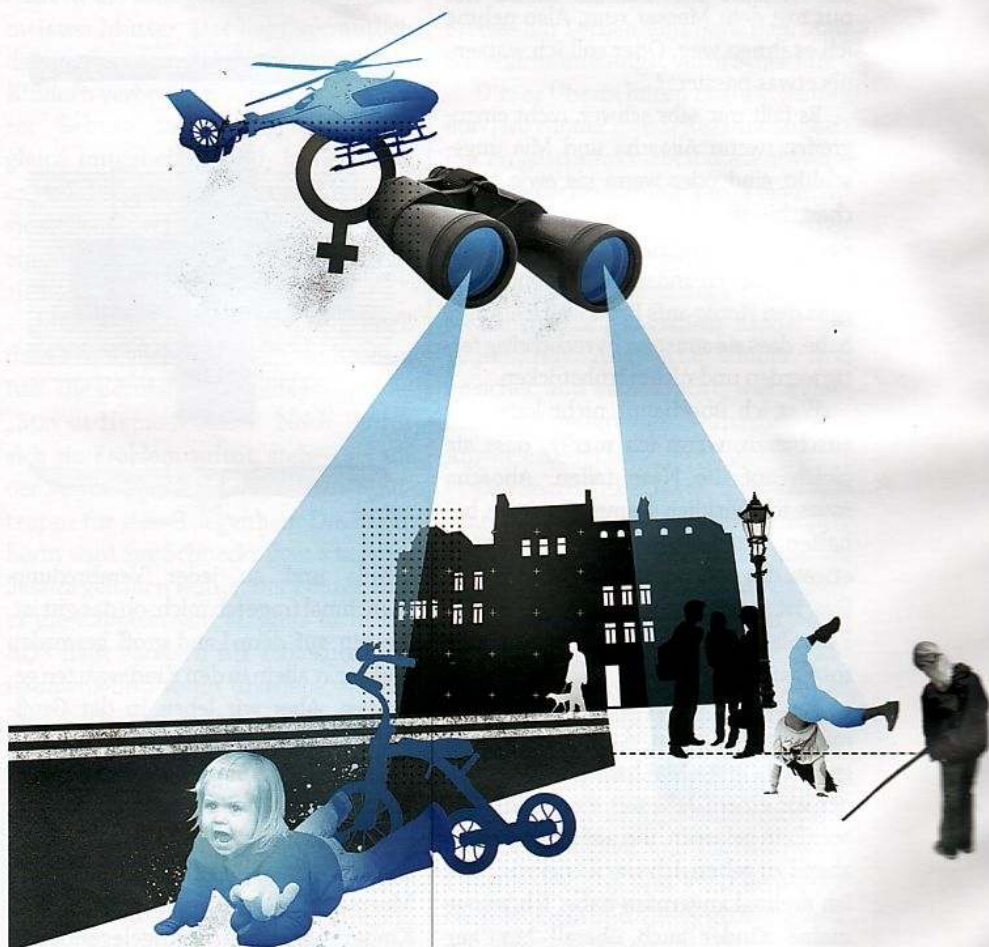


# „Kinder haben einen eingebauten Risikoschutz“

Der Kinderarzt und Buchautor Dr. Herbert Renz-Polster befasst sich mit der kindlichen Entwicklung aus Sicht der Verhaltens- und Evolutionsforschung. Er ist Vater von vier Kindern im Alter von 15 bis 25 Jahren. Sein neues Buch „Wie Kinder heute wachsen – Natur als Entwicklungsraum“, das er gemeinsam mit dem Hirnforscher Gerald Hüther geschrieben hat, erscheint im September



### **Wie lernen Eltern zu vertrauen, dass ihr Kind selbstständig seinen Weg gehen kann?**

Sie können sich erinnern, wie sie selbst aufgewachsen sind. Im Rückblick auf die eigene Kindheit fällt ihnen vermutlich auf, dass sie ein Maß an Freiheit hatten, von dem sie absolut profitiert haben. Jeder weiß, dass er die Triumphe seiner Kindheit solchen „freien“ Augenblicken verdankt, die er allein oder mit anderen Kindern erlebt hat. Wir wären doch nicht auf Bäume geklettert, wenn unsere Mama darunter gestanden hätte! Gerade die selbst organisierten Abenteuer haben unser Kinderleben ausgemacht und uns vorangebracht. Das Bild, nach dem wir Erwachsenen es sind, die unseren Kindern die Welt erklären und eröffnen, stimmt einfach nicht. Kinder müssen sich die Welt auch selbst erklären und selbst öffnen. Hätten Kinder – und insbesondere die so gern gescholtenen Jugendlichen – immer nur das getan, was ihre Eltern vorgeben, hätte die Menschheit womöglich nie das Feuer gezähmt. Vom Internet ganz zu schweigen.

### **An dieser Stelle wird meist angeführt, dass die Welt früher auch nicht so gefährlich war wie heute.**

Objektiv gesehen war die Welt noch nie so sicher wie heute. Das ist aus allen Statistiken abzulesen. Zum Beispiel gibt es achtmal weniger tödliche Verkehrsunfälle als in den 90er-Jahren, obwohl mehr Autos auf den Straßen fahren. Und Zecken gab's immer schon.

