

# Wie wir Kinder durch Spielen, Singen und Tanzen stark für die Zukunft machen

25. November 2022



Johnny McClung on Unsplash

## Expertentipps von Autorin und Coach Anna Greie

**Wie schaffen wir es im Alltag, die kreative Energie von Kindern mehr zu fördern und zuzulassen? Indem wir der kindlichen Kreativität und Fantasie weniger Grenzen setzen und KindSein nicht so stark auf Leistung und Erfolg ausrichten. Anna Greie, Expertin und Autorin des Buches "KindSein. Der Schlüssel zum Glück" gibt Praxistipps, wie wir unseren Kindern wieder mehr Raum für Singen, Tanzen und Spielen ermöglichen. Denn dadurch erleben sie einen regelrechten Flow-Zustand, der ihnen hilft, gestärkt und selbstbewusst durchs Leben zu gehen.**

Anna Greie, die Gründerin der Stage Up! Musicalschulen, Tanzpädagogin und Mutter von zwei Kindern, ermutigt in ihrem Buch „KindSein. Der Schlüssel zum Glück“ alle Erwachsenen dazu, Kindern

ausreichend Freiräume zu geben, um sich auszuprobieren und die Welt spielerisch zu entdecken. Dabei fordert sie: „Richten wir KindSein nicht von Anfang an auf Leistung und Erfolg aus. Wir sollten Kindern ihre Ängste nehmen, anstatt diese mit überhöhten Erwartungen zu schüren. Und vor allem: Bieten wir ihnen die Freiheit, ihre schöpferische Kreativität zu leben.“ Anna Greie ist überzeugt, dass Kinder genau das benötigen, um für das Leben gestärkt zu werden – für alltägliche Herausforderungen wie auch für Krisenzeiten.

„Um das Einssein zu spüren, brauchen Kinder ebenso wie Erwachsene die hohe Konzentration auf den Moment. Nichts anderes ist es, was die Kinder in Augenblicken des Ins-Spiel-versunkenen-Seins tun. Sie müssen es nur dürfen“, fordert die Expertin. „Die Unachtsamkeit der Gesellschaft hat KindSein verhärtet und fehlgeleitet, sodass selbst Kinder Achtsamkeit wieder üben müssen.“

### **Kleiner Eltern-Guide: Wie Sie mehr KindSein zulassen und Ihre Kinder für die Zukunft stärken**

Anna Greie bietet in ihrem Buch „KindSein. Der Schlüssel zum Glück“ Eltern und Erzieher:innen jede Menge praktische Anregungen und Tipps, mit denen es gelingen wird, Kindern den Zugang zum Weltentdecken und KindSein zu ermöglichen und der kindlichen Kreativität weniger Grenzen zu setzen.

Die wichtigsten Anregungen hat die Autorin hier zusammengefasst:

#### **1. Geben Sie Kindern bewusst Zeit für das eigene kreative Spiel**

Verplanen Sie nicht die gesamte Freizeit Ihrer Kinder, lassen Sie ihnen Ruhezeiten ohne Verpflichtungen. Kinder sind oft einfach glücklich, wenn sie sich in ihr Spiel vertiefen und ihre eigene Welt genießen dürfen. In einer Loslösung von Terminen, Hektik und Herausforderungen bekommen Kinder die Chance, eigene Ideen und Wünsche in Taten umzusetzen. Das Freisein von Zwängen gibt ihrer Fantasie Raum und lässt sie ins kreative Erleben eintauchen. Kindern fällt es dann leicht, sich in ihr Tun und den Moment fallen zu lassen. Entspanntes Spielen – ohne Erwartungsdruck – lässt sie in ihrer Mitte ankommen und ihren eigenen Flow finden.

#### **2. Ermutigen Sie Ihr Kind dazu, die Welt selbst zu entdecken**

Wohlmeinend halten viele Eltern heutzutage ihre Kinder davon ab, eigene Entdeckungen in ihrer Umwelt und mit ihren Mitmenschen zu machen: „Tu das nicht, tu dies nicht“, „Pass auf!“, „Geh nicht auf die hohe Rutsche!“, oder „Klettere nicht auf die Mauer, sonst fällst du runter.“ Und immer wieder die Warnung „Du tust dir weh!“ mit der versteckten Begründung „Du kannst das nicht!“ Mahnungen zur Vorsicht in steter Wiederholung, vorgebetet von behütenden Eltern, stehen auf der Tagesordnung. In der ständigen Anstrengung, ihre Kinder zu schützen, verhindern sie, dass sie wichtige eigene Erfahrungen machen – gute ebenso wie schlechte.

