

Spiel als Therapieform? Eine persönliche Annäherung



Urs Löffel

Tierpfleger, Kulturschaffender und Spielpädagoge (SPS 26)

Doofe Titelfrage, oder? Spiel ist spassiger Zeitvertreib; Therapie ist etwas für Kranke und Geschwächte. Also würde bei ‚Spiel als Therapie‘ Spass auf eine ernste Sache treffen. Geht nicht, meinen nur die, welche die Macht der Spiele noch nie erlebt oder zumindest noch nie ganz wahrgenommen haben.

Spielerinnen und Spieler wissen, dass Jonglierutensilien, Kartenspiele, Brettspiele, Bewegungsspiele und viele andere Spielformen mit ihren tiefgründigen Nebeneffekten Wohlbefinden und Fähigkeiten der Lebewesen stark und positiv beeinflussen können. Wer hat die therapeutische Wirkung des Spiels nicht schon am eigenen Leib gespürt?

Auf welche Prozesse Mama’s Spiel in den eigenen Babyjahren gewirkt hat, hat mancher damals nur beiläufig erfahren oder vielleicht schon längst vergessen. Ob diese Spielchen präventiv oder therapeutisch der Gesundheit entgegen kamen, dürfte im Nachhinein schwierig zu eruieren sein. Welche Spuren im weiteren Verlauf des Lebens auf dem Pausenplatz, am Arbeitsplatz und in der Freizeit spielerische Tätigkeiten hinterlassen haben, darüber kann schon eher gerätselt bzw. nachgeforscht werden?

„Tschutten“ war das Spiel, welches auf unserem Pausenplatz zu neuer Energie verhalf. Fussball schulte Motorik und

Aufmerksamkeit, therapierte das Sitzleder und die Kameradschaft und weckte Rücksichtnahme und Gefühle (unser Goalie war weiblich). Jass und Rommé als Samstagabend-Spiel mit meinen Eltern und Geschwistern liess angesammelte Sörgelis aus dem Alltag spielend zu „Peanuts“ schmelzen und verhalf zu gemeinsamen Erlebnissen, die nachhaltig stark den Familienzusammenhalt förderten.

Game Boy war die Spielkonsole, die wir unseren Kindern vorenthalten wollten, die aber, als mein Sohn als 5 Jähriger 10 Tage möglichst bewegungsarm im Spitalbett liegen musste, zum perfekten Spieltherapiegerät für Ruhe, Ablenkung, geistige Flexibilität und zur Produktion von genesungswichtigen Glückshormonen avancierte.

Spiele mit Ball, Rollbrett, Gummitwist und Einrad formten aus meiner ehemals eher bewegungsschwachen Tochter eine topfite, multi-aktive Sportlehrerin. Sitzkreis-spiele, Bewegungsspiele, Lernspiele und mehr setzt meine Frau in ihrer Arbeitswelt mit Kleinkindern zur gezielten Förderung (für einzelne Kinder ist es mit Sicherheit Therapie) der lernfähigsten Altersgruppe mit verblüffenden Erfolgen auf verschiedensten Ebenen ein.

Spiele entwickeln, die bei exotischen Tieren schlafende Sinne und verborgene Instinkte wachrufen, sind Aktivitäten die in meiner Berufung Kreativität voraussetzen. Theaterspiel konsumieren, musikalische Spielereien hören sowie aktives Spielen verbunden mit Bewegung, Denken, Knobeln und gesellschaftlichem Zusammen-sein sind Therapieformen die ich geniesse, um mich körperlich und psychisch zu stärken.

Spiel prägt mich und mein Leben. Spiel verhilft zu Freude und Spass. Spass fördert das Lachen. Lachen ist die beste Medizin. Also, muss Spiel eine gute Therapieform sein! ◉