

# Wildes & gewagtes Spiel

## – Risikokompetenzen fördern

Vortragsreihe „Wisst ihr, was ich brauche?“

Vortrag, Arbeitskreis Betreuungsqualität für unter Dreijährige (AK U3) Erlangen-Höchstadt, 07.04.2025



Dr. Joachim Bensel

Forschungsgruppe Verhaltensbiologie des Menschen, Kändern

[www.verhaltensbiologie.com](http://www.verhaltensbiologie.com)

„Das größte Risiko auf Erden laufen die Menschen, die nie das geringste Risiko eingehen wollen.“

(Bertrand Russell, 1872-1970, brit. Philosoph)

„Besser eine Schramme in der frühen Kindheit als ein schwerer Unfall aufgrund mangelnder Erfahrung im späteren Leben.“

## Lebens- und Welterfahrung einst ...

Die Journalistin Christiane Grefe schrieb in der Wochenzeitung *Die Zeit* über Ihre Kindheit:

„In den sechziger Jahren war der Noelleweg ein Abenteuerspielplatz – ein Wald zum Verirren, eine Villa zum Ausspionieren und eine Gaslaterne als Marterpfahl ... Für uns war sie ein weites Feld für Streifzüge und Fahrradjagden, für Sprünge in tiefe Laubhaufen oder die stundenlange Suche nach Eicheln auf allen vieren, bis die Knie grasgrün waren. Und immer, wenn ich dort bin, spüre ich wieder die Holzsplitter in den Knien, die zerkratzten Ellenbogen, Stirnbeulen und schmerz vibrierenden Musikknochen nach tausend Stürzen und Flügen.

In den Sechzigern gab es nachmittags außer Klavierüben nur diesen einzigen Tagesordnungspunkt. Bei jedem Wetter: raus aus dem Blick- und Kontrollfeld der Eltern ...

Dazwischen lag die Straße als planungs- und pädagogikfreie Zone. Denn dort lernten wir nicht mehr bloß von Eltern und Lehrern, sondern vor allem voneinander; dort unternahmen wir Erkundungen quer durch die Nachbargrundstücke und, verbotenerweise, darüber hinaus.

## Selbstreflexion

- Wann haben Sie das letzte Mal etwas Riskantes gemacht?
- Was war der Anlass?
- Wie hat es sich angefühlt? (Angst, Stolz, Zuversicht, Mut, Zweifel)
- Was haben Sie dabei (über sich) gelernt?  
Welche Erfahrung nahmen Sie mit?

## Zunehmender Fokus auf Sicherheit!

- Selbst in Norwegen, dem Land wo Risky Play „erfunden“ wurde ist eine **zunehmende Sicherheitsfokussierung** zu beobachten!
- Dabei sind **ernsthafte Folgen von gewagtem Spiel für Kinder sehr selten**, gleichzeitig ist riskantes Spiel **extrem wichtig für die ganzheitliche Entwicklung von Kindern zu selbstbewussten und starken Persönlichkeiten** (Kessler & Engelking 2022)

## Risikoarme Umgebung macht unvorsichtig

- Nach der **Einführung stoßdämpfender Untergründe auf Spielplätzen** in England und Australien ist die **Zahl der Knochenbrüche gestiegen!** (Risikoforscher David Ball)
- Ball erklärt diesen Umstand mit der „**Risiko-Kompensations-Hypothese**“. Demnach **erhöhen Kinder das Risiko** im Spielverhalten, wenn sie mit einer **sicher erscheinenden Umgebung konfrontiert** sind und **passen es an ihre individuelle Risikowahrnehmung an**.

