

Gut, besser, gelassen

Frühe Förderung galt lange als höchste Form elterlicher Liebe. Jetzt beklagen Wissenschaftler den **Druck auf den Nachwuchs**. Die Burn-out-Gesellschaft soll wieder innere Ruhe lernen

Wir backen uns ein Erziehungsmodell
Die Liebe und das Chaos sind ein Paar. Das erfahren Til Schweiger und Tochter Emma im Film „Kokowääh“



Es gab eine Zeit, in der Eltern als gute Eltern durchgingen, wenn sie ihre Kinder in einem halbwegs behüteten Nest groß werden ließen. Aus dem Bäckerssohn wurde mit einiger Wahrscheinlichkeit ein Bäcker. Die Arzttochter machte ihr Abitur, um Kinder zu gebären und zu Hause zu bleiben. Niemand hätte den Eltern deswegen Vorwürfe gemacht. Auch dann nicht, wenn ihre Kinder das Zeug zum Akademiker gehabt hätten. Diese versunkene Welt war berechenbar und brutal: Womöglich litten Bäckerssohn und Arzttochter zeitlebens an einer Traurigkeit, die man heute als Unterforderungsdepression bezeichnen würde.

Heute wissen Eltern, worauf es ankommt. Abitur, Auslandsstudium, Alpha-Tier. In dieser Kombination scheint sich die Mittelschicht gewappnet zu fühlen gegen Globalisierung und Jobverlust. Das Fundament wird im Kleinkindalter gelegt: Nach dem Babyschwimmkurs die Peking-Krabbelgruppe, dann Kindergarten-Englisch und Klavierunterricht. Belesene Eltern wissen, dass es Zeitfenster gibt bei der Synapsenbildung im Gehirn. Je mehr Stimulanz, desto besser, denn mit der Frühförderung verhält es sich wie beim Vitamin C: Eine Überdosis wird einfach ausgeschieden.

Ins „**Stadium der vollen Hysterie**“ habe sich die Elternschaft da manövrieren lassen, klagt der Erlanger Hirnforscher Ralph Dawirs: „Man suggeriert: Wenn du mit deinem Säugling keinen Schwimmkurs gemacht hast, lebt er als Erwachsener ganz sicher von Hartz IV. Dabei ist für ein Baby der Lärm in einem Hallenbad einfach nur verstörend.“ Der Wissenschaftler befindet auch: „Das bisschen Fremdsprache aus dem Kindergarten haben die Schüler in der ersten Klasse schon wieder vergessen.“

Wenn Dawirs mit seinem Buch über „Die 10 größten Erziehungs-Irrtümer“ durch die Lande reist und für mehr Gelassenheit plädiert, erlebt er viel Sympathie: „Viele Eltern haben ein abgrundtief schlechtes Gewissen, wenn sie sich nicht so ins Zeug legen können. Wenn ich denen sage, dass eine gute Kindheit vor allem Spiel und freie Selbstentfaltung in geschützten Räumen ist, strahlen sie vor Erleichterung.“ ▶

Die Sehnsucht nach Gelassenheit folgt direkt auf die Thesen der Tiger-Mutter. Seit die chinesischstämmige Yale-Professorin Amy Chua in ihrem Bestseller beschrieb, wie sie den Töchtern mit Schlafentzug und Psychoterror „das Siegen“ beibringt, regt sich neben Bewunderung auch Widerstand. Soll man seine Kinder nicht in erster Linie innig lieben und einfach mal spielen lassen?

Schließlich bringt der dekadente Nachwuchs im Westen die Innovationen hervor, die später in Asien abgekupfert werden, wie der Kinderarzt Herbert Renz-Polster in seinem „Plädoyer für eine artgerechte Haltung“ schreibt. Helikopter-Eltern, die jeden Schritt der Kinder anleiten und überwachen, könnten bestenfalls auf Abziehbilder ihrer selbst hoffen: „Erziehung beim Homo sapiens ist auch etwas, was Kinder mit sich selbst machen“, so Renz. „Facebook wurde von einem 19-Jährigen gegründet. Bill Gates war mit 14 Jahren Präsident einer Software-Firma, die Beatles kaum älter, als sie ihren neuen Stil mischten. Von woher sie ihre Ideen auch immer hatten: Sie stammten ganz sicher nicht von ihren Eltern.“

Das Spiel ist die Arbeit der Kinder. Und das alte Menschenwissen ist irgendwie unter die Räder gekommen. So sehr, dass die Vereinigung der Kinderärzte in den USA dringend dazu rät, den Wert des freien Spiels auch ungefragt im Elterngespräch zu thematisieren. Die viel gerühmte „Qualitäts-Zeit“ sei nicht gegeben, wenn man die Kleinen vom Geigenunterricht zum Kunstkurs chauffiere und im Auto ein paar Worte wechsle. Die Mediziner haben beobachtet, dass immer mehr amerikanische Kinder Depressionen entwickeln und schon vor Schulbeginn ihr Selbstvertrauen verloren haben. Als Gegenmittel empfehlen die Ärzte, „einfach so zusammen zu sein, zu reden und Spaß zu haben“.

