

Glückliche Kinder sind kein Zufall

Der Staat bewirbt die Krippe, Handy und Laptop ersetzen Familienzeit. Dabei warnen eine Vielzahl von Studien vor den Folgen einer Generation, die ohne menschliche Bindungen aufwächst **VON HORST SCHELIG**



Der Staat bewirbt die Krippe, Handy und Laptop ersetzen Familienzeit. Zeit zu haben miteinander, ist eine gut angelegte Investition in die Zukunft unserer Kinder.

Foto: Symbolbild / Imago Images

Als der neunjährige Paul zur Tür hereinkommt, hängt ihm seine Schultasche noch schief auf dem Rücken. „Meine Mutter hat im Büro nicht freibekommen“, beantwortet er meine entsprechende Frage, „sie hatte gemeint, ich würde ja auch allein zu Ihnen finden.“ Ohne Zweifel schafft er natürlich den Weg vom Hort in die Therapiestunde auch allein – er fühlt sich aber auch sonst oft allein.

Kinder brauchen Wurzeln

Manfred hatte gestohlen, und das war der Grund, weswegen die Lehrerin der Mutter eine Behandlung des Jungen nahegelegt hatte. Zuerst hatten Klassenkameraden in ihren Federmäppchen plötzlich Buntstifte gefehlt, dann war er im Supermarkt erwischt worden, als er eine Tafel Schokolade im Hort. Zu Hause traf er seine Eltern meist gegen 18 Uhr. Wenig Zeit blieb für Gemeinsamkeiten. Paul suchte daher materiellen Ersatz: Er wendete sich selbst etwas zu – er entwendete Buntstifte und Süßigkeiten als Ersatz für fehlende Zuwendung und Gemeinsamkeit. Sein Stehlen war eine Ersatzbefriedigung.

In guter Absicht für angeblich beste Start- und Bildungschancen hatten seine Eltern ihn mit einem Jahr in eine Krippe gegeben. Nicht ahnend, dass die Bundesregierung im 8. Familienbericht entgegen ihrer sonstigen Krippenpolitik sogar warnt: „Analysen zeigen, dass die Berufstätigkeit der Mütter mit negativen Entwicklungsergebnissen des Kindes zusammenhängt.“

Denn in Krippen bekommen Kinder von ihren Betreuern nur einen Bruchteil der Zeit und Energie, die sie idealerweise brauchen, mahnt Prof. Biddulph. Cortisolwerte zeigen, dass Kinder in Krippen innerlich

verängstigt sind und sich vermehrt psychisch gestresst fühlen. „Wenn Kinder in Krippen leben, also in ‚emotionale Entbindungssituationen‘ kommen, führt das zu einem hohen Risiko, dass die psychische Entwicklung einen ungünstigen Verlauf nimmt“, warnt Prof. Dawirs.

Ein Memorandum der Deutschen Psychoanalytischen Vereinigung betont, dass in den ersten drei Lebensjahren die Grundlage für die seelische Gesundheit eines Menschen gelegt wird. In dieser sensiblen Entwicklungszeit bedeuten regelmäßige Trennungen von den Eltern eine besondere psychische Belastung für die Kinder. Während der ersten 36 Lebensmonate ist das Kind wegen seiner körperlichen und seelischen Verletzlichkeit ganz besonders auf eine schützende und stabile Umgebung angewiesen.

Es bindet sich an die Menschen, die ihm am verlässlichsten zur Verfügung stehen. Bindung ist für das Kind eine Überlebensnotwendigkeit. Sie bildet die Grundlage für sein Selbstwertgefühl und seine Fähigkeit, tragfähige Beziehungen aufzubauen. Seine emotionale und kognitive Entwicklung wird in der frühen Kindheit durch die Stabilität seiner Beziehungen gefördert. Einfühlung in seine Bedürfnisse, Verfügbarkeit einer verlässlichen Bezugsperson, regelmäßige Alltagsstrukturen helfen dem Kind, ein „Urvertrauen“ zu gewinnen, das gerade in dieser Zeit erworben wird.

Erst langsam entwickelt das Kind die Fähigkeit, die Abwesenheit der Eltern innerseelisch zu verkraften, indem es sich an sie erinnert und an sie denken kann. Trennungen von den Eltern bedeuten in der frühen Kindheit einen bedrohlichen Verlust der Lebenssicherheit, auch weil Sprach- und Zeitverständnis des Kindes noch nicht weit genug entwickelt sind, um Verwirrung oder Angst mit Erklärungen zu mildern. Eine Trennung von den Eltern, die nicht durch

ausreichend lange Übergangs- und Eingewöhnungsphasen vorbereitet wird, kann vom Kind als innerseelische Katastrophe erlebt werden, die seine Bewältigungsmöglichkeiten überfordert. An der kindlichen Reaktion auf die Trennung – zum Beispiel verzweifeltes Weinen, anhaltendes Schreien oder später auch resigniertes Verstummeln, Schlaf- und Ernährungsstörungen – kann man die seelische Überforderung erkennen. „Pflegeleichte“ Kinder, die gegen die Trennung nicht protestieren, brauchen besondere Aufmerksamkeit, weil ihre seelische Belastung manchmal nicht erkannt wird.