Damit trainieren Eltern ihren Kindern die Neugierde ebenso ab genauso wie das Austesten der eigenen Möglichkeiten. Ein Sich-einlassen-Dürfen auf das kreative Spiel, das Entdecken von Fähigkeiten und der eigenen Grenzen darf oft nicht stattfinden. Ursache dafür ist Angst. Ihr Außen trichtert ihnen ein: „Das ist falsch!“ Beim Kind kommt die Botschaft an: „DU bist falsch.“ Deshalb geben Sie Ihren Kindern mehr positive Verstärkung. Wenn sie hören „Du schaffst das! Du kannst das!“, werden sie am Ende eines Lernprozesses genau das von sich sagen können: „Ich kann das! Ich mach das jetzt!“ Machen Sie Ihren Kindern keinen Druck, geben Sie ihnen den Raum und die Zeit, sich in ihrem Tempo zu entwickeln, das stärkt ihre Persönlichkeit.

#### **3. Fördern Sie die intrinsische Motivation**

Die extrinsische Motivation, in Form von Bewertung und entsprechendem Belohnungssystem, tötet die

intrinsische Motivation, ein Talent wirklich zu entfalten. Die Suche nach den verschütteten Motivationen und Talenten kann eine Reise zu sich selbst werden. Je öfter ein Kind die Erfahrung macht, seinen inneren Impulsen zu vertrauen und dann voller Freude etwas Großartiges zu (er)schaffen, umso stärker wird die intrinsische Motivation und der Mut, ihr zu folgen.

#### **4. Hören Sie auf die Wünsche Ihrer Kinder**

Geben Sie Kindern den Raum, zu sich selbst zurückzufinden, die Welt auf ihre Art zu entdecken und dabei ihre Kreativität auszuleben. Hören Sie auf, die Wünsche der Kinder zu manipulieren und ihren tatsächlichen Bedürfnissen entgegenzuwirken. Das klingt hart, aber wenn Eltern ehrlich sind, legen sie sich die Wünsche und Bedürfnisse ihres Kindes oft so zurecht, wie sie in den Erwachsenen-Alltag passen. Üben Sie sich darin, ihre Kinder nicht stetig mit neuen und oft viel zu hohen Erwartungen zu konfrontieren. Lassen Sie Ihre Kinder singen, tanzen und spielen. Geben Sie Ihnen den Raum für ihre innere Stimme, ihre Kreativität und ihren Ausdruck – ganz ohne Ziel und Erwartungen. Lassen Sie sie einfach sein – KindSein. Kinder blühen auf. Über die Bewegung pendeln sie ihre Mitte neu aus. In der Konzentration auf ihr Tun gelangen sie unbewusst in den Zustand des Flows und des Einsseins.

#### **5. Motivieren Sie Ihre Kinder, Neues zu entdecken und kreative Ideen auszuprobieren**

Lassen Sie Ihren Kindern den Freiraum, um neue kreative und verrückte Ideen auszuprobieren. Sparen Sie sich Kommentare wie „Was soll denn das?“ Signalisieren Sie stattdessen Verständnis für den Entdeckerdrang Ihres Kindes, lassen Sie sich in die Fantasiewelten Ihrer Kinder hineinziehen. Wenn es in einer erfundenen Sprache mit Ihnen spricht, machen Sie einfach mit. Bleiben Sie wach für ein Erleben mit allen Sinnen. Nehmen Sie Ihr Kind wahr und seine Impulse auf.

**Warum sollten wir mehr mit unseren Kindern singen? Zu Gast: Reinhard Horn und herrh**

**Über Anna Greie**



Sasha\_Ilushina

Anna Greie ist Geschäftsführerin der Stage Up! GmbH, die Musicalschulen für Kinder und Jugendliche in Hamburg und Schleswig-Holstein betreibt. Rund 350 Mädchen und Jungen im Alter von vier bis 22 Jahren werden hier in den Fächern Schauspiel, Tanz und Gesang unterrichtet. Zuvor war die ausgebildete Tanzpädagogin Franchisenehmerin des international renommierten Stagecoach-Performing-Arts-Netzwerkes. Ihre Ausbildung absolvierte die Mutter von zwei Kindern an der Erika-Klütz-Schule für Theatertanz und Tanzpädagogik.

**Buch: Anna Greie: „KindSein. Der Schlüssel zum Glück“**



Anna Greie, die Gründerin der Stage Up! Musicalschulen, veröffentlicht am 30. September ihr Buch „KindSein. Der Schlüssel zum Glück“, zunächst als E-Book auf amazon.de und am 28. Oktober als Taschenbuch. Darin fordert die erfahrene Tanzpädagogin, den Kindern ausreichend Freiräume zu geben, um sich auszuprobieren und die Welt spielerisch zu entdecken. Sie liefert Anregungen und praktische Tipps, wie es gelingt, Kindern den Raum für ihre angeborene Neugierde zu lassen und weniger Grenzen für das KindSein zu setzen. „Beim Singen, Tanzen und Spielen empfinden Kinder das tiefe Glück des KindSeins, weil sie sich dadurch in einen Flow-Zustand versetzen, mit dem sie Abstand zu möglichen Sorgen und dem Alltagsstress bekommen“, so Anna Greie. „Das stärkt sie für ihr Leben.

- [Mail](#)
- [Gastbeitrag](#)
- [Kinder](#)
- [Kita](#)
- [Praxistipp](#)
- [Singen](#)
- [Tanzen](#)