

Mit Kindern wachsen, Heft 04/2008, Arbor Verlag

Kinder als die wahren Meister

Über das Ursprüngliche Spiel
Sabine Heggemann

Ein Gespräch mit Fred O. Donaldson

Im Ursprünglichen Spiel gibt es, fern jedem Wettbewerb, weder Gewinner noch Verlierer – Spiel ist eine Interaktion, die aus dem jeweiligen Moment heraus entsteht, aus der Beziehung. Fred O. Donaldson ist ein Spezialist zum Thema Spielen. Er spricht darüber was es bedeutet zu Spielen, wie man diese Art des Spiel erlernen kann, was für Motivationen es dafür gibt und über Resonanz auf das Spielen auf der politischen Ebene...

Foto: Azubi mit seinen Meistern im Spiel vertieft © O. Fred Donaldson

Fred, kannst du Ursprüngliches Spiel mit einem Wort oder vielleicht eher in einem Satz erklären?

In einem Satz ist es definitiv viel einfacher als mit einem Wort (lacht). Für mich ist es ein Geschenk der Schöpfung an alle Lebewesen, das es uns erlaubt, unser natürliches Zusammengehörigkeitsgefühl und Liebe zu empfinden.

Mein erster Gedanke bei dem Versuch die Essenz vom Ursprünglichen Spiel in ein Wort zu fassen wäre „Liebe“. Ich denke „Liebe“ passt schon sehr genau. Aber je mehr ich darüber nachdenke, würde ich wohl sagen, das Wort, das es für mich am besten trifft ist im Englischen „Grace“ (Gnade). Denn bei „Gnade“ habe ich das Gefühl, dass das nichts von Menschen Erschaffenes ist. Es wird erschaffen von ... welches Wort auch immer wir benutzen mögen für das Unbenennbare – Gott, Schöpfung, großer Geist.

Fred, du hast so viele fantastische Geschichten zu erzählen von Spielsituationen mit den unterschiedlichsten Arten von Lebewesen. Wenn Menschen nun Ursprüngliches Spielen erlernen möchten, gibt es so etwas wie eine sinnvolle Reihenfolge von Spielpartnern, mit denen man zuerst anfängt, dann darauf aufbauend eine andere Spezies usw.?

Die Reihenfolge, die ich benutze ist die, mit sehr kleinen Kindern anzufangen, mit Kindern unter fünf Jahren, zwischen zwei und vier Jahren vielleicht. Dann spiele ich mit älteren Kindern, oder solchen, die vielleicht Probleme haben, immer in Abhängigkeit vom Fortschritt meiner Fähigkeiten im Spiel. Ein Aspekt, der Ursprüngliches Spiel von wohl allen anderen Dingen unterscheidet, die Erwachsene tun, ist, man kann es definitiv nicht von Erwachsenen lernen. Es muss so gelernt werden, wie letztendlich alles andere

auch – man geht zu den besten Leuten, die es einem beibringen können. Und die, die Ursprüngliches Spiel am besten lehren können, sind sehr kleine und behinderte Kinder.

Wenn sich deine Fähigkeiten entwickeln, dann kannst du sowohl die Tiefgründigkeit des Spiels vertiefen hinsichtlich der Frage mit welcher Art von Menschen du spielst, als auch mit der Bandbreite an Lebewesen. Ich kann verschiedene Arten von Kindern einbeziehen, verschiedene Arten von Lebewesen. Und letztendlich ist mein Ziel, zu versuchen, mit allem Leben auf Erden zu spielen.

In Lüneburg gibst du nun seit einigen Jahren Einführungsworkshops und es gab auch Veranstaltungen für Fortgeschrittene. Wir sehen immer wieder, einigen fällt es leichter als anderen, ursprünglich zu spielen. Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange es durchschnittlich braucht, bis Menschen diese Art des Miteinanders verinnerlicht haben?

Das ist gleichzeitig eine gute und schwierige Frage. Wenn ich mir meinen Werdegang anschau, stelle ich fest, dass ich 30 Jahre gebraucht habe. Kaum jemand von uns hat 30 Jahre Zeit um irgendetwas zu erlernen (lacht).