Es gibt keine psychische Gewöhnung an Verlust, ohne dass die seelische Entwicklung beeinträchtigt würde. Es ist Forschungs- und Erfahrungswissen (und keine Ideologie), dass für die Entwicklung des kindlichen Sicherheitsgefühls, für die Entfaltung seiner Persönlichkeit und für die seelische Gesundheit eine verlässliche Beziehung zu den Eltern am förderlichsten ist. Gerade in den ersten drei Lebensjahren ist die emotionale und zeitliche Verfügbarkeit von Mutter und Vater dafür von großer Bedeutung.

Eltern sind Vorbilder

Je länger die tägliche Betreuung getrennt von den Eltern andauert, umso höhere Werte des Stresshormons Cortisol sind im kindlichen Organismus nachweisbar. Dies erklärt den Zusammenhang zwischen langer außerfamiliärer Betreuung und späterem aggressiven Verhalten in der Schule, der in Längsschnittstudien gefunden wurde.

Die Kinder- u. Jugendlichenpsychotherapeutin Christa Meves betont bereits seit Jahrzehnten: „Kinder brauchen Wurzeln. Sie sollten nicht ohne Not während der ersten drei Lebensjahre in fremde Hände gegeben werden. Die geringe Chance der

Löschbarkeit früher psychischer Störungen sollte uns alarmieren.“ „Wissenschaftliche Befunde werden ignoriert“, beklagt Prof. Biddulph. „Es ist nicht länger haltbar, dass Entwicklungswissenschaftler und Krippenverfechter die Auffassung verleugnen, dass frühe und extensive Krippenbetreuung, wie sie in vielen Gemeinden verfügbar ist, ein Risiko für kleine Kinder und vielleicht die ganze Gesellschaft darstellt“, ergänzt Prof. Belsky.

Auch Paul war sich den ganzen Tag über weitgehend selbst überlassen. Je weniger gemeinsame Aktivitäten stattfinden, um so mehr vergraben sich Kinder und Jugendliche später mit ihren Handys in eine virtuelle elektronische Pixelwelt. Süchtig machende Handyspiele fluten die Kinderzimmer. Mehr als 60 Prozent der neun bis Zehnjährigen können sich keine 30 Minuten ohne digitale Medien beschäftigen, benutzen es 150-mal am Tag, so intensiv wie keine andere Altersgruppe. Durch diese mediale Überdosis entsteht bei diesen „Digital Natives“ eine antrainierte Aufmerksamkeitsstörung und Minderung ihrer geistigen Leistungsfähigkeit.

Die mit diesen Medien verbrachte Zeit wird dann häufig immer länger: Die Mediennutzung des Kindes beeinträchtigt Aktivitäten der Familie, soziale Kontakte und Freizeitaktivitäten werden vernachlässigt, Netzwerke ersetzen reale Kontakte.

Leistungen in der Schule lassen nach, es gibt Konflikte mit Eltern, in Schule oder Ausbildung. Elektronische Medien sind mitunter das Einzige, was noch zu motivieren scheint. Andere Interessen und Pflichten und Kontakte zu Gleichaltrigen werden vernachlässigt.

Shooter-Games fördern bei fünf bis zehn Prozent der Jugendlichen ein aggressives Sozialverhalten. Der ungefilterte Zugang zu Pornovideos, digitalen Flirtportalen und Sexting ermöglicht Kindern ein unge-

schütztes, unbegleitete Einfallstor ins Rotlichtmilieu der ganzen Welt. Soll das Internet so unsere Kinder aufklären?

Es geht auch darum, unsere Kinder vor Cybermobbing zu schützen: Jeder zehnte Grundschüler ist bereits Opfer von Cybermobbing gewesen, bei den 13- bis 17-Jährigen sogar jeder Vierte. Kinder werden gedemütigt, beschimpft, diffamiert, beleidigt und an den virtuellen Pranger gestellt. Plattformen wie YouNow erlauben private Einblicke ins Kinderzimmer.

Wenn ständig der Fernseher läuft, können wir unsere Kinder kaum überzeugen, nicht ebenfalls vor Computern, Konsolen oder dem Handy zu hocken. Besser als jede Maßregelung ist das Vorleben von Werten mit Mediendiät und gemeinsamen bildschirmfreien Zeiten. Denn je seltener Kinder und Jugendliche digitale Medien nutzen, desto engagierter, empathischer, kreativer und verantwortungsvoller werden sie sich entwickeln. Das Gehirn entwickelt sich besser, wenn kein Tablet oder Smartphone reale Welterfahrung verhindert. Schüler zeigen bessere Leistungen, wenn man die Nutzung von Smartphones reduziert.

Wichtig für die Entwicklung unserer Kinder ist vor allem, dass wir für sie Zeit haben. Geborgenheit, inneren Frieden und Harmonie vermitteln wir ihnen durch unsere Zuwendung. Der hier von uns immer auch geforderte persönliche Verzicht ist eine gut angelegte Investition in die Zukunft unserer Kinder.

Dr. Horst Schelig, „Verantwortung für die Familie e.V.“ (www.vfa-ev.de). Gegründet wurde dieses Forum von Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten, die Eltern in Fragen ihrer wichtigen Aufgabe der Erziehung unterstützen.