## Unfallorte

### □ Unfallorte:

- Insgesamt: Haushalt/Straßenverkehr 44%, Kindergarten/Schule 24% (Kinder U18, Kessler & Engelking 2022)
- Kita: 39% auf dem Außengelände, 35% in den Innenräumen, 3% auf Ausflügen (Kunz 2004)
- Draußen passieren nicht häufiger Unfälle wie drinnen!
- Eine **ungenügende Motorik** (aufgrund Bewegungsmangel?) steht bei 77% der in Kindergärten registrierten Unfälle als Ursache im Vordergrund (Kambas et al. 2004)

## Vorsicht! Erwachsene!

- Unfälle bei riskantem Spiel entstehen besonders dann, **wenn Erwachsene eingreifen**; wenn Eltern unterstützen oder Lehrer:innen Anweisungen geben, die das Kind nicht umsetzen kann (Dordel & Kunz 2005).  
*Ein Ergebnis der „Hamburger Studie zum Risikoverhalten von Kindern“ (3- bis 9-Jährige) (LUK 2005)*
- **Sicherheitsarbeit** im Kindergarten **setzt** bei Eltern und Fachkräften ein gewisses Maß an **Risikotoleranz voraus** (Dordel & Kunz 2005)
- Kindergartenkinder von **Eltern**, die Risiken im Bewegungsverhalten ihrer Kinder zulassen, **erwerben mehr Risikokompetenz** (Vetter et al. 2004).  
*Ein Ergebnis der „Bonner Risikostudie“*

## Vorsicht! Erwachsene!

- Bereits Kleinstkinder **wählen eigenständig Risiken, die sie meistern** können  
(Dordel & Kunz 2005, Sandseter 2022)
- Unfallrisiken hängen von einer **realistischen Einschätzung der eigenen Leistungsfähigkeit** ab  
(Dordel & Kunz 2005)

## Einstiegsbeispiel (Hafner 2020)

*Emely spielt, inspiriert von Pippi Langstrumpfs Narretei, mit ihren Freundinnen am Spielplatz „nicht-den-Boden-berühren“.*

*Die Mädchen haben sich dafür eine schmale „Straße“ aus Sand aufgestreut, um verschiedene Spielplatzgeräte ohne auf das Gras zu treten, zu erreichen.*

*Am Klettergerüst angekommen, hält die Vierjährige plötzlich inne, springt von der ersten Stufe und klettert gleich wieder hinauf, um den Sprung von immer höheren Stufen zu probieren ... Dabei jauchzt sie ... Je höher sie klettert, desto heftiger wird der Aufprall am Hackschnitzelboden und desto länger erscheint das Zögern, bevor sie ihren Körper ein weiteres Mal dem freien Fall überlässt.*

*In Emelys Gesicht und Stimme spiegelt sich ein Mix aus freudiger Aufregung und gleichzeitig besiegtter Ängstlichkeit, was jetzt auch ihre Freundinnen zu demselben Spiel mit unzähligen Wiederholungen verlockt.*

## Was ist die Triebkraft hinter diesem rätselhaften Verhalten? (Hafner 2020)

- **Spiel ist ein fundamentales Element menschlichen Lebens und Quelle kindlichen Lernens und gesunder Entwicklung.** Spiel simuliert die Wirklichkeit und dient als eigenständiger Handlungsbereich zur unspezifischen, flexiblen Vorbereitung auf die zu erwartende Wirklichkeit (Schäfer 2016).
- Demzufolge scheint ein ganz **natürlicher Aspekt des Spiels ein gewisses Ausmaß an Herausforderung und Risiko** zu beinhalten.
- Obwohl **Risiko gesellschaftlich meist negativ konnotiert ist, suchen Kinder gewagte Spielsituationen bewusst und nehmen dafür sogar ein gewisses Verletzungspotenzial in Kauf.**

## Risky Play

- Als **Fachterminus** für diese **spezifische Form kindlichen Spiels mit Risikopotenzial** hat sich in der Forschung der Begriff **„Risky Play“** etabliert.
- Die Theorie des „Risky Play“ unterstreicht, dass **Spiele mit potenziellen physischen Risiken**, in denen Kinder zwischen den möglichen Belohnungen und drohenden Gefahren abwägen, ihre **Risikokompetenz entwickeln.**

## Risky Play wird mit körpereigenen Botenstoffen im Gehirn belohnt

- **Effiziente Risikowahrnehmung und treffsichere Risikoentscheidungen** sind kognitive Leistungen, die die **Sicherheit des kindlichen Spiels und weiteren Lebensverlaufs nachhaltig unterstützen** und essentiellen Nutzen für die gesunde physische und psychische Entwicklung bringen (**Unfallprävention**).
- Der Motor und innere Antrieb liegt in **neuroendokrिनologischen Reaktionen**, die sich als **unmittelbare Belohnung in Form von übermäßiger Freude und Aufregung**, verbunden mit einer ambivalenten Emotionserfahrung an der **Grenze zwischen Spaß und Angst** bemerkbar machen.

