EVANGELISCHES RUNDFUNKREFERAT NRW / KIRCHE IM WDR

Ev. Rundfunkreferat NRW / Kirche im WDR - Hans-Böckler-Str. 7 - 40476 Düsseldorf
TELEFON: 0211-41 55 81-0 - buero@rundfunkreferat-nrw.de - www.kirche-im-wdr.de

Die Text-Rechte liegen bei den Autoren und beim Ev. Rundfunkreferat NRW. Verwendung nur zum privaten Gebrauch!

Kirche in 1Live | 09.05.2017 floatend Uhr | Maike Siebold

Souvenir aus dem Paradies

Wie habe ich es geliebt, das Brettspiel: "Das Spiel des Lebens“. Innerhalb von knapp anderthalb Stunden geht’s von der Geburt, über die Ausbildung, Familiengründung, Karriere, bis in den Spätherbst des Lebens.

Besonders spannend war immer der Moment, wenn das Plastikfähnchen das Dreh Rad ausbremste. Denn der Zufall entschied: Welchen Job übernehme ich als nächsten, werde ich berühmt, wie viele Kinder bekomme ich? Zugegeben, sehr willkürlich, aber zumindest diese spielerische fiktive Herangehensweise hilft mir manchmal auch im wahren Leben. Im Alltag komme ich besser klar, wenn ich nicht alles so ernst nehme, vor allem mich selbst nicht.

Spielen scheint für einige vielleicht eine nutzlose Beschäftigung zu sein, aber warum hat die Evolution dieses Verhalten dann wohl nicht aussterben lassen??!?! Das wurde jetzt erforscht. Das Ergebnis ist: Weil Spielen gut für unser Denken ist. Wenn wir spielen, dann halten wir unser Gehirn flexibel, trainieren es für unerwartete Situationen und schaffen die Voraussetzung für Kreativität. Mehr noch: Selbstvergessen zu spielen ist das beste Antistressmittel. Für mich ist Spielen das beste Souvenir aus dem Paradies.