Wenn wir uns auf der anderen Seite Menschen anschauen, die ich ausgebildet habe – ob es Daniel ist, der seit 10 Jahren spielt oder Jola, die sehr, sehr gut nach drei Jahren ist: Es braucht nicht zwangsläufig 30 Jahre. Viel hängt davon ab – wie bei allen Sachen – wie viel Übung, wie viel Engagement ich aufbringe. Man lernt Ursprüngliches Spiel nicht durch die Teilnahme an Workshops. Der Zweck eines Workshops ist es, die Menschen vorzubereiten. Meine Aufgabe ist es, Erwachsene empfängsbereit für die Meister zu machen. Ich bin so eine Art Auszubildender, oder Lehrling. Und du hast es zunächst mit den Auszubildenden zu tun, bevor die Meister kommen.

Wenn es soweit ist, dass du mit den Meistern arbeitest, ist die Frage, was der Einzelne tun möchte. Wenn jemand zum Beispiel kleine Kinder zuhause hat, dann ist das der Fokus. Und die zu entwickelnde Fähigkeit wäre dann, Schritt zu halten mit den heranwachsenden Kindern und dieselbe Art von Spiel beizubehalten. Wenn jemand anderes mit Straßenkindern oder mit Gangmitgliedern arbeiten möchte, dann hat man es mit viel älteren Menschen zu tun. Mit größeren Menschen, mit Menschen, die in der Regel bereits viel Gewalt in ihrem Leben erfahren haben. Hier muss man lernen, damit umzugehen. Jeder muss also schauen, was er machen möchte, und erkennen lernen, welche Art von Übung er braucht, um in dem Umfeld spielen zu können, das ihn umgibt. Nachdem du mit ein paar Kindern gespielt hast, würdest du also nicht unbedingt losziehen und es mit einem Löwen probieren.

Hat jemand versucht mit einem Löwen zu spielen?

Soweit ich weiß, nicht. Als ich das erste mal mit Wölfen spielte, hatte ich bereits sieben, acht Jahre lang mit Kindern gespielt. Aber als ich das erste Mal im Gehege war – ich hatte nie vorher mit Wölfen gespielt oder war zuvor in der Nähe von Wölfen gewesen – theoretisch war es also ein Riesensprung von den Kindern zu den Wölfen. Praktisch gesehen war es kein so großer Unterschied.

Ist es schon passiert, dass jemand an einem Workshop teilgenommen hat und anschließend mit wilden Tieren gespielt hat?

Ein Freund in Südafrika, der mit Vorschulkindern spielt und gleichzeitig ein Wildführer ist, hatte ein Erlebnis mit einem Löwen. Er spielte nicht mit ihm, sondern führte eine Gruppe durch ein Wildgebiet in Südafrika und stand plötzlich vor einem Löwen. Er setzte in dem Moment um, was er an Grundsätzlichem über Ursprüngliches Spiel gelernt hatte, konnte den Löwen beruhigen und dieser drehte sich um und ging weg.

Wie nimmst du die Beweggründe von Erwachsenen wahr, die sich auf Ursprüngliches Spielen einlassen? Sind das Menschen, die einen Rest von Wissen über Spiel aus ihrer Kindheit bewahrt haben, oder sind es Erwachsene, die durch berufliche Gründe motiviert sind, wie z.B. Therapeuten?

Ich denke, die Menschen kommen aus beiden Gründen. Beides sind professionelle Beweggründe, wie z.B. bei Psychologen, Lehrern oder allen, die mit Kindern zu tun haben oder Bereichen, in denen es Stress gibt, wie z.B. in Gefängnissen in Südafrika. Polizisten haben dort an Workshops teilgenommen.

Aber auch bei diesen Menschen, auch wenn die Arbeit ihr Hauptfokus ist, da ist etwas in uns allen, etwas wie das Wahrnehmen von so einer Art Gedächtnisschwund. So ein Gefühl von entführt worden sein von einer Kindheit, die noch nicht abgeschlossen war. Und da gab es bestimmte Fähigkeiten und Gefühle in dieser Kindheit, die wir versuchen möchten zurückzubekommen. Ursprüngliches Spiel kann uns also dabei helfen, diese zurückzubekommen. Aber, noch einmal, man bekommt sie nicht allein durch das Teilnehmen an Workshops zurück. Man muss die Meister aufsuchen, damit sie einem helfen können das zu tun.

