

## **„Was soll ich tun?“ - Langeweile und Muße im Leben mit Kindern.**

„Mir ist langweilig! Was soll ich tun?“ Welche Eltern hören das nicht von ihren Kindern? Wenn ich das von meiner 10-jährigen Tochter höre, entfährt mir meist eine Antwort, die interessant ist, näher angeschaut zu werden: „Langweilig? Mir nicht. Ich wüsste, was du tun könntest: Staubsaugen, den Müll raustragen, kochen, den Geschirrspüler ausräumen...“ Wenn ich es bis dahin überhaupt schaffe, ohne durch einen Rüffel seitens meiner Tochter abgewürgt zu werden (Ma Papa!), seh ich mich selbst als diesen typischen Erwachsenen, dem und nur dem solche Dinge einfallen können auf so eine Bemerkung.

Was ist bei meinem Kind lost, wenn es sich langweilt? Und was ist bei mir los, dass mir eine solche Antwort einfällt. Was können wir beide tun?

Als Erwachsener in der „Rush-hour des Lebens“ (Kinder, Beruf, Haus und tausend Verpflichtungen und Bedürfnisse – nicht zuletzt eigene!) fällt es mir immer wieder schwer, mir vorzustellen, was Langeweile ist. Noch schwerer: mich hineinzufühlen in diese Langeweile, von der meine Tochter spricht. ... Natürlich schwingt auch der Gedanke mit: Kein Problem, tolle Gelegenheit, euch „nützlich zu machen, wenn ich meinen Mädels Haushaltsjobs anbiete. Es ist ständig so viel zu tun, dass ich gar nicht auf die Idee käme, es wäre mir langweilig. Es gibt eigentlich keinen Zeitpunkt, wo ich mal gerade nicht wüsste, was ich tun soll. Schon eher, was ich zuerst tun soll.

Wir Erwachsenen leben oft in einem Hamsterrad und nicht selten mit dem permanenten Gefühl, es läuft uns die Zeit davon. Im Laufe eines Tages, eines Monats, eines Semesters, eines Jahres. Ja selbst im Urlaub erlebe ich manchmal, wie mir dieses psychologische Konstrukt „Zeit“ im Nacken sitzt, um mich anzutreiben, um mich unglücklich zu machen, weil mir die Zeit davonläuft, die Dinge zu tun, die ich noch tun wollte. Und dabei sind wir vielleicht bei dem, was sich hier als Erkenntnis aufdrängt: Vielleicht lädt Langeweile ein, für jetzt aus dem Tun auszusteigen und einfach zu sein. Wenn „Ich weiß nicht, was ich tun soll?“ wie eine Definition von Langeweile ist, ist Muße die Einladung, gerade das Nicht(s)-Tun zu kosten, ja, sich darin zu üben. ... Deswegen halte ich es für eine wunderbare Übung, Zeiten einzurichten, in denen nichts auf dem Programm steht. Uns selbst und das Nicht(s) –Tun aushalten. Uns nicht ablenken – weder durch eine Zeitung, das Handy oder einen Bildschirm, noch dadurch, dass wir etwas essen, spielen ... Da sein, sich treiben lassen und beobachten, was passiert: in mir und um mich herum.

Kommen wir zurück zu unserem gelangweilten Kind. Manchmal kommt bei meiner jüngeren Tochter diese „Langeweile“ nach einer intensiven Zeit (viele Stunden oder sogar Tage) mit ihrer besten Freundin auf. Dann ist es vielleicht ein Moment der Neuorientierung: Lange Zeit war uns völlig klar, was dran war, aber was jetzt? Auch in unserem Kindergarten gibt es manchmal Kinder, die mir diesem Gefühl kommen und es auch ausdrücken: „Mir ist langweilig. Ich weiß nicht, was ich tun soll.“ Wir nehmen dieses Gefühl in Kauf und schätzen es hier auch als wichtige Chance für das Kind, sich selbst zu orientieren. Dies ist eine wichtige Aufgabe, da wir mit unserem nicht-direktiven Ansatz nicht durchgehend Programm machen,

sonder auf eine „vorbereitete Umgebung“ setzen, in der die Kinder ihren eigenen Bedürfnissen und Impulsen folgen können und denen auch auf die Spur kommen müssen. So kommt es also vor, dass Kinder nicht wissen, was sie tun sollen. Umso mehr, wenn sie es zu Hause mit sehr aktiven und animierenden Erwachsenen zu tun (!) haben. Was also tun, wenn die Kinder nicht wissen, was sie tun sollen?

Vielleicht gelingt es uns – zumindest fürs Erste -, dem Impuls zu widersehen, mit dem Kind tatsächlich etwas zu tun, zu spielen, ihm was vorzulesen. Anstatt ... ein wie auch immer geartetes pädagogisches Angebot zu nützen, könnten wir es als Einladung nehmen, uns selbst aus unserem Getriebe herauszunehmen, den Gang sozusagen in den Lehrlauf schalten, und uns dem Kind zuwenden. Wir müssen auch das Gefühl der Langeweile nicht (lange) thematisieren. Oft genügt es, sich einzulassen auf eine kurze Begegnung, ein Zuhören, vielleicht aber auch sich ihm nur zuzuwenden, (bei einem kleinen oder auch beim eigenen größeren Kind) es auf den Schoß zu nehmen, kurz zusammen zu sitzen, vielleicht sogar in Stille. Wenn wir selbst Ruhe finden, aus unserem Hamsterrad aussteigen können und uns kurz nicht treiben lassen von all dem, was noch zu tun ist, dann wird vielleicht auch das Kind einen Moment Ruhe finden. Und es erübrigt sich letztlich die Frage, was man tun könnte, weil für diesen Augenblick das schlichte Da-Sein im Vordergrund sein darf. In einer Zeit und bei einem Lebensgefühl der ständigen Beschleunigung entsteht ein eklatantes Ungleichgewicht zwischen dem Tun und dem Sein. Wir wissen das alle. Aber es ist so schwer, Ansatzpunkte zu finden für ein bisschen mehr Gleichgewicht. Wenn uns ein Kind mit seiner Langeweile konfrontiert, könnte das so eine Gelegenheit sein.

Was also tun, wenn mein Kind mich fragt: „Was soll ich tun?“

Vermutlich nicht staubsaugen oder andere abenteuerliche Hausarbeiten anbieten, Vielleicht auch kein Spiel oder eines der üblichen Angebote. Eher das Tun weglassen. Es ist zu viel Tun in unserer Welt. In der langweiligen Langeweile steckt das Abenteuer des schlichten Daseins – nicht als moralische, erzieherische oder spirituelle Maßnahme, sondern als heilsam Leerstelle für uns Erwachsenen mit unseren Kindern. ...

**Steve Heitzer (Vater von 3 Kindern, Pädagoge, Theologe und Autor-langjähriger Original play Schüler von Fred Donaldson)**

**Auszug aus: Mit Kindern wachsen. Januar 2017**