

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 nicht 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!) 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 „Verwöhnungen“ 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 und kommen mit dem Leben gut klar. Trotz der „Verwöhnung“ sind sie in ihrem Lebensumfeld 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. Bis vor etwa 4000 - 5000 Jahren führten unsere Vorfahren in Mittel- und Nordeuropa ein halbnomadisches Leben in jagenden und sammelnden Clan-Gruppen. Da 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 zu über 95% der menschlichen Geschichte Teil des normalen Aufwachsens eines jeden Homo sapiens. Ganz einfach: Nähe bedeutete Schutz – und davon konnten Kinder in einer Zeit, als noch die Hyänen ums Lager schlichen und es noch keine Dreifachglasfenster 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 (die ja auch die moderne Säuglingsforschung inzwischen ganz gut beschreiben kann, dazu gleich mehr). 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 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 Säbelzahntiger 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 bei möglichst viel direktem Hautkontakt 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 gut zu tun, 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? In der frühen Kindheit 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.

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 festklebt – sie haben vielmehr auch ein „Erforschungsprogramm“, von Psychologen oft auch Selbstwirksamkeitstrieb genannt. Dieses Programm treibt Kinder von innen heraus dazu, selbst „wirksam“ zu sein, zu erforschen, die Welt zu begreifen und in sie einzugreifen – und das vom ersten Tag an. 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. Dann aber gibt es kein Halten: der sichere Hafen wird nun genutzt, um die Welt zu erforschen. Auf diesen Entdeckungsreisen erlebt sich das kleine Kind 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 und ihren sonstigen „Säuglingsprivilegien“ entwöhnt waren. (Dieser Prozess wurde verlässlich durch die sich ankündigende Ankunft eines Geschwisterchens in Gang gesetzt – dieses revolutionäre Ereignis fiel in der evolutionären Vergangenheit meist in das dritte Lebensjahr eines Kindes. Ab jetzt war die Mutter sozusagen anderweitig beschäftigt – auch dieses neue Baby war ja wie alle Steinzeitbabys für die Mutter kein Nebenjob....)

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.

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 ja immer auch 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.

Und deshalb läuft die heutige Verwöhn-Diskussion eigentlich ins Leere. Es geht immer nur um die Verkehrsregeln – ob die Kleinen von ihren Großen vielleicht zu viel Nähe bekommen, ob sie vielleicht zu lange gestillt werden, ob wir sie nicht vielleicht ein bisschen „abhärten“ sollten. Es geht viel zu wenig um die BEZIEHUNG, die wir miteinander haben – ist sie verlässlich, feinfühlig und authentisch? Gibt sie dem Kind die Sicherheit, die es braucht, um seine eigenen Erfahrungen zu machen, zu erforschen und sich als wirksam zu erleben?

Und wir vergessen fast regelmäßig auch die älteren Kindern. Ab dem späteren Kleinkindalter sind die Kleinen startklar um sich sozial zu bewähren und ihre Persönlichkeit zu bilden – im freien Spiel miteinander, in der gemischtaltrigen Gruppe, in der Erforschung der Umwelt. Aber bei diesem eigentlichen Bildungsauftrag der mittleren Kindheit heißt es oft genug: Fehlanzeige. Die Kinder werden vielmehr weiter von den Erwachsenen versorgt: mit Spielideen, mit pädagogischen Zielen, mit genauen Grenzen und geregelten Tagesplänen. Im Kindergarten spielen sie oft wenig frei und wenig selbst-initiativ, und die Kindergruppen in der Nachbarschaft oder auf der Straße sind ausgestorben. Sie leben also fast ausschließlich im Netz der Großen, in einer fremdversorgten (und natürlich weiterhin narzisstisch aufgeladenen) „Klein-Kinderrolle“.

Und die jetzt mit voller Wucht einsetzende Förder-Welle schiebt sie noch weiter unter das Protektorat der Erwachsenen. Wie sollen Kinder da die Balance finden zwischen dem „Ich“ und dem „Wir“?

Es kommt auf die Beziehungen an

Schwenken wir also zurück 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 verwöhnt wird, entscheidet sich vielmehr an seinem Lebensmodell: Lebt er in funktionierenden Beziehungen? Sind sie verlässlich, feinfühlig und authentisch? Erfährt er darin Sicherheit – Sicherheit, die er als angehendes „Gruppenkind“ nutzen kann, um mit anderen Kindern die Welt zu erspielen?

Ich will es deshalb noch einmal sagen: in der Entwicklung der Kinder geht es nicht um die genau richtige Dosierung von Zutaten. Es geht um die BEZIEHUNGEN, in denen wir leben. Sie sind die wichtigste Entwicklungsressource unserer Kinder.

Und noch eines weiß ich mit Sicherheit. Kinder wollen gar nicht verwöhnt werden. Sie wollen groß und kompetent 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 wären nicht hier, um uns über das Thema Verwöhnen zu streiten.



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](#))