

Wie werden Kinder selbstständig?

Die Sicht der evolutionären Verhaltensforschung



Alle Eltern wünschen sich das: selbstständige Kinder. Schließlich müssen sie später einmal in der Welt ihren Mann oder ihre Frau stehen! Auch der Familienalltag ist entspannter, wenn die Kleinen auch ein Stück weit für sich selber sorgen können. Und im großen Schema der Dinge ist Selbstständigkeit ja sowieso der Geschäftszweck des Groß-Werdens - schließlich sind alle Eltern dieser Erde im wahrsten Sinn des Wortes Auslaufmodelle.

Wie aber werden Kinder selbstständig? Wenn das Auf-den-eigenen-Beinen-Stehen die eigentliche Erfüllung der Kindheit ist – sollten die Kleinen das dann nicht automatisch erlernen? So wie sie ja auch das Laufen auf den eigenen Beinen erlernen – und zwar selbst dann, wenn ihnen da niemand eine Anleitung gibt, sie zwingt oder mit ihnen übt?

Oder sind die Kinder von Natur aus eher zufrieden, wenn sie gut versorgt im Nest der Eltern hocken? Und kommen erst dann auf Trab, wenn man sie – sanft aber entschlossen – aus dem bequemen Nestchen drängt? So manchem Vögelchen muss ja zum Fliegen ein bisschen nachgeholfen werden...

Früh anfangen?

Eine populäre Annahme unter Eltern ist ja die: sie könnten ihre Kinder rasch auf den Weg zur Selbstständigkeit bringen, indem sie ihnen schon als Babys beibringen, ihre Angelegenheiten selbst zu regeln. Selbst einschlafen, sich selbst trösten, wenn sie weinen, früh schon im eigenen Zimmer schlafen – all das sei ein Schritt in die Unabhängigkeit. Das größte Hindernis für die

Entwicklung der Selbstständigkeit sei schließlich die *Verwöhnung* – also dass die Kleinen sich daran gewöhnen, alles zu kriegen, was sie fordern.

Und sie fordern ja einiges, in der Tat – insbesondere ganz viel Nähe! Wenn es nach den Kleinen geht würden sie am liebsten

- ▶ ... immer gestillt werden, wenn sie hungrig sind (auch dann, wenn die letzte Mahlzeit vielleicht erst eine oder zwei Stunden zurück liegt
- ▶ ... gerne auch dann an den Körper eines Großen, wenn sie sich mal erschrecken oder ihnen sonstwie das Leben nicht geheuer ist
- ▶ ... viel getragen werden
- ▶ ... nachts bei ihrer Mutter schlafen
- ▶ ... überhaupt viel Nähe und Zuwendung abbekommen!

Das volle Verwöhnprogramm also! Wie sollen die so „nach Wunsch“ versorgten Kleinen denn jemals groß werden!

Ein Rätsel der Evolution

Ein Rätsel in der Tat. Evolutionsbiologen nennen es das „Näheparadox“. Die Wissenschaft von der Evolution des Menschen weist tatsächlich auf ein Dilemma. Sie betrachtet ja die menschliche (und damit auch die kindliche...) Entwicklung aus Sicht der Menschheitsgeschichte. Sie geht dabei von dem Grundgedanken aus, dass sich Kinder keineswegs willkürlich entwickeln – dass sie vielmehr auch heute noch in ihrer Entwicklung einem Muster folgen, das sich aus den Lebensbedingungen der Vergangenheit ableitet. Tatsächlich hat sich ja auch bei Homo sapiens, wie bei den anderen Lebewesen auch, von Generation zu Generation eine Art Entwicklungsplan eingeschliffen. Dieses Gerüst hat sich als Antwort auf die Herausforderungen gebildet, vor denen die Kinder in der Geschichte immer wieder gestanden sind. Das ist das Prinzip der Evolution.

Tatsächlich mussten die Kinder auf ihrem Weg durch die Menschheitsgeschichte all das perfektionieren, was einem kleinen, unreifen Menschen hilft, ein großer, erfolgreicher Erwachsener zu werden. Sie mussten lernen, wie man die vielen Kurven ins Erwachsenenleben am besten nimmt, eine Kehre nach der nächsten. Die kindliche Entwicklung stellt damit eine Auswahl dessen dar, was FUNKTIONIERT hat. Und diese Wurzeln bilden auch heute noch das Fundament des Großwerdens. Kinder brauchen heute das gleiche Maß an Bewegung, um gesund zu bleiben, wie vor Tausenden von Jahren. Sie brauchen dieselben Zutaten, um ihr Urvertrauen auszubilden. Sie bilden ihr „soziales Rückgrat“ nicht anders als Kinder früherer Generationen. Ja, selbst ihre berüchtigten Verhaltensweisen – von der Gemüseverweigerung der Kleinkinder, bis hin zur Trotzphase, ja, zu den Wirren der Pubertät – lassen sich nur verstehen, wenn man die Bedingungen in Rechnung stellt, unter denen Kinder in ihrer evolutionären Vergangenheit groß geworden sind.