Einfach so? Keine leichte Übung. Auch die spielerischste Förderung ist in Wirklichkeit mehr als das viel zitierte „Angebot“. Die Eltern hätten es schon gern, wenn der Sprössling das Angebot auch annimmt. Und dabei wenigstens keine schlechtere Figur abgibt als das Nachbarskind.

Eltern wollen nur das Beste. Die Eltern schaden damit aber ihren Kindern, wie der im Frühling verstorbene Erziehungswissenschaftler Wolfgang Bergmann

»Was passiert mit den Kindern, die zum Siegen erzogen wurden und dann nur Dritter sind?«

Herbert Renz-Polster,
Kinderarzt und Autor von
„Menschen-Kinder“

Mutter des Erfolgs
Buchautorin Amy Chua mit Tochter Sophia. Die Kritik der gebürtigen Chinesin an „verweichlichter“ westlicher Erziehung eröffnete eine Debatte unter Eltern



über Jahrzehnte mahnte. Sein letztes Buch trägt den Titel „Lasst eure Kinder in Ruhe!“ Der damals todkranke Autor ist stellenweise sentimental, bringt aber eine Facette ins Spiel, die Eltern im Innersten berührt. Und ohne die alle Mühe der Erziehung kaum erträglich wäre. Es ist die Erfahrung unbändiger Liebe, die sich „an zwei ungleichen Nasenlöchern“ oder einem lustigen großen Zeh ergötzen kann. Eine Erfahrung der ersten Wochen mit einem Kind – und vielen magischen Momenten. Wo dieses Glück nur geblieben ist, fragen sich auch Eltern, die keine Leistungsmaschinen erziehen wollen. Und trotzdem in einem Teufelskreis aus Erwartung und Enttäuschung stecken.

Dieses Dilemma hat Wolfgang Bergmann so skizziert: „Es wird nicht ausgesprochen, aber es gibt einen Deal: Wir tun alles für dich. Jetzt erwarten wir, dass du ein tolles Kind bist. Die Kinder sollen den Alltag der Eltern erträglich machen, weil die Eltern toller Kinder ja ganz tolle Eltern sind, womit sie ihr narzisstisches Idealbild bestätigen.“

Eltern, entspannt euch!



Der Kinderarzt

Herbert Renz-Polster über evolutionsbiologische Wurzeln des Kindseins. Kösel Verlag, 17,99 Euro



Die Pragmatikerin

Anna Wahlgren fordert mehr Präsenz und weniger Perfektion. Beltz Verlag, 16,95 Euro



Der Psychologe

Wolfgang Bergmann (†2011) schiebt in seinem letzten Buch über die Liebe als Fundament von Erziehung. Kösel Verlag, 14,99 Euro

Das Credo der Erziehungsprofis scheint zu einfach, um wahr zu sein: Wenn Eltern aufhören, in ihren Kindern Projekte zu sehen, tun sie ihnen damit den allergrößten Gefallen. Auch die kostbaren individuellen Talente würden sich so am besten entwickeln, sagt Wissenschaftler Dawirs. „Wenn man dann ein Interesse an Musik entdeckt, kann man ja mal ein Instrument in den Weg legen.“ Also öfter mit den Kindern bolzen, etwas Schönes kochen oder einfach rumhängen? Und keine Scheu haben, auch mal durchs Haus zu brüllen, wenn der Nachwuchs nur noch nervt?

„Ja“, sagt Anna Wahlgren. Vor allem Mütter sollten lieber zu ihren Bedürfnissen stehen, als an einem Heiligenschein zu basteln. Allerdings solle man sich danach für unflätige Worte bei den Kindern entschuldigen. Wahlgren ist die Exotin unter den Erziehungswissern: Sie hat keinen Abschluss in Pädagogik oder Neurobiologie, dafür aber neun Kinder großgezogen.

In ihrem Klassiker, dem „KinderBuch“ stehen Tipps, auf die inzwischen viele deutsche Eltern schwören. Dass sich die Schwedin seit Jahrzehnten gegen eine allzu frühe Betreuung in Krippen ausspricht, hat sie zur Lieblingsfeindin berufstätiger Mütter gemacht.

