

SVENJA WALTER

Spiele- Trickkiste



88 luftballonbunte,
brauseprickelnde Alltagsabenteuer und
ruck-zuck-schnelle **Müttergeheimwaffen-**
Beschäftigungsideen für Kinder

G|U

Die Spiele-Trickkiste steckt voller Spielideen und Bastelspaß für ein schöneres Leben, voller Tipps und Tricks für einen bunteren und leichteren Alltag. Für alle, die wissen: Sie sind genau jetzt mittendrin in der glücklichen Kindheit ihrer Kinder.

Das Leben mit Kindern

»Leg dich sofort hin, wenn dein Baby schläft«, sagte Claudia zu mir, nachdem ich mein erstes Kind auf die Welt gebracht hatte. »Räum nicht erst auf – denn wenn du gerade damit fertig bist, wacht deine Tochter garantiert wieder auf. Und du hattest null Erholung.«

Das sollte für Jahre der beste Tipp sein, den mir jemand geben würde. Ja, solche Tipps sind unbezahlbar und extrem selten. Jahre habe ich damit verbracht, ein Buch zu suchen, das mir wirklich dabei hilft, den Alltag mit Kindern besser zu bewältigen. Gut gelaunt, mit hilfreichen Spielen und Ideen für jede Situation. Ich habe es nicht gefunden und mich deshalb gefragt: Bin ich die Einzige, die das nicht aus dem Ärmel schüttelt? Die die vielen Herausforderungen mit kleinen Kindern nicht spielend bewältigt? Und die mit der permanenten Fremdbestimmung nicht umgehen kann? Hier muss eine Nase geputzt werden, da mag einer das Essen nicht und dort kriegt der nächste einen hysterischen Anfall, weil das Lieblings-T-Shirt in der Wäsche ist. Manche Tage scheinen endlos und wenn dann noch ein Glas Milch umkippt, könnte man ausflippen – oder heulen. Am Ende des Tages steht oft die totale Erschöpfung und die Frage: Wann wird das endlich besser?

WIE MACHE ICH MEINE KINDER UND MICH GLÜCKLICH?

Es wurde besser. Genau ab dem Moment, ab dem ich begriff, dass das Leben mit Kindern ganz anderen, völlig eigenen Gesetzen folgt. Dass es einen Code gibt, eine Sprache, die ich noch nicht spreche.

Und so habe ich in den letzten zehn Jahren gelernt, wie man mit Kindern harmonisch zusammenlebt und was am besten funktioniert. Oder besser: Wie meine Kinder und ich zusammen am besten funktionieren. An Regentagen und in der niemals zu enden scheinenden Ferienzeit. An Kindergeburtstagen, wenn sie überdreht sind oder wenn sie mal wieder kein Gemüse essen wollen. Ich habe immer mehr meinen ganz eigenen Weg gefunden, Mutter zu sein und darüber schreibe ich auf www.meinesvenja.de. Heute weiß ich, wie ich meine Kinder zum Lachen bringe, wenn sie schlecht drauf sind. Ich habe Spiel- oder Bastelideen zur Hand, wenn Langeweile aufkommt. Höre zu, wenn es für die Kinder wichtig ist. Ich schaffe es, die Büchereibücher pünktlich abzugeben und etwas zu kochen, was meine Kinder gern essen. Ich erlebe mit meiner Familie Abenteuer, die unseren Familienzusammenhalt festigen. Und last but not least: Ich schaffe es, mir ohne schlechtes Gewissen Zeit für mich zu nehmen. Denn nur eine glückliche und entspannte Mutter hat glückliche und entspannte Kinder. Vieles, was in diesem Buch steht, hätte ich selbst gern gewusst, als ich eine junge Mutter war. Es gibt sie – die Spiele, die spielerischen Strategien und die Rituale, die das Leben mit Kindern leichter machen. Die den Kindern Sicherheit und Selbstvertrauen geben. Und ihnen für das restliche Leben das Gefühl vermitteln, dass ihre Kindheit schön war.

WAS BIETET DIESES BUCH?

Ideen für Kinder von zwei bis 14 Jahren. Für Kinder, die sich mal austoben müssen, einen Anschlag zur Selbstbeschäftigung oder für das gemeinsame Spiel mit anderen Kindern brauchen. Basteltipps, Draußenspaß, Wasserplanschereien und Abenteuer in der Natur. Ein paar Rezepte, die Kindern die Welt bedeuten (und Müttern auch, weil endlich mal gegessen wird, was auf den Tisch kommt).

Anregungen für Feste und Kindergeburtstage – von der Einladung über die Dekoration bis hin zu Spielen und Menüvorschlägen. Und natürlich Ideen, die die Kreativität und Fantasie anregen und den Gemeinschaftssinn und das soziale Miteinander der Kinder fördern.

