

Wir können nicht erziehen, nur günstige Entwicklungsbedingungen schaffen

von Leo Gehrig

Der pädagogische Markt bietet unzählige Erziehungskonzepte und -methoden an. Die Ratgeberliteratur blüht. Es ist für Eltern und andere Bezugspersonen der Kinder äusserst schwierig, sich in diesem Dschungel zurechtzufinden und sich ein Urteil zu bilden. Auch für mich, der seit einem halben Jahrhundert privat und professionell Kinder und Jugendliche begleitet, ist es nicht immer leicht, den Überblick zu bewahren und die Spreu vom Weizen zu trennen. Jährlich erscheinen unzählige wissenschaftliche pädagogische und psychologische Studien mit oft widersprüchlichen Ergebnissen. So gilt es zu fragen, was wir denn zweifelsfrei in der Begleitung und Betreuung der Kinder und Jugendlichen zu beachten haben und womit wir zumindest keinen Schaden anrichten.

Wir können die Kinder nicht erziehen, wir müssen und können nur günstige Entwicklungsbedingungen für sie schaffen, damit sie sich ihrem Wesen entsprechend entwickeln können. Eine erste, unbestreitbar notwendige Bedingung ist die angemessene Befriedigung ihrer körperlichen (Nahrung, Schlaf, Bewegung) und psychischen Grundbedürfnisse. Es gibt die schöne Formulierung „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst“. Diese weise Lebensanweisung wage ich zu ergänzen: Nur wer als Kind vorbehaltlos angenommen worden ist, ist später als Erwachsener auch fähig, andere und sich selbst gern zu haben oder zu lieben. Oder eben mehr psychologisch formuliert: Grundlage in der Betreuung und Begleitung der Kinder und Jugendlichen ist die Befriedigung ihrer Bedürfnisse nach Liebe, Geborgenheit, Wärme, Anregung, Sicherheit, Verlässlichkeit. Angemessen deshalb, weil diese Bedürfnisse bei den Kindern, den Jugendlichen und selbstverständlich auch bei den Erwachsenen sehr unterschiedlich sind. Da uns das Gegenüber, mögen wir ihm noch so nahe stehen, in manchen Bereichen immer fremd und rätselhaft bleibt, ist es eine schwierige und bisweilen sogar unlösbare Aufgabe, das komplexe Bedürfnisgefüge der anvertrauten Menschen genau zu lesen und angemessen befriedigen zu können. Es kann leicht geschehen, dass wir die Kinder mit zuviel Nähe bedrängen oder mit zuviel Distanz vernachlässigen. Schon kleine Kinder haben es nicht gern, wenn wir ihnen ständig sagen, wie gern wir sie haben. Mit „Lass mich los“ wehren sie sich energisch und zu Recht, wenn wir sie zu viel und zu innig umarmen. Die emotional vernachlässigten Kinder hingegen protestieren zum Beispiel mit übermässigem Schreien, aggressivem Verhalten gegenüber andern oder signalisieren ihre

Not mit Rückzug, häufigen Verstimmungen, Selbstaggressionen oder auch körperlichen Beschwerden.

Liebe, Geborgenheit, Wärme, Anregung, Halt sollten wir den Kindern, und damit kommen wir zu einer weiteren günstigen Entwicklungsbedingung, vor allem mit der Gestaltung reicher, differenzierter und altersgemässer Erlebnisse und Erfahrungen geben: vom Betrachten von Bildbänden, Erzählen von Geschichten, Singen, Musizieren, Basteln, Spielen, Feiern von Festen, Wanderungen bis hin zum Besuch der Gedenkfeier für den verstorbenen Nachbarn. Solche Erfahrungen sind der Nährboden für die Entfaltung vieler kognitiver, sozialer und vor allem auch emotionaler Fähigkeiten. Auf die Letzteren wollen wir etwas näher eingehen:

Trotz der Unmöglichkeit, die vielen verschiedenen Emotionen genau beschreiben und definieren zu können, lassen sich doch zwei Typen unterscheiden: Es gibt Gefühle, die mehr das augenblickliche Gestimmtsein dominieren, wie zum Beispiel die Lust, der Spass, die Erregung, die Wut. Diese Emotionen gehören selbstverständlich auch zum Leben, sie verklingen aber rasch. Die Fähigkeiten, sich zu freuen, zu staunen, sich zu wundern, zu hoffen, zu trauern und zu lieben, haben eine ganz andere Qualität. Sie sind nachhaltig, haben eine längerfristige und zukunftsgerichtete Dimension in sich, geben inneren Halt und ermöglichen tiefere Erlebnisfähigkeit. Sie bilden auch den Nährboden für viele andere psychische Fähigkeiten, die ebenfalls eine längerfristige Dimension in sich haben, wie zum Beispiel die Beziehungsfähigkeit, die Frustrationstoleranz, die Konfliktfähigkeit, das Durchhaltevermögen und die Motivation. Wer staunen, sich wundern, und sich begeistern kann, ist und bleibt in der Regel das Leben lang auch interessiert, lernbegierig.

