

Interview mit Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer

DER MENSCH IST NUR IM SPIEL GANZ MENSCH

Prof. Dr. Dr. Manfred Spitzer ist Professor und Ärztlicher Direktor an der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie des Universitätsklinikums Ulm. Der Psychiater und Psychologe leitet außerdem das Transferzentrum für Neurowissenschaften und Lernen, das didaktische und pädagogische Konzepte aufgrund von Erkenntnissen der Hirnforschung entwickelt. Hier entstand das Konzept „Spielen macht Schule“, mit dem an Grundschulen ein spielerisches Lernen vermittelt werden soll.

Das Interview führte Jana Nolte

Wann haben Sie denn zuletzt gespielt?

Gestern Abend war das: Schlagzeug, beim Üben mit zwei Freunden. Wir haben eine kleine Jazz-Band und probten für einen Auftritt im April.

Aber ganz ehrlich: Wann und in welchem Zusammenhang spielen Erwachsene überhaupt?

Viele Erwachsene haben als Kinder oder Jugendliche zum Beispiel musiziert und betreiben dieses „Spielen“ nun nicht mehr. Das ist sehr schade. Im Grunde hat man ja als „im Leben stehender“ Erwachsener nie Zeit für das Spielen: Immer gibt es Wichtigeres. Man muss sich diese Zeit also aktiv nehmen. Egal was es ist: ob Sport, Musik oder irgendeine andere gemeinschaftliche Aktivität.

Warum spielen Menschen?

Wir reden beim Erwachsenen im Bezug aufs Spielen gerne von „Zeitvertreib“, aber das wird der Sache nicht gerecht. Im Spiel probieren wir Neues aus, sind bei der Sache, schweifen weder mit den Gedanken ab, noch grübeln wir über uns selbst nach. Studien haben gezeigt, dass das Abschweifen der Gedanken mit negativen Gefühlen verknüpft ist und dass die dauernde Beschäftigung mit sich selbst ebenfalls nicht zum Glück beiträgt. Ich würde im Zusammenhang mit Spielen auch keineswegs von „Ablenkung“ sprechen. Beim Spiel sind wir aktiv bei der Sache und bei den anderen Spielern und das tut uns Menschen gut.



Über die Frage, warum Menschen überhaupt spielen, wurde schon viel nachgedacht und geschrieben. Ich halte es da durchaus mit Friedrich Schiller, der gesagt hat, dass der Mensch nur im Spiel ganz Mensch ist. Damit ist letztlich gemeint, was ich oben versucht habe auszudrücken: Menschen sind Gemeinschaftswesen und in der gemeinschaftlichen Aktivität, darin, gemeinschaftlich bei der Sache zu sein, finden sie höchste Befriedigung.

Wieso öffnen sich durch Freude an einer Sache oder Begeisterung scheinbar mehr „Lernkanäle“?

Die Gehirnforschung der letzten zehn Jahre hat gezeigt, dass Glück und Lernen tief in unserem Gehirn sehr eng beieinanderliegen. Wenn wir neugierig sind, aktivieren wir Mechanismen, die für rasches Lernen sorgen. Die Veränderung an Synapsen wird durch Neugierde – auch das ist mittlerweile nachgewiesen – beschleunigt, sodass man von einer Art „Lernturbo“ sprechen kann.


Für (kleine) Kinder ist spielen und lernen dasselbe – wann fängt der Mensch an, zu trennen? Vokabeln lernen ist doch definitiv nicht mehr spielerisch?

Wir Erwachsene beginnen schon sehr früh damit, unseren Kindern zu erzählen, dass irgendwann der „Ernst des

Lebens“ anfängt, und wir meinen damit die Schule. Es unterscheidet also nicht „der Mensch“ zwischen Spielen und Lernen, vielmehr tun wir Erwachsenen dies, weil wir selbst die Schule nicht spielerisch erlebt haben. Das müsste aber nicht so sein! Selbst das angesprochene Vokabelnpauken könnte anders ablaufen: Wenn ich beispielsweise in einem fremden Land bin und dort mit anderen Menschen kommunizieren möchte, komme ich um das Erlernen der Sprache gar nicht herum. Es macht sehr viel Spaß, sich zu verständigen und eine neue Kultur, eine neue Sprache und neue Menschen kennenzulernen. Die PISA-Daten zeigen, dass ein halbes Jahr Aufenthalt in England oder Frankreich für die Kenntnis der entsprechenden Fremdsprache besser ist als vier Jahre Französisch- oder Englischleistungskurs.