Fred, du bist eingeladen worden, Ursprüngliches Spiel an allen Schulen in Polen einzuführen. Was ist dort Stand der Dinge?

Es hat gerade eine Ablösung des Bildungsministers gegeben. Und so warten wir gerade ab und beobachten, wie das Programm sich seinen Weg sucht durch die polnische politische Verwaltung. Und wie alle politischen Themen braucht auch dieses seine Zeit. Glücklicherweise warten wir nicht nur ab,

sondern arbeiten gleichzeitig mit Schulen und Institutionen, mit krebskranken und behinderten Kindern in Polen.

Der Vorfall, der diese Bewegung seinerzeit ins Rollen brachte, war ein Fall von Mobbing. Und das ist nach wie vor ein Riesenproblem – weltweit. Es gab zwei Vorfälle in den letzten Tagen in den USA, zwei Vorfälle in Stockholm am letzten Wochenende, das sind alles Beispiele dafür, dass Erwachsene nicht in der Lage sind mit Mobbing-situationen umzugehen. Und wir sind schlicht an einem Punkt, an dem wir nicht wissen, was wir tun sollen. Und Ursprüngliches Spiel ist ein wirklich gutes Gegenmittel bei diesem Mobbingproblem.

Nicht oft passiert es, dass gute Ansätze sogar eine Resonanz auf der politischen Ebene haben und dort als Erfolg gefeiert werden. Du hast neben dieser Rückmeldung aus Polen auch eine derartige Bestätigung von den United Nations bekommen. Um was handelt es sich da genau?

Wir haben einen Bericht über die Verwendung von Ursprünglichem Spiel in einem Flüchtlingsprogramm als Alternative zu Gewalt gegenüber Kindern überall auf der Welt geschrieben. Und dieser Bericht wurde anerkannt und publiziert von der UN in einem kürzlich herausgegebenem Kompendium über Alternativen zu Gewalt gegenüber Kindern.

Wir hatten in Lüneburg mehrmals die Gelegenheit mit behinderten Menschen zu spielen. Wie bewertest du die Spieleinheiten mit diesen besonderen Menschen?

Ich habe die Gelegenheiten sehr genossen, in denen die erwachsenen behinderten Menschen zu uns in den Workshop kommen konnten. Es war eine Freude sowohl für die behinderten, als auch für die sogenannten „normalen“ Erwachsenen miteinander zu spielen, so als ob wir uns gegenseitig schon lange kennen würden. Ich erinnere mich an eine Frau, die am Ende überhaupt nicht mehr gehen, und am Anfang gar nicht kommen wollte. Als ich vor 30 Jahren mit dem Spielen begann, wusste ich überhaupt nichts über behinderte Menschen. Ich hatte lediglich mal Menschen in Rollstühlen gesehen und Worte wie „Autismus“ gehört, aber das hatte für mich alles keine Bedeutung. Diese Menschen haben mir in den letzten 30 Jahren gezeigt, was für besondere Unterrichtseinheiten ich von ihnen lernen kann.

Im letzten Sommer war ich in Südafrika und besuchte ein Zentrum für behinderte Kinder und Erwachsene. In einem Raum liefen einige Kinder herum und unter ihnen war ein Mann, der aber nicht die Matten betrat. Er blieb außen vor. Wenn ich mit Kindern spielte, dann lieben diese es besonders, die Hände auf mich zu legen und mich umzuwerfen. Ich beobachtete, dass er immer dann lächelte, wenn ich hinfiel. Ich begriff, dass er begann sich einzubeziehen. Also bewegte ich mich in seine Nähe und er

drückte mich mit seiner Schulter. Ich fiel um und er begann zu lachen. Also wiederholte ich es wieder und wieder und er lachte und berührte mich und wir gingen gegenseitig aufeinander ein.