Diese höchsten Gefühle entfalten sich nicht in erster Linie mit Reden darüber, sondern beim Erfahren und Erkunden der Welt. Staunen lernt man beim Sonnenaufgang- oder -untergang, beim Hoffen und Innehalten beim Besuch der schwerkranken Grossmutter im Spital, beim sich Freuen bei der Vorbereitung eines Geburtstagsfests. Und wenn dann die Kinder und Jugendlichen von sich aus über das Erlebte berichten wollen, dann gehen wir selbstverständlich darauf ein. Zwingen wir sie aber dazu, reagieren sie oft abwehrend oder laufen sogar weg. Vielleicht spüren sie intuitiv, dass beim ständigen Reden über die Gefühle etwas verloren geht.

Eine weitere günstige Entwicklungsbedingung hat schon Theresia von Avila im 16. Jahrhundert formuliert: „Wenn Rebhuhn, dann Rebhuhn, wenn fasten, dann fasten.“ Und etwa zweihundert Jahre später hat Johann Wolfgang von Goethe dasselbe gefordert, wenn er das Gedicht „Der Schatzgräber“ mit der Aufforderung schliesst: „Tages Arbeit.

Abends Gäste. Saure Wochen, frohe Feste! Sei dein künftig Zauberwort.“ Mit andern Worten: Es geht im Leben darum, einen angemessenen Rhythmus von Arbeit und Musse, konzentriertem Dialog und lockerer Unterhaltung, stillem Alleinsein und ausgelassener Fröhlichkeit in der Gemeinschaft, von Besinnung und körperlicher Betätigung, von „Hängen“ und Überwinden, Geniessen und Verzichten, usw. zu finden. Mit diesem Prinzip des Atmosphärenwechsels fördern wir auf sanfte Weise die Selbstkontrolle, die Selbstdisziplin und die Selbststeuerung der Kinder, die für eine spätere erfolgreiche Lebensbewältigung notwendige Voraussetzungen sind. Hilfreich bei dieser Rhythmisierung ist die Pflege von Alltagsritualen, zum Beispiel von Heimkehr-, Essens- oder Einschlafritualen. Sie bilden Orientierungspunkte und helfen auf sanfte Weise den Tagesablauf zu strukturieren. Zum Rhythmus gehört das Prinzip der Wiederholung, ein grosses Bedürfnis der Kinder. So wollen sie zum Beispiel eine Geschichte immer wieder genau auf dieselbe Weise erzählt haben und protestieren nur schon bei den kleinsten Abweichungen. Vielleicht weil sie spüren, dass sie dadurch ihren Erlebnis- und Phantasiehorizont erweitern und vertiefen. Darauf weist auch die kürzlich in hohem Alter verstorbene französische Schriftstellerin Benoîte Groult hin. Sie verbrachte als Kind zusammen mit ihrer Schwester die Sommerferien immer bei ihren Grosseltern in der Bretagne, in einem kleinen Fischerdorf: „Wir, wir kamen jedes Jahr wieder, wir fanden unsere Zimmer wieder, ihren Schimmel- und Blumentapetengeruch nach der langen Winterpause, in der grossen Allee erkannten wir das Knirschen der Kieselsteine wieder und auf der Landstrasse das Holzschuhgeklapper der Sardinienverkäuferinnen. Die schönsten Kindheiten entstehen aus dem Wieder.“

Ungünstig hingegen kann sich eine fortwährende „Vermaschung“ der Lebensatmosphären auswirken, wenn zum Beispiel immer gleichzeitig gegessen, gespielt und dazu noch fern gesehen oder wenn bei der Erledigung der Hausaufgaben laute Musik gehört wird, ständig das Handy läutet und immer wieder nachgesehen wird, ob man ein SMS erhalten habe. Manche Kinder, die unruhig, unkonzentriert und hyperaktiv sind, „fahrig“ wirken, leiden nicht an einem ADS (Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom) im eigentlichen Sinne, sondern weil sie von klein auf solch diffusen Lebensbedingungen ausgesetzt sind.

