

20.09.2026 um 07:15 Uhr

hr3 MOMENT MAL



Ein Beitrag von

Alexandra Becker,

Katholische Pastoralreferentin Frankfurt

Tag der Kinderrechte

Moderator/in: Heute begehen wir in Deutschland den Tag der Kinderrechte – mit ganz unterschiedlichen Aktionen in vielen Städten und Gemeinden, auch hier bei uns in Hessen. Und wenn wir an Kinderrechte denken: Was fällt uns da ein? Bildung vielleicht – ganz aktuell wieder mit der neuen Pisa-Studie. Und Schutz vor Gewalt natürlich.

Alex Becker von der katholischen Kirche: Ein Kinderrecht hat man vielleicht gar nicht so auf dem Schirm: Kinder haben ein Recht auf Spielen, auf Erholung und Freizeit.

Recht auf Spielen und Erholung

Alex: Ja, genau. Und jetzt könnte man erst mal sagen: Das betrifft die Kinder in Deutschland doch eigentlich gar nicht. Spielzeug haben die allermeisten ja wirklich genug. Aber ich stelle immer häufiger fest: Vielen Kindern fehlt es gar nicht an Spielsachen, sondern an Zeit, um zu spielen und sich zu erholen. Langeweile kennen viele kaum noch – auch weil ständig irgendeine Ablenkung da ist, vor allem durchs Smartphone. Und der Tag vieler Kinder ist ziemlich durchgetaktet, bis abends.

Spiele als christlicher Wert

Moderator/in: Warum, glaubst du, sind Spielen und Erholung denn so wichtig?

Alex: Ich glaube, Kinder brauchen Zeit, in der sie einfach nur spielen können. Ohne etwas leisten zu müssen, ohne etwas erledigen zu müssen. Und für mich steckt da auch ein wichtiger christlicher Gedanke drin: Ich bin von Gott geliebt, ohne etwas leisten zu müssen. Das Leben ist mehr als Leistung. Spielen, staunen, träumen, lachen – all das gehört zu einem erfüllten Leben

dazu. Und wir Erwachsenen können uns da von den Kindern auch ein bisschen was abschauen.

Kindern Zeit und Liebe schenken

Moderator/in: Also öfter mal etwas tun, einfach weil es Freude macht?

Alex: Ja. Und vor allem den Kindern Zeiten schenken, in denen sie einfach Kind sein dürfen. Ohne dass daraus gleich etwas entstehen oder etwas geleistet werden muss. Und ihnen immer wieder zeigen: Wir haben euch lieb, so wie ihr seid!