Dazu kommt Alltagshilfe in Form von Regeln und strukturierten Abläufen, die nicht langweilig sind oder nur den Zeigefinger heben. Stattdessen werden Kinder und ihre Bedürfnisse ernst genommen. Die Eltern geben einen verlässlichen Rahmen vor, innerhalb dessen ihre Kinder die Möglichkeit haben, den Alltag mitzugestalten und Geborgenheit zu erleben. So bleibt mehr Raum für all das Schöne, Berührende und Lustige. Denn mein bester Rat heute lautet: Nehmt euch mehr Zeit für das, was euch wirklich glücklich macht.

In diesem Sinne
Eure Svenja

Das sagen Svenjas Leserinnen:



»Mannomann, deine Art zu schreiben tut gut. Sie entspannt. Und das ist es, was uns fehlt, damit wir Mütter unsere wunderschöne Aufgabe von Anfang an viel mehr genießen können.«

»Ich habe gelesen und gelesen und gelacht und bin berührt und begeistert. Danke, dass Du dies alles mit mir, mit uns teilst, wunderbar!«

»Ein großes, dickes Danke für dein Blog, dein Engagement, deine Offenheit und deinen Zitronenkuchen.«

»Ich sauge Deine Beiträge hier förmlich in mich auf und bereue jeden Tag, an dem ich noch nichts von Deinem Blog wusste. Nun möchte ich es besser machen! Ich sitze hier und weiß - ich werde Dinge in die Hand nehmen! Ab jetzt, mit Deinem Blog, mit Dir! Und ich habe selten so viel Lust darauf gehabt!«



DRINNEN

**Hier gleich die erste tolle Idee:
»Landschaften legen«. Tücher
und Requisiten auf dem Boden
verteilen. Die Kinder dürfen
sich passend zum Motto
verkleiden und in die
»Landschaft« legen. Sie können
fliegen, an Lianen schwingen, in
die Tiefsee tauchen und auf**

**dem Fahrrad zum Mond reisen.
Zum Schluss eine Leiter
aufstellen und das Ganze von
oben fotografieren.**

TOP TEN SPIELZEUGE FÜR DRINNEN

DIE BESTEN SPIELZEUGE FÜR KINDER – OHNE KABEL ODER MOTOR





KINDERZIMMER: EIN ORT ZUM WOHLFÜHLEN

GANZ EINFACH: KINDERZIMMER SOLLTEN NACH DEN BEDÜRFNISSEN DER KINDER EINGERICHTET SEIN.

Wenn eure Kinder gern malen, gestaltet ihr eine Malecke, in der alle Materialien gut erreichbar sind. Wenn euer Junge nur mit Autos spielt, braucht ihr freie Bodenfläche und jede Menge Bauklötze, Legosteine und so weiter, um Landschaften zu bauen, durch die die Autos fahren können. Die Lesecke für eure Buchwürmchen wird kuschelig gestaltet – mit Sitzsäcken und Teppichen, Matratzen oder Bodenkissen. Wenn eure Kinder noch klein sind, lagert ihr Spielzeug am besten in niedrigen, offenen Regalen in mit Symbolen versehenen Kisten. Am einfachsten: Fotografiert den Inhalt und klebt dieses Foto vorn auf die Kiste. So kann das Kind sich selbst bedienen und auch beim Aufräumen helfen.

*Svenjas Super-**GEHEIM**-Tipp:*

Kleines Aufräum-Ritual am Abend: Geht mit euren Kindern und einer großen Klappkiste durchs Haus, sammelt alle Spielzeuge wieder ein und räumt sie zurück an ihren Platz.



Spielkulisen bauen

BUDENBAUEN IST BEI KINDERN VIELE JAHRE LANG BELIEBT - UND ES IST DABEI JEDE MENGE ABWECHSLUNG MÖGLICH.

Um eine Bude zu bauen, reichen oft zwei stabile Kissen und eine Decke. Die Kissen einfach links und rechts aufstellen, Decke darüber ausbreiten, fertig. Wenn ihr noch ein paar Kissen und Decken mehr im Spielzimmer bereitlegt, haben eure Kinder auch mehr Möglichkeiten und fangen an zu experimentieren. Sie bauen Buden unter dem Tisch, zwischen mehreren Stühlen und unter dem Hochbett. Am meisten Spaß haben sie, wenn die Bude einen bestimmten Ort darstellt, den sie einrichten und zu dem sie sich Geschichten ausdenken können - eine echte Spielkulisse eben.