### **Aber offensichtlich wird die Welt als gefährlicher empfunden.**

Weil wir selbst auch keine Risiken mehr auf uns nehmen. Unser Leben ist immer sicherer geworden, und wir haben immer mehr Angst. Vielleicht hat es auch damit zu tun, dass wir als Gesellschaft älter geworden sind. 1964 gab es doppelt so viele Kinder wie heute. Das Durchschnittsalter der Gesellschaft und der Eltern ist heute viel höher, und mit dem Alter steigt die Risikowahrnehmung.

### **Unsere eigene Risikoabwägung setzt immer am eigenen Körperschema und Körperempfinden an.**

Ja. Wenn ich als älterer Mensch nicht mehr so stabil auf beiden Beinen stehe, wird das, was ein Kind macht, schnell als gefährlich empfunden. Dabei übersieht man, dass Kinder einen eingebauten Risikoschutz haben. Ein Kinderknie ist 20 Zentimeter vom Boden entfernt und keine 50. Und dahinter drücken keine 60 Kilo, sondern vielleicht 15. Es gibt mathematische Modelle, die zeigen, dass Kinder bei einem Sturz einen winzigen Bruchteil von dem abbekommen, was eine große Person erfährt, die sich zudem nicht abrollen kann. Wir gehen fälschlicherweise immer von unserer Fallhöhe aus.

### **Und das führt zu dem Phänomen „Helicopter Parenting“?**

Wir haben eine viel größere Steuerung der Kindheit übernommen als früher, und wenn ich früher sage, beziehe ich mich auf die Zeit vor der letzten großen Erziehungswende. Vor den 1990er Jahren galt das Paradigma, dass Kinder Schule brauchen, der Rest lag im Kind und lief irgendwie. Damals sind Kinder unter Bedingungen aufgewachsen, die wir in unserem heutigen didaktischen Modell als Verwahrlosung bezeichnen würden. Einfach draußen spielen ohne didaktische Beratung und Kontrolle, das sieht man heute sehr, sehr kritisch.

### **Es ist also weniger mangelndes Vertrauen als dieser Paradigmenwechsel, warum Eltern ständig kontrollieren, ob alles richtig läuft?**

Ja, wir haben ein straffes Programm für die Kleinen. Unter Erziehung verstehen wir heute in erster Linie „kognitive Förderung“, oder besser gesagt „Beladung“. Mit der Wissensakkumulierung muss möglichst früh begonnen und diese möglichst schnell durchgezogen werden. Eine Generation, die zunehmend in den besten Lebensjahren mit Burnout zu kämpfen hat, entwirft für ihre eigenen Kinder einen Lebensweg mit noch mehr Tempo, noch mehr Leistung, noch mehr „Förderung“ – das ist absurd! Und es kollidiert frontal damit, dass Kinder eigentlich immer Selbstorganisation betrieben und in Eigenregie von und unter Kindern gelernt haben.

### **Bei dieser Vorstellung sträuben sich bestimmt einigen Eltern die Haare.**

Auf ihrem langen Weg durch die Menschheitsgeschichte haben Kinder all das herausgebildet, was es braucht, um erfolgreich groß zu werden. Statt hinter jedem Kind ein Förderprojekt oder einen Problemfall zu sehen, sollten wir seine Stärken zur Grundlage von Erziehung machen! Mit der kindlichen Entwicklung ist es wie mit einem Haus: Ein gutes Fundament ist entscheidend. Dieses Fundament besteht aus Kompetenzen, die Kinder zu allen Zeiten und in allen Kulturen brauchen.

Da ist zum Beispiel die soziale Kompetenz, dass man mit anderen (und sich selbst) klarkommt, innerlich stark ist und sich von Widrigkeiten nicht gleich auf den Boden drücken lässt. Auch dass man Empathie hat. Darauf bauen alle anderen Kompetenzen auf. Diese fundamentalen Dinge lassen sich aber nicht lehren.

### **Sondern?**

Kinder werden sozial kompetent und empathisch, indem sie in diese wuselige soziale Welt eintauchen und immer wieder soziale Situationen durchspielen. Das sind Erfahrungswerte, und dieser Schatz muss im Alltag gehoben werden. Es ist ein spielerischer Prozess. Wenn Eltern verstehen, dass Spielen die kindliche Form des Lernens und somit eine hochwertige Arbeit ist, dann merken sie, dass es ein Widerspruch in sich ist, wenn sie ihr Kind aus dem Spiel herausnehmen, um es zu fördern.

### **Das ist den meisten Eltern klar. Trotzdem bleibt wohl die Unsicherheit, was richtig und wichtig ist fürs eigene Kind.**

Wir müssen in der Erziehung auf den Kern zurückkommen – und der ist: Beziehung. Wovon leben wir denn mit unseren Kindern? Davon, dass die Beziehung funktioniert! Davon, dass wir feinfühlig, achtsam, authentisch miteinander umgehen. Das macht uns zufrieden, das ist in gewissem Sinn unsere Belohnung als Eltern.

Wenn wir aber meinen, wir müssten unsere Kinder steuern, kontrollieren, ihnen alles aus dem Weg räumen und ▶

zu unserer Sache machen, gehen wir aus dieser Beziehung raus. Dann ist das Kind so etwas wie eine „Unterabteilung“ von uns, in der wir für alles Verantwortung übernehmen. Aber das tut uns nicht gut, weil es uns die Belohnung einer funktionierenden Beziehung vorenthält.