

## Fidget Spinner verdrehen uns den Kopf

In den meisten Rucksäcken der Schülerschaft befindet sich heute ein Pop It und die Älteren erinnern sich möglicherweise noch an Fidget Spinner, die man stundenlang beim Kreiseln beobachtete. Eltern und Lehrer:innen können für diese Art des Zeitvertreibs kein Verständnis aufbringen, obwohl sie selbst in ihrer Kindheit dabei zusahen, wie regenbogenfarbige Spiralen die Treppe abwärts hüpfen. Dabei verfolgen all diese Spielzeuge ein und denselben Zweck: Sie sollen Stress abbauen.

Zur Erklärung für alle, die davon noch nie gehört haben: Ein Fidget Spinner (dt. Handkreisel) ist ein handflächengroßes Gebilde, das an ein Windrad erinnert. Man hält es in der Mitte fest, wodurch sich der Rest dank des Kugellagers im Kreis dreht.

Pop It's wiederum sind Spielzeuge, die Luftpolsterfolie nachahmen sollen. Man drückt einfach auf die Wölbungen, was ein „Ploppen“ erzeugt. Im Gegensatz zur Folie kann man den Spaß durch das Wenden der Silikonmatte beliebig oft wiederholen.



<https://good-toys.com/pop-it-sensornaya-igrushka-antistress-pupyrka-pop-it-dinozavr-rainbow/>

Beide Spielzeugtrends sollen der Stressreduktion dienen. Indem der Fidget Spinner gedreht oder das Pop It geploppt werden, wird der Fokus von einer stressigen Situation auf das Spielzeug gelenkt. Durch monotone Bewegungen erfährt sich der/die Spielende unmittelbar



<https://www.opengift.pl/7982/fidget-spinner/>

als erfolgreich und kann dabei abschalten. Diese Art der Pausengestaltung hat somit das Potential, unangenehme Angewohnheiten, wie Rauchen oder Nägelkauen, abzulösen. Allerdings stellen Fidgets keine Bewältigungsstrategie dar, mit der man sich aus einer belastenden Situation befreien kann, da lediglich die Aufmerksamkeit auf einen angenehmeren Gegenstand gelenkt und die Lösung des Problems aufgeschoben wird.

Zugleich werden sie damit beworben, dass sie die Konzentrationsfähigkeit erhöhen. Wegen dieses Effekts werden sie oft Personen mit AHDS empfohlen. Dem widerspricht jedoch Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne, der die Kinder- und Jugendpsychiatrie im LMU Klinikum München leitet: „Gerade wenn Kinder nervös sind, sind Fidget Spinner Ablenkung. Das heißt, sie werden noch nervöser dadurch. Und möglicherweise werden andere Kinder, die daneben sitzen, auch

noch nervös. Im Grunde genommen ist das Spielzeug also eher kontraindiziert für Kinder, die unruhig sind.“<sup>1</sup>

Folglich stellen Fidgets kein Therapeutikum dar, um einem Krankheitsbild entgegenzuwirken. Vielmehr muss man sie als Spielzeug wahrnehmen, das für Spaß und Unterhaltung sorgt. Versteht man sie als solche, können sie nach Lust und Laune genossen werden.

Alina Höfgen



---

<sup>1</sup> <https://www.br.de/br-fernsehen/sendungen/gesundheits/gesundheits-fidget-spinner-144.html>,  
letzter Aufruf am 18.01.2022.