AUF HOHER SEE

Heute stecht ihr in See und baut ein Schiff – mit Kojen und Kajüte, einem Segel, einem Krähennest und einer Kanone. Wer ist für das Essen verantwortlich und bekocht die Mannschaft? Was braucht man für eine gemütliche Koje? Geht ihr für lange Zeit an Bord und braucht Vorräte? Woraus baut ihr ein Beiboot – damit ihr zwischendurch Fische angeln könnt, um zu überleben? Mit so einer Spielkulisse sind Kinder lange beschäftigt und glücklich.

Weitere Ideen für spannende Buden

Prinzessinnenschloss

Reitstall

Ferienlager

Raumstation

Campingplatz

DIE GEMALTE WELT

KINDER LIEBEN NICHTS MEHR, ALS SICH EIGENE WELTEN ZU ERSCHAFFEN. AM BESTEN SOLCHE, DIE SIE DANN DEN GANZEN TAG LANG MIT FREUNDEN ODER GESCHWISTERN BESPIELEN KÖNNEN.



- *Eine bemalbare Unterlage (aus Stoff, Karton, Papier, Holz)*
- *Stifte (am besten große Wachsmalkreiden oder Buntstifte, die nicht durchdrücken)*
- *Stoff, Tonpapier, bunte Papiere, Tesakrepp*
- *Steine und Kiesel, Äste, Blätter, Blüten*

UND SO GEHT'S

Zuerst die Unterlage mit Tesakrepp am Boden befestigen, damit sie nicht verrutscht.

Überlegt gemeinsam, was ihr malen wollt. Eher eine kleine, vertraute Welt (den Kindergarten, die Schule, das eigene Haus)? Oder eine größere Welt (eure Siedlung, den Zoo, eure Stadt)? Oder eine Fantasielandschaft (auf dem Mond,

im Feenland)? Malt alles, was diese Welt braucht, damit sie funktioniert.

Ist die Welt fertig, kann sie nun nach Herzenslust bespielt werden – mit Schleichtieren, Playmobilmännchen oder Bauklötzen. Natürlich könnt ihr auch eine kleine gewundene Eisenbahnstrecke durch die Welt ziehen oder eine Autoschance aufbauen. Oder seid ihr in einer Puppenklinik? Dann nehmt Schuhkartons und richtet mit Gästehandtüchern Betten für die Patienten ein.

Svenjas Super-GEHEIM-Tipp:

Wie bringt man kleinen Kindern das Malen bei? Die Lösung heißt Ed Emberley – ein über 80-jähriger amerikanischer Künstler, der verstanden hat, dass Kinder am schnellsten durch Imitation lernen. Ed hat eine ganz einfache Zeichensprache entwickelt, durch die Kinder Formen zu komplexeren Motiven zusammenbauen können – Schritt für Schritt. Das Krokodil, das ihr unten auf dem Bild seht, hat meine damals vierjährige Tochter nach diesem System gemalt. Nach unzähligen Regenbögen war der Groschen gefallen.

MAL JEMAND GANZ ANDERER SEIN

ROLLENSPIELE MACHEN SPASS, DIE KINDER LERNEN EINE MENGE UND WEITEN DIE WELT, DIE SIE KENNEN, NACH UND NACH AUS.



IM KRANKENHAUS

Kinder lieben es, wenn man sich um sie kümmert. Beim Krankenhausspielen sind die Rollen mal anders verteilt: Jetzt dürfen die Kleinen die Kümmerner sein. Dazu bauen sie Krankenbetten, Untersuchungsliegen, einen Raum für die Krankenschwestern und natürlich eine Cafeteria. Vor dem Spiel müssen sie noch ein paar Dinge zusammentragen: Ist der Verbandskasten komplett oder brauchen sie neue Pflaster? Ein Kühlpack für Verletzte kann nicht schaden.

Genauso wie ein großes weißes Handtuch, mit dem sie einen Gips wickeln können. Mit ein bisschen Glück rückt die Oberschwester (Mutter) noch ein paar Tabletten (Smarties) und Hustensaft (O-Saft) raus.

Übrigens: Ich habe wahrscheinlich alle im Handel erhältlichen Spielzeug-Verbandskästen gekauft – keiner hat wirklich lange gehalten. Bis mir ein Geistesblitz kam und ich meinen Kindern einen echten Verbandskasten geschenkt habe. Ein bisschen entschärft (je nach Alter der Kinder muss die Verbandsschere raus), hat sich der nicht nur als wesentlich günstiger, sondern auch als spannender und langlebiger bewährt.