Erhalte neue Beiträge per E-Mail

Email-Adresse

Abonnieren

Und diese Bedingungen waren zu 99% der menschlichen Geschichte an das Leben als Jäger und Sammler geknüpft. Bis die Menschen sesshaft wurden (das passierte in Mittel- und Nordeuropa erst vor etwa 4000-5000 Jahren), lebten die Menschen diesen Lebensstil.

Verwöhnung durch Nähe?

Und er hatte einen unverhandelbaren Kern: die Nähe zu den kleinen Kindern! Das war ihr Ticket zum Überleben, und es war unverhandelbar. Nehmen wir nur ihren Schlaf: Ein Kind, das ohne zu zögern alleine unter den viel besungenen Sternlein am Himmel eingeschlafen wäre, wäre spätestens am nächsten Morgen ein totes Baby gewesen. Es wäre von Hyänen verschleppt, von Nagetieren angeknabbert oder bei einem nächtlichen Temperatursturz unterkühlt worden. Bis die Menschen sesshaft waren – die paar Tausend Jahre, die seither vergangen sind, sind im evolutionären Maßstab nur ein Augenblick – war der einzige sichere Schlafplatz für leckere kleine Geschöpfe dicht bei einem vertrauten Erwachsenen.

Auch dass kleine Kinder viel getragen wurden, dass sie häufig, nach Bedarf und lange gestillt wurden – all das war Teil des normalen Aufwachsens unter arttypischen Lebensbedingungen. Ganz einfach: Nähe bedeutete Schutz – und davon konnten Kinder in einer Zeit als noch die wilden Tiere ums Lager schlichen und es noch keine Dreifachglasfenster und Zentralheizungen gab, nicht genug bekommen!

Dass Kinder durch das Gewähren von Nähe verwöhnt oder in ihrer Entwicklung zur Selbstständigkeit behindert würden, ist damit aus Sicht der Evolution nicht plausibel. Unsere Kinder stammen aus einer Welt, in der es *lebensgefährlich* gewesen wäre, ihnen Nähe vorzuenthalten.

Andere Zeiten – andere Kinder?

Aber ist der Vergleich mit der Vergangenheit überhaupt zulässig? Die Umwelt ist heute garantiert tigerfrei, die Heizung funktioniert, die Eltern sorgen auf moderne Art für den Schutz der Kleinen.

Wenn da nicht die Instinkte der Kinder wären. Mit denen leben unsere Kinder noch immer in der „vergangenen“ Welt, in der ihr wichtigster Schutz aus der Nähe vertrauter, starker Erwachsener bestand. Dass die Eltern die Webcam über dem Bettchen laufen haben, das spürt ein Baby nicht. Woher soll es denn wissen, dass die Tür sicher verschlossen ist und es Bären nur noch im Zoo gibt? Sicherheit kann das Baby zunächst nur körperlich erfahren, durch Berührungen, Gerüche, durch sinnliche Erfahrungen also. Sein von der Evolution gestricktes Gefühlskleid hat sich durch die Erfindung des Babyphones ja nicht geändert.



Wer noch zweifelt, mag sich an einen Campingurlaub erinnern. Da raschelt es dort draußen, da streicht vielleicht ein Igel durchs Gebüsch – wirklich ein Igel? In der Ferne hört man Laute, die man sonst nie hört, und wenn es zu tröpfeln beginnt, droht gewiss ein Sturm. Selbst uns Erwachsene treibt es da näher zueinander (dabei wissen wir ja tatsächlich, dass die Geräusche dort draußen von keinem Säbelzahnstier stammen!). In der sichersten aller Welten bekommen selbst wir Großen es mit der Angst zu tun.

Würden wir unseren Säugling da in ein eigenes Zelt legen? Undenkbar! Undenkbar selbst in lauen Nächten, in denen ein Baby nicht gleich erfrieren würde, wenn es sich aus seinem Schlaf-sack strampelt. Undenkbar erst recht in einer Umwelt, in der draußen ein Wildbach rauscht, Raubtiere nach Beute suchen und in der die Temperatur eben nicht auf die empfohlenen 16–18 Grad einzustellen war.

Nähe stärkt

Dass das evolutionäre Erbe weiter wirkt, zeigt die Wissenschaft. Nach ihren Befunden schreien Babys, die verlässlich getröstet werden, später eben nicht mehr, sondern weniger als solche, die “warten” mussten. Säuglinge, die regelmäßig am Körper getragen werden, sind ausgeglichener. Sie weinen insgesamt weniger und fühlen sich, wie Tests von Entwicklungspsychologen zeigen, in ihrer Beziehung zu den Eltern sicherer. Und Mütter, die ihre Neugeborenen häufig bei sich haben, leiden seltener an den gefürchteten Wochenbett-Depressionen.