Eine vierte günstige Entwicklungsbedingung ist die Beachtung der Selbsttätigkeit oder des selbständigen Lernens. Die Kinder wollen von klein auf und von sich aus die Welt erkunden, Zusammenhänge entdecken, Vermutungen anstellen, Lösungen finden und aus freien Stücken solange üben, bis sie zum Beispiel einen Bewegungsablauf beherrschen. Dieses eigenständige Lernen von „innen“ heraus kann man eindrücklich beim Spielen

beobachten. Das Kind spielt nicht nur aus Freude, es sucht nicht nur den Wechsel von Anspannung und Entspannung in vielen Wiederholungen, es leistet dabei viel mehr. Es setzt sich handelnd mit der Wirklichkeit auseinander. Es entfaltet und „trainiert“ viele kognitive, emotionale, soziale und psychomotorische Fähigkeiten. Beim Legospielen zum Beispiel wird sein räumliches Vorstellungsvermögen, seine Abstraktions- und Kombinationsfähigkeit angesprochen, zugleich trainiert es die Feinmotorik, übt es das Alleinsein, auch eine soziale Fähigkeit. Denn nur wer allein sein und sich dabei ertragen kann, ist auch beziehungsfähig. Oder bei den Rollenspielen lernt es sich auszudrücken, sich in die Lage und Rolle anderer zu versetzen, sich Geltung zu verschaffen, aber auch sich zurückzunehmen, bei den Regelspielen aufmerksam zu sein, zu gewinnen und zu verlieren, usw. usw. Es gehört zu den elementaren Bedürfnissen und Erfahrungen des Kindes, nicht nur von andern geliebt zu werden, sondern selber etwas zu bewirken, herzustellen, zu erkennen. „Ich kann es“, „Ich habe es selber gemerkt“, „Ich habe es selber“ gemacht“ gehören zu seinen wichtigsten Erfahrungen.

Selbsttätigkeit fördert das Selbstwertgefühl, das Selbstvertrauen und das Selbstbewusstsein. Selbstverständlich braucht es den Anreiz von aussen, Situationen und Umstände, welche diese Art des Lernens überhaupt ermöglichen, zum Beispiel genügend grosse Bastelräume in jedem Wohnblock oder eine kinderfreundliche Umgebung, zum Beispiel Wohnstrassen.

Eine letzte günstige Entwicklungsbedingung: Es ist wohl unbestritten, dass wenige Regeln das Zusammenleben von Menschen erleichtern, sei es in der Familie, in der Schule oder am Arbeitsplatz. So kann zum Beispiel auch schon von vierjährigen Kindern verlangt werden, dass bei der Rückkehr nach Hause die Kleider nicht einfach auf den Boden geschmissen werden, sondern an die Garderobe gehören oder erst mit dem Essen begonnen werden kann, wenn alle geschöpft haben. Je älter die Kinder werden, desto mehr wird es möglich sein, mit ihnen gemeinsam Regeln für das Zusammenleben auszuhandeln: Wann gemeinsam oder allein gegessen wird, wer welche Aufgaben bei der Besorgung des Haushaltes übernimmt, ob man mit oder ohne Rücksprache gegenseitig die Schlafräume benutzen darf oder wie man sich begrüsst und verabschiedet. Mit solchen und ähnlichen Regeln fördern wir die Fähigkeit der Kinder, auch auf die Bedürfnisse und Eigenarten anderer Rücksicht zu nehmen. Mit Regeln und Grenzziehungen helfen wir ihnen, Wünsche und aktuelle Bedürfnisse um längerfristiger Ziele willen zurückzustellen, und stärken auch auf diese Weise ihre Selbstkontrolle und Frustrationstoleranz. Werden Regeln nicht eingehalten und Grenzen verletzt, muss es angemessen sanktioniert werden. Wenn zum Beispiel ein Kind im Warenhaus eine Schokolade mitgehen lässt, liegt es auf

der Hand, dass es sich dafür entschuldigt und sie mit seinem Taschengeld bezahlt. Es gilt in diesem Zusammenhang zu betonen, dass Regeln und Grenzziehungen von den Kindern und Jugendlichen nur angenommen werden, wenn die zuvor beschriebenen günstigen Entwicklungsbedingungen einigermaßen verwirklicht sind. Sie unterlaufen sie oder protestieren bewusst mit häufigen Grenzverletzungen, wenn sie emotional vernachlässigt werden.

