

# Neue Zürcher Zeitung

## KOMMENTAR

Psychisch gesunde Kinder aufziehen – die Forschung weiss heute, wie das geht. Doch bei vielen Eltern ist das Wissen noch nicht angekommen

Wie Kinder in unserer Gesellschaft aufwachsen und erzogen werden, das betrifft uns alle. Wir müssen Eltern dazu ermächtigen, ihre Erziehungsverantwortung besser wahrzunehmen.

Eveline Geiser

204 Kommentare →

12.06.2023, 05.30 Uhr



Viele Eltern verkennen die Bedürfnisse ihrer Kinder, weil sie zu wenig entwicklungspsychologisches Wissen haben.

Cabalar / EPA

Eine «schwere Kindheit». Dieser Ausdruck fällt häufig, wenn jemand im Erwachsenenalter nicht auf eigenen Beinen stehen kann. Gemeint ist eine Kindheit, die von Gewalt, Vernachlässigung oder Erniedrigung geprägt war. Gleichzeitig hält sich das Credo hartnäckig: Erziehung ist Privatsache.

Unstrittig ist, dass die Erziehungsverantwortung bei den Eltern oder Erziehungsberechtigten liegt. Doch dass die nächste Generation gesund aufwachsen kann, das muss die ganze Gesellschaft unterstützen. Auch deshalb haben National- und Ständerat im Dezember 2022 beschlossen, das Recht des Kindes auf eine gewaltfreie Erziehung im Schweizerischen Zivilgesetzbuch zu verankern.

Eltern in ihrer Erziehungsverantwortung unterstützen

In einem Punkt sind sich die meisten Eltern einig: Sie wollen ihren Kindern gute Eltern sein. Deswegen fällt es auf fruchtbaren Boden, wenn die Schule sie über die Notwendigkeit des Zähneputzens informiert oder beim Kinderarzt Broschüren über gesunde Ernährung auflegen. Umso erstaunlicher ist es, dass die gesunde psychische Entwicklung des Kindes kaum je thematisiert wird.

Die Eidgenössische Kommission für Kinder- und Jugendfragen fordert weitere Massnahmen: Prävention. Besonders Eltern von Kleinkindern sollten darüber aufgeklärt werden, was Gewalt gegen Kinder ist und warum sie die kindliche Entwicklung schädigt.

Denn Fachleute sind sich einig. Ein gewaltfreier und wertschätzender Umgang der Eltern im Erziehungsalltag ist zwar keine Garantie, aber doch ein Schutzfaktor für eine gesunde psychische Entwicklung des Kindes.

Doch während Prävention im medizinischen Bereich gesellschaftlich akzeptiert ist, tun wir uns im pädagogisch-psychologischen Bereich schwer.

## Psychologische Forschung jenseits von Ideologie

Die Scheu ist gross, von staatlicher Seite über Erziehung zu sprechen. Präsent sind Schreckensberichte aus totalitären Systemen, in denen die Bevölkerung von klein auf ideologisch indoktriniert wird. Als Gesellschaft möchten wir uns nicht zu sehr in vermeintlich Privates einmischen. Dabei sind derartige Befürchtungen in einer funktionierenden Demokratie wie der unseren wenig realistisch.

Vor allem aber wird dabei übersehen, dass die Psychologie und Erziehungswissenschaft heute grundlegend anders aufgestellt sind als noch vor 50 Jahren. Vorbei sind die Zeiten, in denen pädagogische und oft auch psychologische Aussagen von Fachleuten auf Spekulationen über eine vermeintlich «gute» Erziehung beruhten.

Seit Mitte des letzten Jahrhunderts hat sich die Psychologie und damit auch die Pädagogik zu einer Wissenschaft gemausert, die Zusammenhänge zwischen Erziehungsverhalten und psychischer Gesundheit empirisch erforscht. Aufgrund dieser Untersuchungen verstehen Psychologen auch die altersabhängigen Fähigkeiten und Entwicklungsschritte von Kindern besser als je zuvor.

Eine Erziehung, die altersabhängige Bedürfnisse des Kindes berücksichtigt, vermittelt dem Kind Sicherheit und stärkt seine Psyche. Das wissen wir heute. Denn das Kind entwickelt dadurch ein gesundes Selbstvertrauen und emotionale Kompetenz. Im Gegensatz dazu kann eine autoritäre Erziehung dem Kind schaden. Denn sie vernachlässigt die Bedürfnisse und Gefühle des Kindes – sie geht mit psychischer Gewalt einher.

Obige Aussagen sind keine spekulative Meinung, sondern beruhen wie etwa das Wissen um die Notwendigkeit des Zähneputzens auf empirischen Erkenntnissen. Das rechtfertigt, dass dieses Wissen in präventive Massnahmen übersetzt wird. Was beim Zähneputzen funktioniert, kann auch in der Erziehung gelingen.