Wie gehen wir mit Druck im Spiel um, Stichwort „gewinnen wollen“? Inwiefern ist Wettbewerb ein Antrieb, zu spielen?

Der Wettbewerb im Spiel ist eben nur „spielerisch“ und solange er das bleibt, schadet er auch nicht. Ansonsten kommt es bei Wettbewerb zu Stress, Druck und all dem, was wir beim Nichtspielen, also beispielsweise in der Arbeitswelt, sowieso erleben. Ich kenne viele Menschen, die gar nicht mehr anders können als bei jeglicher Arbeit sofort mit anderen in Wettbewerb zu treten. Das haben sie vielleicht durch ihr Berufsleben so verinnerlicht. Dies ist sehr schade,



„Die Veränderung an Synapsen wird durch Neugierde beschleunigt, sodass man von einer Art ‚Lernturbo‘ sprechen kann.“

denn im Spiel soll eigentlich genau nicht der normale Alltag wiederholt werden.

In der Pubertät hören vorher begeisterungsfähige Kinder oft auf einmal mit dem Spielen auf und mutieren scheinbar zu unerträglich passiven und unmotivierten Wesen – was passiert da im Gehirn? Wo bleibt die Lust am Spiel?

Wir beginnen erst zu begreifen, dass die Pubertät eine Phase ist, in der große Umbauvorgänge im Gehirn stattfinden. Dies geht – auch das ist mittlerweile nachweisbar – mit Verlusten an Leistungsfähigkeit im Hinblick auf bestimmte geistige Fähigkeiten einher. Die Sache ist jedoch vorübergehend und die geistige Leistungsfähigkeit nimmt langfristig wieder zu. Die Lust am Spiel geht im Grunde nicht verloren, sie verlagert sich jedoch und richtet sich auf andere Aktivitäten, insbesondere sozialer Art.

Wenn Sie bei „Google“ den Begriff „Spielen“ eingeben, erhalten Sie Tausende Ergebnisse zu Computerspielen – und wahrscheinlich denken auch die meisten Jugendlichen reflexartig an solche. Wie geht das Gehirn mit Computerspielen im Vergleich zu Brettspielen um?

Es hängt ganz vom Spiel ab, was man lernt. Aus meiner Sicht ist die reale Welt immer noch ein viel besserer

Lehrmeister als der Computer. Dies folgt allein schon daraus, dass die reale Welt mit allen Sinnen aufgenommen wird. Nachgewiesen ist, dass gewalthaltige Spiele zu mehr Gewalt und zu einer Abstumpfung gegenüber Gewalt in der realen Welt führen.

Kann ich mich durch bestimmte Denkspiele geistig fit halten?

Nein. Der ganze Ansatz stimmt nicht: Wer glaubt, mit einem Joghurt morgens die Verdauung, mit einem Spaziergang nachmittags Herz und Kreislauf und mit einem Kreuzworträtsel am Abend vielleicht noch das Gehirn abgehakt zu haben, um sich dann wieder für den Rest des Tages vor den Fernsehapparat zu setzen, der irrt. Geistig und körperlich fit halte ich mich durch eine Lebensweise, die meinen ganzen Alltag betrifft, nicht durch Fünfminutenaktivitäten, die bestimmte Organsysteme abhaken. Dies wird oft suggeriert, ist jedoch falsch. Gerade Computeraktivitäten führen – dies ist sehr gut nachgewiesen – nicht dazu, dass man im Alltag in irgendeiner Weise seine geistige Leistungsfähigkeit verbessert. Man lernt vielmehr genau das am Computer, was man eben am Computer tut. Eine Generalisierung im Hinblick auf andere Fähigkeiten und Fertigkeiten findet nicht statt.

Prof. Spitzer, wir danken für das Gespräch.



Foto: Universitätsklinikum Ulm