Sind diese günstigen Entwicklungsbedingungen einigermaßen gegeben, entwickelt sich das Kind im Idealfall seinen Fähigkeiten und Begrenzungen entsprechend und sucht auch in seinem späteren Leben jene Erfahrungs- und Erlebniswelten auf, die seinem Wesen, seinen Neigungen, seinen Begabungen, seinen Bedürfnissen und seinen Interessen entgegen kommen. Es ist ein grosser Irrtum zu meinen, wir könnten die Kinder einfach nach unseren Vorstellungen formen. Übrigens eine Auffassung von Erziehung, die derzeit, vor allem bei professionellen Pädagogen, weit verbreitet ist. Es werden eifrig über die Köpfe der Kinder hinweg Entwicklungs- und Förderpläne formuliert. Dabei wird übersehen, dass diese vielmehr ihren inneren Weg gehen und man ist dann verwundert, wenn sie sich ganz anders entwickeln, als nach den in diesen Plänen formulierten Verhaltenszielen.

Nur schon die Verwirklichung dieser wenigen günstigen Entwicklungsbedingungen ist für Eltern und andere Bezugspersonen der Kinder eine grosse und anspruchsvolle Aufgabe, eine strenge Knochenarbeit, die viel Energie kostet. Die Kinder leisten Widerstand, kritisieren uns, wollen ihre Vorstellungen verwirklicht haben, fühlen sich ungerecht behandelt, haben emotionale Ausbrüche, streiten sich ständig mit den Geschwistern, wollen die Hausaufgaben nicht erledigen, usw. Es gelingt uns Erwachsenen verständlicherweise nicht immer, darauf angemessen zu antworten bzw. zu reagieren. Wir finden nicht immer die richtigen Worte, fällen manchmal falsche Urteile und sind bisweilen ungerecht. Mit andern Worten, auf der Ebene des Verhaltens sind wir oft unzulänglich. Ich habe von den Kindern und den Jugendlichen gelernt, dass sie gegenüber solchen Unzulänglichkeiten in unserem Verhalten sehr versöhnlich sind, wenn sie wahrnehmen, dass wir uns unserem Vermögen entsprechend echt um sie kümmern, für sie da sind, ihnen grundsätzlich wohlwollend, aufmerksam, einfühlsam und engagiert begegnen. Und dafür haben schon kleine Kinder ein feines Gespür. Sie können unsere Haltungen, Einstellungen, Gefühle und auch die Erwartungen ihnen gegenüber treffend deuten. Wenn sich grössere Schwierigkeiten in der Beziehung mit ihnen einstellen, dann gilt es deshalb nicht in erster Linie nach Verhaltensrezepten oder Methoden Ausschau zu halten, sondern zunächst zu fragen, ob allenfalls gewisse Haltungen verloren gegangen sind.

Damit Eltern ihre Verantwortung wahrnehmen können, brauchen auch sie günstige Bedingungen: angemessene Mutter- und Vaterschaftsurlaube, wenn möglich flexible Arbeitszeiten, insbesondere erschwingliche Kindertagesstätten und Tagesschulen. Dann kann von ihnen auch erwartet werden, dass die Kinder, wenn sie nach Hause zurückkehren, von vertrauten Bezugspersonen verlässlich empfangen werden. Denn „Heimat ist dort, wo mich jemand erwartet“ (Max Frisch).

Die Verwirklichung der dargestellten günstigen Entwicklungsbedingungen und der angedeuteten Haltungen garantiert aber noch keineswegs ein Gelingen der Lebensbewältigung der Kinder in ihrem späteren Leben. Es gibt Menschen, die unter guten Bedingungen aufgewachsen sind und trotzdem mit sich und der Welt nicht zurechtkommen, - ein schweres Leben haben. Sie sind von Natur aus leicht verletzlich, verwundbar (vulnerabel), überaus ängstlich oder in sich gekehrt. Viel zusätzliches Leid wurde und wird immer noch in vielen Familien geschaffen, weil die Eltern bzw. deren Erziehungsstil für gewisse Nöte oder sogar psychische Störungen (Autismus, gewisse Formen des Mutismus, Schizophrenie, bestimmte Depressionen, Suizide) völlig zu Unrecht verantwortlich gemacht werden. Andererseits gibt es auch Menschen, die unter äusserst widrigen Bedingungen gross geworden sind und trotzdem lebensstüchtige, zufriedene und fröhliche Menschen sind. Sie sind höchstwahrscheinlich von Natur aus äusserst robust, belastbar, vital, sehr widerstandsfähig. Dies erklärt vielleicht teilweise auch die Tatsache, dass in derselben Familie sich die Geschwister sehr unterschiedlich entwickeln können. So wehrt sich zum Beispiel das temperamentvolle, vitale und robuste Kind gegenüber gut gemeinten, aber erdrückenden Erwartungen der Eltern und geht seinen eigenen, inneren Weg, während das zartere, feinfühligere vielleicht daran zerbricht.

Dr.phil. Leo Gehrig
Fachpsychologe FSP
Im Schmittenacher 13
8413 Neftenbach