Eltern müssen informierte Entscheidungen treffen können

Ein Positionspapier der Eidgenössischen Kommission für Kinder- und Jugendfragen (EKKJ) fasst zusammen, was mit psychischer Gewalt gemeint ist. Dazu zählen laut den Forschern Liebesentzug, Androhung von physischer Strafe, Demütigung, Angstmachen, Blossstellen, Vernachlässigen und Ignorieren.

Solches Verhalten bedroht existenzielle Grundbedürfnisse des Kindes und schädigt sein Selbstwertgefühl. Mehr noch: Aus heutiger Sicht sollte man solches eigentlich nicht «Erziehung» nennen. Denn wir wissen, psychische Gewalt ist nicht nur schädlich, sondern auch nicht zielführend. Wird ein Kind beispielsweise angeschrien, schaltet es aufgrund des grossen Stresses in eine

Art «Überlebensmodus». Lernen ist dann nicht möglich.

Eindrücklich illustrierte dies jüngst eine Studie an über 1000 Familien mit Kindern. Je häufiger Kinder angeschrien werden, desto eher zeigen sie später nicht nur depressive Symptome, sondern auch Verhaltensprobleme, etwa in der Schule. Über entsprechende Veränderungen in der Gehirnstruktur des Kindes wurde kürzlich von Forschern der Harvard University berichtet.

Gemäss der von der EKKJ zitierten Studie ist psychische Gewalt gegenüber Kindern in der Schweiz häufig. «Mehr als zwei Drittel der befragten Eltern geben an, diese Formen von Bestrafung anzuwenden», schreibt sie. Damit ist jedes vierte Kind von psychischer Gewalt betroffen. Kinder unter 6 Jahren erleben zusätzlich dazu noch häufig physische Gewalt.

Das allein rechtfertigt Gesetzesänderungen und präventive Massnahmen. Wie diese aussehen müssen, das zeigt ein weiteres Ergebnis der Studie: Offenbar wissen viele Eltern nicht, dass sie Gewalt ausüben!

Nur wer weiss, was ein Kind – und besonders ein Kleinkind – verstehen kann und was nicht, kann es auch kompetent in seiner Entwicklung begleiten. Kurz, das heute verfügbare psychologische Wissen muss in der Gesellschaft ankommen. Bei Fachkräften in der Kleinkindbetreuung und bei Pädagogen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, gehört dieses Wissen zur Ausbildung. Auch die Erziehungsarbeit der Eltern würde durch dieses Wissen verbessert.

Die Erforschung von Erziehung und psychischer Gesundheit wurde in den letzten Jahren – meist mit öffentlichen Geldern – an Universitäten und Fachhochschulen vorangetrieben. Doch anders als neue technologische Erkenntnisse werden die Ergebnisse viel langsamer in die Gesellschaft getragen. Finanzielle Anreize gibt es dafür kaum. Es braucht andere Wege, um dieses Wissen zu verbreiten.

## Eine Frage des Respekts

Ist das entwicklungspsychologische Wissen erst bei den Erziehungsberechtigten angelangt, so lassen sich die Handlungsempfehlungen der Entwicklungspsychologie in einem Wort zusammenfassen: Respekt. Respekt vor den Bedürfnissen des Kindes und Respekt des Stärkeren vor dem Schwächeren.

Kaum eine soziale Hierarchie ist so ausgeprägt wie das Machtgefälle zwischen Eltern und Kind. Es ist seinen Eltern über Jahre ausgeliefert. Schwächeren mit Respekt zu begegnen, ist keine Selbstverständlichkeit, sondern eine kulturelle Leistung – sie wird erlernt.

Anderes kulturelles Wissen vermitteln wir der nächsten Generation in der Schule. Jedes Kind lernt dort Lesen und Rechnen. Daneben werden kulturelle Normen aber auch durch Vorbilder weitergegeben. So erstaunt es nicht, dass sich ein Erziehungsstil oft innerhalb einer Familie fortsetzt.

Ein respektvoller Umgang mit Schwächeren kann als eine Art soziale Alphabetisierung gesehen werden. Als Gesellschaft sollten wir uns nicht scheuen, diese voranzutreiben. Und zwar aus demselben Grund, aus dem wir auf die Wichtigkeit von Zähneputzen hinweisen. Weil dessen Vorteile wissenschaftlich erwiesen sind.

## 204 Kommentare

Friedhold Matz vor etwa 5 Stunden

Die Annahme des Kindes und dies ihm zu zeigen, ohne wenn und aber ist die erste Basis! Dann folgt die Echtheit seines eigenen Tuns, d.h. ein authentisches Vorleben, dass nichts und niemand auf dieser Welt perfekt ist und dass es ständig Probleme gibt, die sich lösen oder auch nicht lösen lassen; das nennt man realistisches Vorleben. Versuchen, die eigenen Bedürfnisse möglichst reibungsfrei in die Gesellschaft einzubringen, das ist die Kunst und dabei beachten, dass sich gesellschaftliche Regeln und Werte ändern können - ein wesentlicher Punkt - da Veränderungen und nicht statische Zustände