Körperliche Nähe ist also heute noch „eingepflanzt“. Und sie stärkt nicht nur das Baby, sie stärkt auch die Mutter – ein Hinweis darauf, dass das Leben mit einem Säugling kein Tauziehen ist, wie es manchmal dargestellt wird, sondern ein wechselseitiges Geben und Nehmen.

Beobachtungen aus anderen Ländern

Auch kulturvergleichende Beobachtungen sprechen gegen die Annahme, dass Säuglinge dadurch selbstständig würden, dass sie schon früh von verlässlicher elterlicher Zuwendung entwöhnt werden. So sind Kinder im Westen trotz der vielen »Selbstständigkeitsbemühungen« der Eltern durchschnittlich erst weitaus später in der Lage, sich von ihren Müttern zu trennen, als Kinder in traditionellen Gesellschaften. So haben malayische Kinder im Schnitt mit 21

Monaten kein Problem mehr, sich von ihren Müttern zu trennen, deutsche Kinder brauchen dazu durchschnittlich 36 Monate. Wenn Kinder bei uns in die Schule kommen, gehen Kinder in vielen Jäger- und Sammlergesellschaften in der Kindergruppe ohne Erwachsenenaufsicht auf Kleintierjagd, besuchen andere Familien und bleiben dort auch oft über Nacht.

Jeder, der schon mal in traditionelle Kulturen, etwa durch Westafrika oder Indien gereist ist, kann das bestätigen. Da bekommen die kleinen Kinder genau diese – hierzulande oft als „verwöhnend“ verdächtigten – Zutaten fraglos, ohne Diskussion und ohne schlechtes Gewissen. Da werden die kleinen Menschlein gestillt, sobald sie einen Mucks machen. Wenn sie weinen, ist immer gleich jemand zur Stelle. Sie schlafen nachts an der Seite ihrer Mutter. Und getragen werden sie so ziemlich die ganze Zeit. Das volle Verwöhn-Programm! Und doch fehlt von verwöhnten Kindern jede Spur, im Gegenteil: die Kinder sind relativ früh selbstständig, übernehmen als Jugendliche Aufgaben für die Familie, sind höflich und sozial kompetent.

Wie werden Kinder stark und selbstständig?

Aber zurück zu der wohl wichtigsten Entwicklungsaufgabe der Kinder – nämlich dass sie einmal mit dem Leben klar kommen so wie es ist – widerspenstig, wenig geordnet und hart bisweilen? Steht einem Kind die weiche Behandlung am Lebensanfang da nicht im Wege? Passt da nicht eher, dass wir den Kleinen auch einmal etwas Härte und ein bisschen Frust zumuten? Dass wir ihnen eben *nicht* ein Paradies anbieten?

Blicken wir noch einmal zurück in die evolutionäre Geschichte. Wir dürfen sicher sein, dass die an viel Nähe gewohnten Babys der Vergangenheit selbstständig wurden – ganz sicher. Die Welt unserer Vorfahren war nicht mit Plüsch ausgelegt. Und sie musste von jeder Generation von Kindern neu bewältigt und „gezähmt“ werden. Schon mit drei, vier Jahren mussten sich die Kleinen in der Gruppe der anderen Kinder des Stammes bewähren – Mama war jetzt voll und ganz mit einem Neuankömmling beschäftigt. Das lange Zeit in Nähe umsorgte Kind war jetzt stark auf seine eigenen Kräfte und Möglichkeiten angewiesen.

Meine Bücher:









Wie schaffen die das? So „zart“ behandelt zu werden, und dann doch selbstständig zu werden? So intensiv umsorgt zu werden, und dann später doch stark und widerstandsfähig zu sein? Diese Frage führt uns weg von allzu einfachen Annahmen. Sie führt uns hin zu unseren Kindern und ihrer nicht immer geradlinigen Entwicklung. Und sie führt uns ein Stück weit auch über die Eltern hinaus.

Denn Kinder, und selbst schon Babys, haben nicht nur ein „Näheprogramm“, das sie beständig an die Brust der Mutter treibt oder sie auf irgendeinem Schoß festnagelt – sie haben vielmehr auch ein „Erforschungsprogramm“, von Psychologen oft auch Selbstwirksamkeitstrieb genannt. Dieses Programm treibt kleine Kinder von innen heraus dazu, selbst „wirksam“ zu sein, zu erforschen, die Welt zu begreifen und in sie einzugreifen. Wir wissen heute, dass dieses Entdeckerprogramm von den Kindern dann genutzt wird, wenn sie sich sicher und ermutigt fühlen – wenn sie wissen, dass sie sich auf ihre Bezugspersonen verlassen können. Dürfen Kinder diesen Trieb ausleben, so erleben sie sich als eigene, „bewegende“ Person – nicht nur als Anhängsel der Eltern, sondern als eigener Mensch. *Das ist der erste Schritt zur Selbstständigkeit.* Kinder brauchen Grenzen, heißt es immer – das mag sein, und das echte Leben geizt ja auch nicht mit Hindernissen und mit Grenzen. Aber Kinder brauchen auch das Gegenteil von Grenzen: Sie brauchen Entfaltungsraum, Erforschungsraum – und Eltern, die ihnen den nicht aus Angst, Sorge oder Verzagtheit (oder auch im Namen noch so gut gemeinter „Förderung“) vorenthalten.