## Das Leben an sich birgt ein gewisses Risiko (Es ist ein Risiko geboren zu werden!)

- Es ist davon auszugehen, dass **Risky Play genau so viel Risiko bringt wie das Leben selbst, das an sich ein gewisses Risiko birgt**.
- Tatsächlich sind die **Risiken**, die Kindergartenkinder dabei eingehen, aber **überschaubar**. Die meisten Verletzungen sind kleine Schnittwunden, leichte Verbrennungen oder Erfrierungen, Verstauchungen und kleinere Frakturen an Fingern, Zehen, Armen und Beinen sowie Zahnverletzungen – meist verursacht durch Sturzunfälle (Sandseter et al. 2022).

## Verletzungen sind nicht komplett vermeidbar!

- **Ernsthaftere Verletzungen**, aber ohne bleibende Folgen wie Verbrennungen, Gehirnerschütterung, große Schnitte und große Brüche die eine weitergehende ärztliche Behandlung erfordern (Sandseter et al. 2022) entstehen meist durch **Stürze** (80%) und **Kollisionen** (8%)
- sind **nicht komplett vermeidbar** und entstehen teils auch vom Sprung vom Klettergerüst auf Sandbelag oder aus geringen Höhen (30cm) in Innenräumen (z.B. von Bänken oder Stühlen)

## Und wie geht es bei Emely weiter? (vgl. Hafner 2020)

- Wenige Jahre später ist die Attraktivität, einen Baum zu erklettern, einen steilen Abhang zu erklimmen oder mit einem scharfen Schnitzmesser eine Pfeilspitze in den Haselnussast zu schneiden, ungebrochen hoch, genauso wie mit dem **Lehrsatz „Messer, Gabel, Schere, Licht ist für kleine Kinder nicht!“** weiterhin **Generationen von fürsorglichen Eltern ihre Kinder vor jedem Wagnis beharrlich beschützen wollen.**
- Nicht nur im familiären Kontext, sondern **auch in Bildungseinrichtungen** ist das **Streben nach Sicherheit häufig handlungsleitend.**

# Die „Päpstin“ des Risky Plays, seit über 20 Jahren



## Ellen Beate Hansen Sandseter

Queen Maud University College  
of Early Childhood Education

Department of physical education and health  
**Trondheim, Norwegen**

Kategorie	Risiko	Teilaspekte
große Höhen	Verletzungsgefahr durch Herunterfallen	Klettern, Hinunterspringen von festen oder beweglichen Oberflächen, Balancieren auf hohen Gegenständen, Hängen/Schwingen in großer Höhe
schnelle Geschwindigkeit	unkontrollierte Geschwindigkeit kann zu Kollisionen mit etwas oder jemandem führen	Schwingen, Gleiten, Rodeln mit hoher Geschwindigkeit, unkontrolliertes, schnelles Rennen, schnelles Rad- und Skifahren, Skaten
gefährliche Elemente der Natur	Kinder könnten hinein- oder hinunterfallen	Klippen, tiefes oder vereistes Wasser, Feuerstellen
gefährliche Werkzeuge	kann zu Verletzungen oder Wunden führen	Messer, Sägen, Äxte, Seile, Bohrmaschinen etc.
Verschwinden/ Verlorengehen	Kinder könnten aus dem Blick der Erwachsenen verschwinden und alleine verloren gehen	alleine die Umgebung erkunden, spielen in unbekannter Umgebung, spielen ohne Aufsicht
Balgen und Raufen	sich gegenseitig verletzen	Kampfspiele/Rangeln, Fechten mit Stöcken etc.