Am Ende der Spielzeit erzählten mir die Betreuer, dass dieser Mann niemals jemandem erlaubte ihn zu berühren. Was mir klar wurde, war eine sehr wichtige Lektion für mich. Ein Aspekt bei der Kunst des Spielens ist nicht nur Berührung zu geben, sondern auch Berührung anzunehmen. Und oftmals nehmen wir uns als Eltern, als Lehrer vielleicht die Zeit ein Kind, unser Kind zu berühren, aber wir haben nicht die Zeit, ihre Berührung zu ihren Bedingungen anzunehmen. Und mir wurde an diesem Nachmittag, in diesem Raum klar: Dieser Mann gab mir Berührung, gab mir das Geschenk seiner Berührung zu seinen Bedingungen, wenn ich mir die Zeit nahm, für ihn da zu sein. Als ich an dem Nachmittag in der Einrichtung war, erzählten mir die Betreuer, dass sie keine Zeit hätten das zu tun. Also schaute ich mich um, als ich umherspazierte und in jedem Raum sah ich die Betreuer stehen und die Kinder lediglich beobachten. Sie hatten ganz offensichtlich Zeit. Sie hatten sich entschieden nicht anzunehmen und ich vermute, dass sie einfach nicht wussten, wie sie das Annehmen anstellen sollten.

Aber das ist typisch. Die Betreuer hatten gleichzeitig Recht und Unrecht, als sie sagten, sie hätten keine Zeit. Sie haben Recht in dem Sinne, dass ihr Ablaufplan, ihr Protokoll, ihre Programme ihnen keine Zeit lassen, den Kindern einfach Liebe zu geben und diese anzunehmen. Auf der anderen Seite ist es so, wenn wir es nicht tun, dann hat das Konsequenzen. Gesundheits- und Verhaltenskonsequenzen. In Wirklichkeit sollte Liebe an erster Stelle stehen bei den Dingen, die wir tun, und nicht an letzter. Was an letzter Stelle steht, wird oft nicht mehr gemacht. Wenn es an erster Stelle steht, dann wird alles in der Umgebung, sei es in einer Institution für behinderte Kinder, in einem normalen Klassenraum, in einer Familie, dann wird alles was danach kommt von dem geformt, was du zu Anfang gemacht hast.

Lieber Fred, herzlichen Dank für dieses Interview!

Erschienen in der Zeitschrift "Mit Kindern wachsen", Ausgabe:
Heft April 2008

Das Gespräch führte Sabine Heggemann am 12. Oktober 2007 in Lüneburg

Sabine Heggemann

Sabine Heggemann, Kulturwissenschaftlerin (M.A.), beschäftigt sich seit rund zehn Jahren mit Meditation und Achtsamkeit.

Seit 2003 nahm sie an verschiedenen Aus- und Weiterbildungen zum Thema "Achtsamkeit und "Achtsame Elternschaft" teil, u.a. bei Lienhard Valentin,

Katharina Martin, Jon Kabat-Zinn und Myla Kabat-Zinn, Polly Elam, Fred Donaldson und Anna Tardos und Soryu Forall.

Sabine Heggemann ist Preisträgerin der Körber-Stiftung für ein Eltern-Kind-Projekt und war jahrelang im Vorstand zweier Elterninitiativen im Bildungsbereich tätig, sowie in einer internationalen Umweltbildungs-Organisation.

Seit 2011 beschäftigt sich Sabine Heggemann ausgiebig mit dem Mind the Music Programm für Jugendliche von Soryu Forall und Shinzen Young. Sie hat die deutsche Zweigstelle des Center for Mindful Learnig (CML) gegründet und unterrichtet nach diesem Ansatz in Schulklassen, sowie Jugend- und Erwachsenen-Gruppen. Desweiteren bietet sie Vorträge, Seminare und Fortbildungen für Interessierte an und alle, die mit Kindern und Jugendlichen zu tun haben.

Sabine Heggemann lebt mit ihrem Mann und zwei Kindern in Lüneburg. Um mehr über ihre Arbeit zu erfahren, besuchen sie ihre Website www.achtsamkeit-lueneburg.de.