, dann lassen sie es. Sie sind unverfälscht in ihrem Ausdruck von Gedanken, Gefühlen und Bedürfnissen. Sie haben noch die Fähigkeit, ohne Filter oder Verstellung zu kommunizieren, sind direkt und unmittelbar in ihrer Kommunikation, meist noch ohne verborgene Absichten oder versteckte Botschaften. In einer Welt, in der Aufrichtigkeit manchmal durch soziale Konventionen, Höflichkeit oder Angst vor Konsequenzen eingeschränkt wird, können pädagogische Fachkräfte von den Kindern lernen, sich ebenfalls authentisch auszudrücken und offener über ihre Gedanken und Gefühle zu sprechen.

... auch in der Elternzusammenarbeit

Spielgruppenleiter:innen drücken sich authentisch gegenüber Bezugspersonen aus und sprechen offen über ihre Gedanken und Gefühle, indem sie zum Beispiel auf eine

Situation reagieren, in der ein Kind wiederholt ein Verhalten zeigt, das sie herausfordert. Anstatt die Problematik zu verschweigen oder herunterzuspielen, sind Reflexionsarbeit und eine offene Kommunikation mit den Eltern wichtig. Diese findet nicht zwischen Tür und Angel, sondern bei einem Gesprächstermin statt. Ein Beispiel für eine Gesprächsführung: «Ich möchte Sie gerne um Ihre Meinung bitten. In letzter Zeit habe ich beobachtet, dass es während des Freispiels zu körperlichen Konfliktsituationen kommt. Es gibt Momente, in denen ich nicht ganz sicher bin, welche Reaktion Ihrem Kind helfen könnte. Ich möchte gerne gemeinsam mit Ihnen nach Lösungen suchen, wie ich hier in der Spielgruppe damit umgehen kann. Ich wäre froh, wenn Sie mir erzählen würden, wie dies bei Ihnen zu Hause oder mit anderen Kindern ist.» Es ist möglich, daraufhin eine Situation zu erläutern und aufzuzeigen, was bereits alles versucht wurde.

Wenn pädagogische Fachkräfte das Lernen als co-konstruktiven Prozess verstehen, wissen sie, dass sie mindestens so viel von den Kindern und Bezugspersonen lernen wie umgekehrt. Die kindliche Sichtweise auf das Leben ist so klug wie inspirierend und hilft, mehr Achtsamkeit, Kreativität und Freude in den eigenen Alltag zu integrieren. Indem pädagogische Fachkräfte die Bedürfnisse der Kinder respektieren, das Alltagslernen einer durchstrukturierten Didaktisierung vorziehen und sie aufmerksame Spielbegleiter:innen sind, schaffen sie eine Umgebung voller Wunder – für alle.