Der zweite Schritt zur Selbstständigkeit kommt etwas später und führt das Kind zu seiner eigentlichen Bestimmung – nämlich in die Gruppe der Kinder hinein. Aus Sicht der Evolution nämlich war die Kindergruppe sozusagen der natürliche Hort, nachdem die Kleinen von der Brust entwöhnt und aus dem Schoß der Mutter „katapultiert“ waren. (Dieses Katapult wurde verlässlich durch die Geburt eines Geschwisterchens in Gang gesetzt, denn auch dieses Baby war ja wie alle Steinzeitbabys für die Mutter ein 24-Stunden-Projekt...). Und dieses Leben in der spielenden, zu einem großen Teil aus sich selbst heraus gesteuerten Kindergruppe

bedeutete vor allem das: Lernen sich auf andere einzustellen, lernen mit der „widerständigen“ Umwelt klar zu kommen, lernen, seine Emotionen zu regeln, lernen sich Ziele zu setzen und diese zu erreichen. Die Entwicklungspsychologie entdeckt heute, wie sehr dieses Leben auf Augenhöhe mit anderen Kindern den Kleinen im Blut steckt, auch heute noch. Auch Kinder brauchen ihren *eigenen* Weg.

Kindliche Bedürfnisse im Gleichgewicht

Damit schließt sich der Kreis. Aus evolutionärer Sicht bekamen Kinder viel Nähe – mehr als wir ihnen heute oft geben wollen oder auch können. Aber sie bekamen eben *auch* Gelegenheit zur Selbstfindung – und auch da: *viel* davon! Und das insbesondere durch die, ja, „Nähe“ zu anderen Kindern, die ihren eigenen Kopf, ihre eigenen Vorstellungen, Ziele und Forderungen in den Ring werfen. *Da* musste sich ein Kind zurechtfinden, *da* entwickelte es sein soziales Geschick und die Fähigkeit mit anderen klar zu kommen und zu kooperieren. *Da* lernte es die „Grenzen“ kennen – Grenzen wie sie das Leben der anderen schreibt, nicht irgendein pädagogischer Ratgeber.

Und damit wäre ich auch bei der Definition des Verwöhrens angekommen, so wie ich es sehe: einem verwöhnten Kind fehlt es an Selbstständigkeit und an Kompetenz im Umgang mit sich selbst und seiner sozialen Welt. Es hat diesen Teil der Entwicklung einfach nicht einüben können. Und so bleibt es auf sein vorheriges Ich, sein Säuglings-Ich, festgenagelt. Es kann sich nicht selbst regulieren und nicht in Beziehungen einbringen. Es sieht deshalb immer nur seine eigenen Wünsche.

Kurz: Ob ein Kind „Verwöhnung“ erfährt, entscheidet sich an dem Beziehungsmodell, in dem es lebt: Geben seine Beziehungen ihm Sicherheit? Beruhen sie auf einem authentischen Austausch, oder geht es da immer nur um Rollen und Ziele (brav sein, klug sein, putzig und nett)? Kann er seinen „sicheren Hafen“ nutzen, um Kind zu sein – und das heisst: die Welt er-spielen und erforschen, mit anderen Kindern?

Ich weiß nur eines. Kleine Kinder suchen, brauchen und schätzen die Nähe ihrer Bezugspersonen, und das aus einem guten Grund. Aber sie wollen nicht *verwöhnt* werden. Woher ich das weiß? Weil wir sonst heute nicht hier wären. Hätten die Kinder in ihrer evolutionären Vergangenheit auf Verwöhnung gepocht, dann wären sie irgendwo aus der Kurve des Lebens geflogen. Sie wären nicht unsere Vorfahren geworden. Und wir würden uns nicht darüber streiten müssen, wie Kinder denn im dritten Jahrtausend selbstständig werden.

Dieser Beitrag beruht auf dem Buch des Kinderarztes und Wissenschaftlers Dr. Herbert Renz-Polster: „Menschenkinder – Plädoyer für eine artgerechte Erziehung“. Es stellt die vielen Behauptungen und Theorien über Kinder konsequent auf den Prüfstand.