**Abb. 35:** Formen des wilden und gewagten Spiels (Risky Play) (nach: Bensel 2023, S. 10, nach Sandseter 2010, S. 61)

## Lost Places

- „Beim letzten Schulkinderprojekt waren wir viel im Wald unterwegs, auch in unbekanntem Wäldern, nicht nur in unserem Heimatrevier. Dabei sind wir auf einen „Lost Place“ gestoßen. Die verlassene Radrennbahn in Saarbrücken – das Tor war zu, aber der Zaun war offen und wir sind rein. Es war toll, die Kinder waren begeistert. Auf den Tribünen haben wir Frühstückspause gemacht und sind dann eine Runde auf der Bahn gelaufen, die teils zugewuchert war und wirklich schräge Steilkurven hatte. Es war krass dort zu laufen, der Beton trocken und das bisschen Sand oder trockenes Moos war wie kleine Kügelchen unter den Füßen – es war spannend, abenteuerlich, ein Erlebnis!“  
(Andrea Hampel, Okt 2022)

## Raus aus der Komfortzone - Risikokompetenz ist eine wichtige Zukunftskompetenz

- Kinder lernen durch **Klettern** auf Bäume, Hantieren mit echtem **Werkzeug** und **Feuer**, wildem **Herumtoben und Raufen**, Zeiten des **geheimen Für-sich-Seins**, ihren Körper, ihre Psyche und ihren Umgang mit der eigenen Angst besser kennen.
- Sie gewinnen an **Selbstsicherheit und Selbstwirksamkeitserwartung**, sind **besser gerüstet für kommende Risiken und verunfallen seltener** und milder.
- Durch dosiertes Heranführen an all diese Wagniskategorien, können die Kinder **grundlegende Lebenskompetenzen** erwerben, die auch ihrer **motorischen, kognitiven und sozialemotionalen Entwicklung wichtige Impulse** geben.

# Leben bedeutet Umgang mit Kontingenzen

- **Risikokompetenz zu fördern**, ist immanenter **Bestandteil des pädagogischen Bildungsauftrags** von Kindertageseinrichtungen und damit **genauso elementar wie die Aufsichtspflicht**.
- Leben bedeutet **Umgang mit Kontingenzen**, d.h. der Möglichkeit und Notwendigkeit, aus mehreren Alternativen auswählen zu können und zu müssen. Ständig müssen **Entscheidungen getroffen werden**, deren **Folgen ungewiss** sind und deshalb vorher **abgewogen werden müssen**. Risikokompetenz ist also eine wichtige Eigenschaft, die im Alltag benötigt wird.

# Risikodosierung statt Risikominimierung

- **Bewegungssicherheit** kann nur durch Bewegung und das **Bewältigen von Risikosituationen** erlernt werden.
- **Nicht Risikominimierung, sondern Risikodosierung** trägt zu einer aktiven Sicherheitsförderung und der **Ausbildung von Risikokompetenz** bei (**Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung** 2008)

# Was ist der Nutzen von „Risky Play“

## Lernen an der Grenze

- Beim **gewagten Spiel** findet sich eine spezielle Gefühlskombination zwischen hoher, **freudiger Aufregung und Angst**, die entsteht, wenn sich Kinder in ihren Risikospieleen kontinuierlich **an der Grenze zur Traumazone** bewegen und diese auch zeitweise überschreiten (Hafner 2020).
- Neben dem Erlangen von **Risikokompetenz** lernen Kinder beim gewagten Spiel auch, **mit verschiedenen Emotionen umzugehen**.  
Unter anderem entwickeln sie **Strategien, um Angst auf ein erträgliches Level zu reduzieren** und somit auch, Situationen, die sie zuvor als gefährlich empfunden haben, zu überwinden.

## „Sprudelnde Freude und Kribbeln im Bauch“

- Meist geht es beim Risky Play um die **reale Angst, sich körperlich zu verletzen.**
- Dabei ist die **Lust an der gefährlichen Aktivität,** zum Beispiel einen Baum zu besteigen so hoch, dass sie die **gleichzeitig vorhandene Angst vor der Gefahr** (des Absturzes) **überwiegt.**

### Interview mit dem 5-jährigen Simon

S = Simon, 5 Jahre alt; I = Interviewerin

S: Manchmal klettere ich auf Bäume.