Dabei geht es Wahlgren gar nicht darum, die Frauen wieder an den Herd zu binden, wie sie in ihrem neuen Buch „Die Welt mit Kinderaugen sehen“ beteuert. Im Zentrum der Kinderwelt könne „auch der Vater stehen, ein Onkel, ein Nachbar, eine Oma“. Wichtig sei allein, dass die betreffende Person zuverlässig zur Verfügung stehe: „Es reicht, einfach da zu sein.“ Ohne Zeit keine Beziehung, ohne Beziehung keine Erziehung. Darin ist sich die Wissenschaft ziemlich einig. Es ist einfach und dabei schwierig: Zeit und Zeitmangel bleiben die Zwickmühlen moderner Elternschaft.

Engagierte Eltern setzen für ihre Kinder alles in Bewegung, täten aber oft gut daran, weniger zu machen. Das sagt der Bonner Kinderpsychiater Michael Winterhoff. Der Autor von „Warum unsere Kinder Tyrannen werden“ (s. Interview) hat ebenfalls ein neues Buch geschrieben. Es klingt auf den ersten Blick nach einem Sinneswandel: „Lasst Kinder wieder Kinder sein“.

ELLEN DANIEL

»Gehen Sie in den Wald!«

Der Kinderpsychiater **Michael Winterhoff** warnt: Viele Eltern haben im Dauerstress ihre Intuition verloren. Damit schaden sie den Kindern.

In Ihrer Praxis sitzen Eltern, die Sie als „Menschen im Katastrophenmodus“ bezeichnen. Das klingt schlimm.

Viele Mütter und Väter haben ihre innere Ruhe verloren. Die Überschüttung mit Katastrophennachrichten und die dauernde Erreichbarkeit per Handy und Mail führen unsere Psyche unbewusst in einen Katastrophenmodus. Man ist nicht mehr bei sich.

War Familie nicht immer stressig?

Früher hatte man keine Mails, aber dafür mehr Kinder.

Nein, so einfach ist es nicht. Wenn Sie Eltern von vor 20 Jahren nehmen, dann hatten die einen gewissen Feierabend. Erst gab es Abendbrot, dann die „Tagesschau“, dann legte man auch mal die Füße hoch. Heute müssen die Kinder davon abgehalten werden, beim Essen SMS zu schreiben oder zu daddeln. Und Mama und Papa schauen um 22 Uhr noch mal in ihre Mailbox.

Das ist nervig, aber keine Katastrophe.

Doch. Dieses Nicht-bei-sich-Sein, diese dauernde Anspannung überträgt sich auf die Kinder. Je kleiner sie sind, desto mehr. Dauergestresste Eltern sind nicht mehr in der Intuition. Aber Intuition ist eine wesentliche Kategorie für gelingende Erziehung und für das Reifen der kindlichen Psyche.

Intuition klingt wenig konkret

Ist aber nicht schwer zu erläutern: Wenn Sie ein schreiendes Neugeborenes haben, wollen Sie es unverzüglich beruhigen. Ein neun Monate altes Baby werden Sie auch mal einen Moment aufs Essen warten lassen.

Also weniger Stress und mehr Ruhe?

Wenn es so einfach wäre. In meiner Praxis erlebe ich täglich, dass Beratung an der Oberfläche nichts bringt. Ich rate Eltern, statt drei Vereinstermeninen pro Woche nur einen zu machen. Die sagen zwar „ja, ja“, suchen sich aber gleich einen Ersatz.

Förderwahn ist mehr als eine Mode?

Es ist das Verhalten von Eltern im Katastrophenmodus. Die kommen nicht mehr raus aus dem Hamsterrad und ziehen die Kinder in ihren überdrehten Lebensstil hinein.

Gibt es eine Erste-Hilfe-Maßnahme?

Zunächst geht es darum, den Hebel in der Psyche wieder umzulegen. Gehen Sie mal in den Wald. Ohne Handy, iPod oder Joggingkleidung. Gehen Sie spazieren, und schauen Sie, was das mit Ihnen macht. Gehen Sie notfalls vier oder fünf Stunden, und warten Sie auf das Gefühl, zu sich zu kommen. ■

INTERVIEW: ELLEN DANIEL



»Tyrannen«-Autor

- I **Falsch verstanden** fühlt sich der Autor des Bestsellers „Warum unsere Kinder Tyrannen werden“. Er sagt: „Ich predige keine autoritäre Erziehung.“
- I **Förderwahn und Burn-out** sind für Winterhoff miteinander verknüpft. Sein Buch „Lasst Kinder wieder Kinder sein!“ (GVH, 19,99 Euro) ist jetzt erschienen.