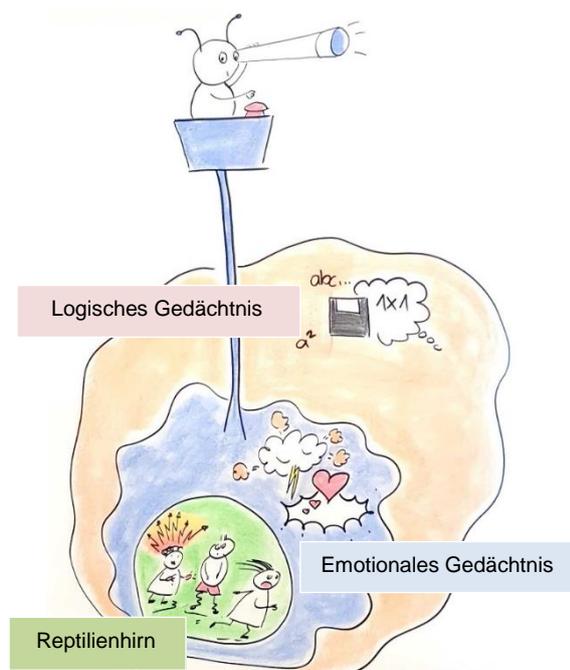


## Spielzeugfrei – vom Gehirn bis zur Risikokompetenz

Im Projekt erhalten die Kinder viel mehr Zeit und Raum Autonomie auszuleben und Eigenverantwortung zu übernehmen. Sie werden aus der Komfortzone geholt. Einige weichen im Alltag gerne aus und sind beispielsweise immer beim Zeichnen anzutreffen. Der komfortable Spielort fehlt im Projekt und das Kind steht vor einer neuen Herausforderung. Solche Situationen sind wichtig, weil die Kinder so Lebenskompetenzen und Vertrauen in ihre Fähigkeiten weiterentwickeln.

### Was passiert dabei im Gehirn?

Sehr vereinfacht gesagt spielen das logische und das emotionale Gedächtnis sowie das Reptilienhirn eine zentrale Rolle. Im logischen Gedächtnis wird Gelerntes gespeichert und kann hier abgeholt werden. Damit überhaupt etwas gelernt wird, braucht es eine Stimulation im emotionalen Gedächtnis. Ein Kind, das Spass hat und sich aufs Spiel einlässt, lernt mehr als ein Kind, das sich im Kindergarten unwohl und deshalb «gestresst» fühlt.



Situationen, die ein gewisses Risiko bergen und die Kinder anregen etwas zu wagen, stimulieren das Gehirn und das Gelernte wird gespeichert. Anders gesagt, die Kinder kommen aus ihrer Komfortzone raus und sie lernen. Ist die Stimulation zu gross, bzw. fühlt sich das Kind sehr gestresst, wird dies als gefährlich eingestuft und löst im Körper eine Stressreaktion aus. Dafür ist das Reptilienhirn zuständig. Alles wird blockiert – denken ist nicht mehr möglich, nur handeln. Totstellen (z.B. erstarren), flüchten (z.B. weglaufen) oder kämpfen (z.B. schlagen).

### Die Lehrperson als Ermöglicherin

Im Projekt lernen die Kinder ausserhalb ihrer Komfortzone Neues zu entdecken. Sie lernen das Stressmass selber zu regulieren, wenn sie die Möglichkeit haben sich gut zu spüren. In diesem Prozess ist die Begleitung der Kindergartenlehrperson ein zentraler Faktor. Durch ihre Präsenz und das Beobachten kann sie die Kinder bei diesen Lernschritten unterstützen.

Die Lehrperson hat nach wie vor die Verantwortung und muss dieser nachkommen, wenn beispielsweise eine Bewegungslandschaft zu viele Gefahren birgt oder wenn ein Kind über längere Zeit überhaupt nicht ins Projekt findet. Bei ersterem ist ein direktes Leiten nötig, beim zweiten braucht es die Beobachtung und Unterstützung in Form von Coaching. Die Rolle der Lehrperson verändert sich – sie ermöglicht den Kindern autonom ihre Lebenskompetenzen zu schulen.

### Suchtprävention Aargau

Rain 41, 5000 Aarau

062 832 40 90, [info@suchtpraevention-aargau.ch](mailto:info@suchtpraevention-aargau.ch)