I: Ist das nicht beängstigend?

S: Nun ja – ein bisschen.

I: Ein bisschen?

S: Ja, wenn wir ganz hoch bis zur Spitze des Baumes klettern.

I: Ok, warum ist das dann gruselig?

S: Weil wir hinfallen können!

I: Ok. Aber du machst es trotzdem?

S: Ja.

I: Warum machst du es, obwohl du es gruselig findest?

S: Weil es so viel Spaß macht, auf Bäume zu klettern!

I: Also machst du es, weil es Spaß macht, auch wenn es ein bisschen beängstigend ist?

S: Ja!

I: Aber ist es nicht seltsam, dass du gruselige Dinge tun möchtest?

S: Nein, ich mache gerne gruselige Dinge!

Ich: Das tust du?

S: Ja, es macht so viel Spaß!

I: Ok. Es ist also gleichzeitig spaßig und gruselig?

S: Ja!

I: Wie fühlst du dich, wenn es gleichzeitig Spaß macht und gruselig ist?

S: Ja, ich weiß, wie es sich anfühlt. Ich fühle mich total WILD!

I: Du fühlst dich wild?

S: Ja! Beim Herabsteigen vom Baum. Dann fühle ich mich wild, weil mein ganzer Körper so zittert. [Er zeigt es der Interviewerin, indem er seinen ganzen Körper schüttelt.]

Ich: Okay. Du spürst es also in deinem Körper?

S: Ja. In meinem Bauch. Mein Bauch zittert und kitzelt, irgendwie ...<sup>10</sup>

aus: Bensel 2023, nach Sandseter 2010

## Scaryfunny – schaurig schöne Gefühle

- Viele Kinder beschreiben das beim **riskanten Spiel** auftauchende Gefühl **sowohl als spaßig als auch als unheimlich**. Es kribbelt überall im Körper und kitzelt im Bauch. Um ein so herrliches Gefühl zu erreichen, muss das **Erregungsniveau hoch** sein.
- Je unheimlicher das Risiko, desto intensiver ist der „Adrenalinkick“, der daraus resultiert (Sandseter 2022).

## ambige Gefühle

- Kinder sind oft **hin- und hergerissen** zwischen Gefühlen der **Angst** und Gefühlen der **Lust und Freude**. Genau dieses **Erleben gegensätzlicher Gefühle** macht es für sie so spannend.
- Dieser Gefühlsmix ist sinnvoll, da er einerseits **verhindert**, sich bedenkenlos **in jedes Risiko zu stürzen**, gleichzeitig aber auch **nicht dazu führt, vor jeder herausfordernden Situation zurückzuschrecken**.
- Das Eingehen von Risiken und das Überschreiten von Grenzen ermöglicht **Lernerfahrungen, die auf keine alternative Weise gewonnen werden können**.

## Risiko ist der Preis – Angstabbau der Lohn

- Dabei spielen vor allem **angeborene Ängste** wie die vor **Höhe, Wasser und Trennung** eine Rolle, die die **Folge evolutionärer Anpassung** sind, um unsere Überlebenschancen zu verbessern (Sandseter 2022).
- Ohne es zu wissen, nutzen Kinder mit dem gewagten Spiel eine **verhaltenstherapeutische Technik**, die zur Behandlung von Angststörungen eingesetzt wird: das **Ängstigende in kleinen Schritten anzugehen**, um so – mit der Zeit – auch die große Angst überwinden zu können.

## Risiko ist der Preis – Angstabbau der Lohn

- Das Entscheidende bei dieser Form der „Angsttherapie“ ist die **Selbstdosierung**, die dem Kind die **Autonomie** darüber belässt zu entscheiden, wieviel Risiko und Angstlust mir hier und heute genug ist, und wann es mir zu viel wird.
- Kinder unterscheiden sich auch im **Ausmaß der von ihnen gesuchten Spannung**. Manche erreichen ihre persönliche Angschwelle bereits beim zweiten Ast eines Baumes, andere erst auf der Baumspitze.