VATER, MUTTER, KIND

Eine neue Aufgabe für Kuscheltiere und Puppen? Regt die Kinder an, ihnen Rollen zuzuweisen: Der Bär ist der Vater, das Schaf die Mutter und die Puppe, der Hamster und das Pferd sind die Kinder. Dann gibt es noch die Großmutter, die Lehrerin, zwei Freundinnen und den Gemüsehändler – und schon sehen die Kinder eine völlig neue Welt vor sich. So entsteht auch Raum für spannende Lernfragen: Was ist bei uns »typisch Mama«, »typisch Papa«, »typisch Kinder« oder »typisch Oma«? Kennen wir auch Menschen, die die Aufgaben in ihrer Familie (Kinderbetreuung, Essen kochen, Hausarbeit, Geld verdienen) anders verteilt haben als wir?



SCHMINKEN UND VERKLEIDEN

VERKLEIDEN UND SCHMINKEN, DAS GEHÖRT ZU DEN ABSOLUTEN LIEBLINGSSPIELEN ALLER KINDER. ES LOHNT ALSO, EINEN KLEINEN KOSTÜMFUNDUS ANZULEGEN.

Hebt nicht nur alle Karnevalskostüme auf, sondern denkt auch immer dann an die Verkleidungskiste, wenn ihr euren eigenen Kleiderschrank ausmistet. Ein zu enges Paillettentop kann zum Discokleid umfunktioniert werden. Und das lange weiße T-Shirt mit den Löchern taugt zum Gruselgespenst. Außerdem lohnt es sich, richtig gute Kinderschminke zu kaufen. Von Kryolan gibt es Schminksets, die wie Wasserfarbkästen aussehen. Die Schminke ist hochwertig, gut verträglich und lässt sich einfach mit einem Pinsel und etwas Wasser auftragen. Schminkanleitungen gibt es im Internet.

*Svenjas Super-**GEHEIM**-Tipp:*

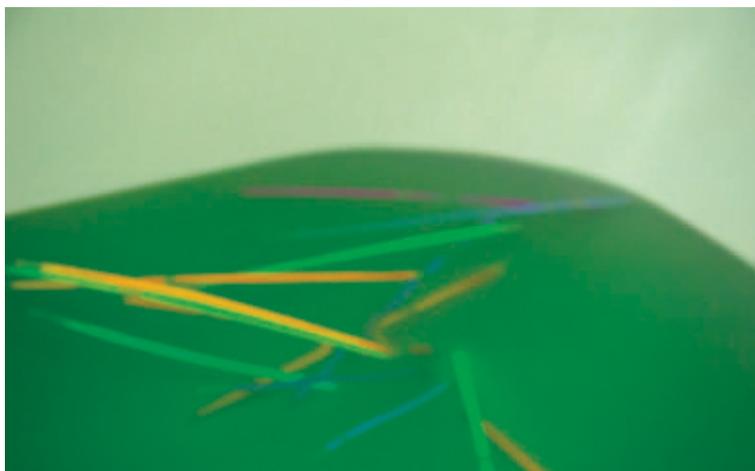
Discounter verkaufen einige Wochen vor Karneval und Halloween Kostüme - oft für sehr wenig Geld. Um die Angebote nicht zu verpassen, abonniert einfach die Newsletter der einschlägigen Discounter und seid am Verkaufstag frühmorgens im Markt.

BADEWANNENSPASS

BADEN IST FÜR DIE MEISTEN KINDER EIN HIGHLIGHT - UND FÜR MÜDE MÜTTER EINE WUNDERBARE CHANCE, DIE KINDER ABENDS SCHNELLER INS BETT ZU BEKOMMEN. DENN NICHTS MACHT SCHLÄFRIGER ALS EINE WANNENZEIT, IN DER GETOBT UND GESPIELT WERDEN DARF.



Die noch leere Wanne mit Wasserfarben anmalen – ein Riesenspaß.



Neon-Knickleuchtstäbe – und schon wird's bunt-romantisch.



Die Badekugel »Sunny Side« von Lush verwandelt das Wasser in flüssiges Gold.



Schwimmen auch Schleichtiere gern? Probiert es aus!



Plastikschüsseln, leere Shampooflaschen und Cremedosen für eine »Bade-Teestunde«.



Rasiercreme mit Lebensmittelfarbe – herrlich zum Herumschmieren!

Tobespiele

GERADE WENN DAS WETTER SICH NICHT ZUM DRAUSSEN-SPIELEN EIGNET, KRIEGEN KINDER GERN MAL EINEN HEIMKOLLER. BEVOR ES IMMER LAUTER WIRD, LEITET DIE ENERGIEN IN EIN ERLAUBTES TOBESPIEL ÜBER. WENN ES ZU WILD WIRD, KÖNNT IHR IMMER NOCH EINEN SPIELSTOPP AUSRUFEN UND EINE APFELSCHORLE- UND GUMMIBÄRCHENPAUSE ANBIETEN.



Sumoringer in Papas großen T-Shirts mit darunter gestopften Kissen.



Hindernisparcours mit Bändern.

