

Wie verwöhnt man Kinder?

Können Babys und Kleinkinder zu viel Zuwendung bekommen?

Wenn Kinder in den ersten Lebensjahren viel Nähe von ihren Bezugspersonen bekommen, wenn sie getragen, nach Bedarf gestillt, bei Kummer gleich getröstet werden – ist das als Vorbereitung auf das weitere Leben gut oder problematisch?

Ein Beitrag von Herbert Renz-Polster

Wenn Eltern ihren Babys und Kleinkindern viel Nähe geben, dann ist oft rasch jemand zur Stelle, der davor warnt, dass das Kleine dadurch „verwöhnt“ werde. So wurde ich einmal von einer Elternzeitschrift gefragt, ob ein Kind verwöhnt werde, wenn es nach Bedarf gestillt werde (und zwar auch nachts!), wenn es auf den Arm genommen werde, wenn es schreit oder wenn man es häufig ins Tragetuch nimmt. Neuerdings sorgt der dreijährige Aram via Times Magazine für Fragen und Verwirrung. [Das Titelbild zeigt ihn an der Brust seiner Mutter](#) – Verwöhnung?

Als Antwort darauf hätte ich gerne zu einer Reise eingeladen in Länder, in denen Kinder genau diese – möglicherweise verwöhnenden – Zutaten fraglos, ohne Diskussion und ohne schlechtes Gewissen bekommen. Ich denke da beispielsweise an meine eigenen Reisen nach Afrika und Asien. 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.



Ein Paradox?

Keineswegs. Bedienen wir uns zur Lösung des Rätsels eines Werkzeugs, das sich zum Verständnis der kindlichen Entwicklung auch bei anderen Themen hervorragend bewährt – dem Blick auf die evolutionäre Geschichte des Menschen. Über mehr als 99% der Menschheitsgeschichte war die Nähe vertrauter Erwachsener und ihre unmittelbare Zuwendung für kleine Kinder das Ticket zum Überleben. Dass kleine Kinder viel getragen wurden, dass sie häufig, nach Bedarf und lange gestillt wurden, dass sie nachts bei ihrer Mutter schliefen – 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 Hyänen ums Lager schlichen und es noch keine Dreifachglasfenster und Zentralheizungen gab, nicht genug bekommen!

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

Der Blick in die Vergangenheit zeigt jedenfalls eines: Wir können das Verwöhn-Gespenst nicht dadurch bannen, dass wir unsere Kinder auf Distanz halten.

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 Säbelzähntiger 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 Schlafsack 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 hilft früher Hautkontakt den Babys bei der Anpassung ihres Stoffwechsels nach der Geburt. Eine Unterzuckerung etwa kommt am Körper der Mutter weitaus seltener vor. Atmung, Kreislauf und Körpertemperatur sind bei Körperkontakt stabiler, und auch das Stillen klappt Haut an Haut besser. Von Frühgeborenen ist bekannt, dass sie bei „Känguruh-Pflege“ (bei der das Baby statt im Inkubator zeitweise am Körper der Mutter liegt) schneller wachsen und ein stärkeres Immunsystem entwickeln.

Die Nähe scheint aber nicht nur dem Körper gutzutun, sondern auch der Seele. Babys, die verlässlich getröstet werden, schreien 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 auch heute noch „eingeplant“. 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.

Wie werden Kinder stark und selbstständig?

Aber wie passt das alles zu der 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.

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 Verwöhnens 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.

Schwenken wir also noch einmal zu Aram vom Cover des Times Magazines. Ob er verwöhnt wird? Ich weiß es nicht, dafür kenne ich sein Leben zu wenig. Ich weiß nur das: Wenn er verwöhnt wird, dann nicht dadurch, dass er noch ab und zu an der Brust seiner Mutter trinkt. Diese Erfahrung teilt er mit den meisten Kindern, die bisher auf dieser Erde gelebt haben (bis in die Neuzeit war der Zuschlag aus der Brust auch im Kleinkindalter normal und ist es in vielen Gesellschaften noch heute). Ob Aram „Verwöhnung“ erfährt, entscheidet sich vielmehr an seinem Lebensmodell: In welchen Beziehungen lebt er? Geben sie 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, 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 bei Kindern „Verwöhnung“ entsteht.



Dieser Artikel beruht auf dem Buch des Kinderarztes und Wissenschaftlers Dr. Herbert Renz-Polster: „Menschenkinder – Plädoyer für eine artgerechte Erziehung“ (Kösel Verlag 2011). Es betrachtet die heutigen Erziehungsfragen aus dem Blickwinkel der evolutionären Verhaltensforschung.

Mehr unter www.kinder-verstehen.de

(Literaturhinweise zu den wissenschaftlichen Aussagen des Textes finden Sie [hier](#))