## Risiko ist der Preis – Angstabbau der Lohn

- Das Reizvolle ist die Kombination aus **echtem Schauder** und gleichzeitig immer **bewusster Exit-Möglichkeit**.
- Wenn es mir zu viel wird, kann ich jederzeit stoppen und aus der selbst gewählten Gefahrensituation aussteigen.
- Wenn aus Spiel Ernst wird, ist der Spaß vorbei. Denn **Spiel funktioniert nur im „entspannten Feld“**.

## Verschwinden, Verloren gehen

alleine unterwegs sein, alleine in unbekannter Umgebung spielen

## Freiräume im Tagesablauf sind für Kinder wichtig

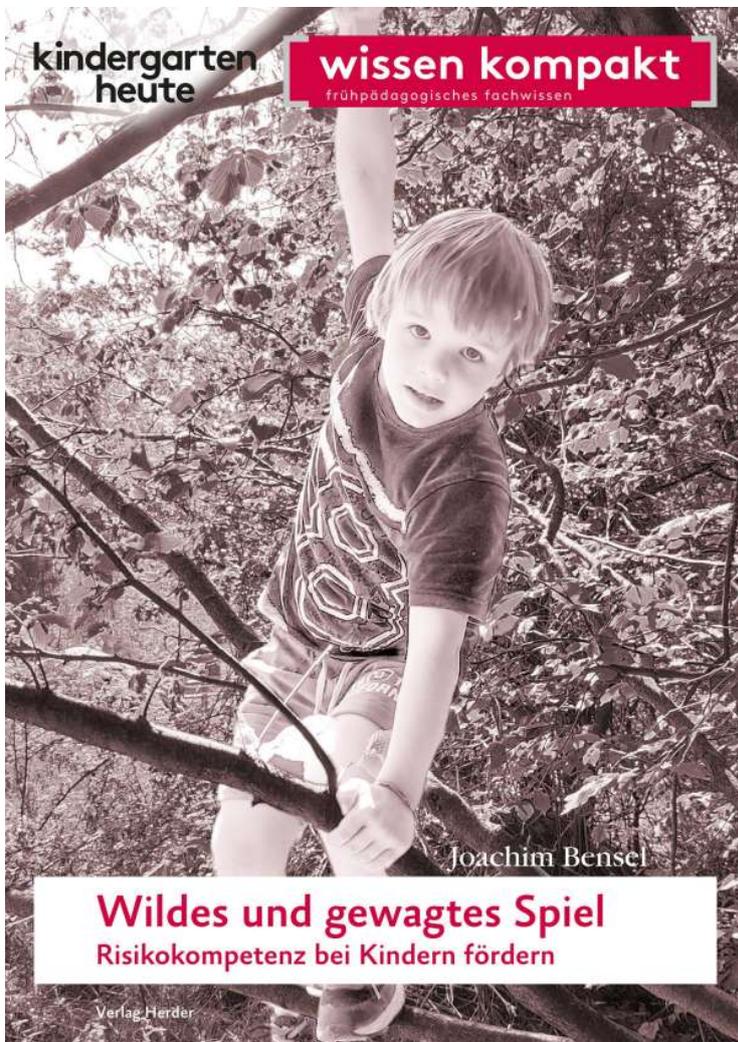
### Thema Zeitkorsett

- Die **Zeiteinteilung** darf **nicht komplett durchgetaktet und vorgegeben** sein
- **Kinder brauchen Räume (zeitlich und örtlich),**  
in denen sie längere Zeit **ihre Ideen verfolgen** können, auch mit **verringelter oder nur sporadischer Aufsicht** durch die Erwachsenen.

# „Ein Geheimnis“: Zauberelixier für die Entwicklung

- Heimlich etwas zu tun, heißt, **auf eigene Verantwortung** zu handeln
- Das ist ein **enormer Schritt** in der Entwicklung
- Kinder können so **Dingen selbstständig auf den Grund gehen** und dabei viel über die Welt erfahren
- Sie lernen außerdem, ihre **Fähigkeiten einzuschätzen**





kindergarten  
heute

wissen kompakt  
frühpädagogisches fachwissen

Joachim Bensei

**Wildes und gewagtes Spiel**  
Risikokompetenz bei Kindern fördern

Verlag Herder