

Werden vermeintlich gefährliche Situationen, wie das Klettern auf hohen Bäumen, nun ständig eingeschränkt, angstvoll kommentiert oder verboten, bleibt die Angst des Kindes bestehen. Ängstliche Eltern schaffen damit ängstliche Kinder, oder, so befürchten einige Wissenschaftler, sogar angstgestörte Kinder, die später zu angstgestörten Erwachsenen werden.

Auf der anderen Seite können übertriebene Anforderungen der Eltern auch zu Furcht und Frust bei Kindern führen.

Wer sich als Kind infolge dieser externen Erwartungshaltungen nicht sicher bewegt, hat auch auf anderen Spielfeldern Probleme. Das fängt beim Turnunterricht an, den ängstliche und motorisch unsichere Kinder nicht selten als demütigend und ausgrenzend erleben.

Einteilung von „Gefahren“

Die meisten Spielplatzstudien fokussieren sich auf Kinder im Vorschulalter, doch laut dem englischen Risikoforscher David Ball werden gerade ältere Kinder durch zu viele Sicherheitsmaßnahmen davon abgehalten, sich auf Spielplätzen auszutoben. Sie würden dann eher gefährlichere Plätze aufsuchen oder gar die gesunde Bewegung ganz vernachlässigen, was in beiden Fällen nicht erstrebenswert wäre (Ball, 2002).

Die norwegische Psychologin Ellen Sandseter beobachtete eine Vielzahl von Vorschulkindern beim Spielen und definierte 2007 sechs Bereiche, die von Kindern als besonders aufregend empfunden werden (Sandseter, 2007a):

1. große Höhen (wie Klettern, kopfüber herunterhängen etc.);
2. hohe Geschwindigkeit (schnelles Laufen, Mountainbiken, Seifenkistenrennen etc.);
3. wildes Toben und Raufen (kämpfen, rangeln etc.);
4. Nähe von Gefahrenstellen (steile Abhänge, Feuer, eisiges Wasser etc.);
5. Aufsichtsperson verlässt die Spielgruppe;
6. gefährliche Geräte (Beile, Messer, Sägen etc.).

Sie denken, dass dies alles zu gefährlich für Kinder sei? Ja, ich gebe Ihnen an manch einer Stelle recht, denn gerade beim Spielen erkennen Kinder im Eifer des Gefechts oft nicht die Gefahr.

In vielen Ländern der Erde schauen Eltern jedoch mit anderen Augen auf diese „Gefahren“.

In Gambia etwa beobachtete 2009 die englische Ethnologin Morgan Leichter-Saxby kleine Jungs, die mit selbst gefertigten Bögen und Messern auf Wildschweinjagd gingen (Leichter-Saxby, 2009).

Kein Erwachsener hatte diesen Kindern den Bau der Waffen gezeigt. Das Wissen wurde von einer Kindergeneration an die nächste weitergegeben. Den kleinen Bruder, so erzählten sie, würden sie erst mitnehmen, wenn er acht ist. Bis dahin jage er Kaninchen. Es stand auch niemand unter dem riesigen Mangobaum, der die wilden Kraxler aufgefangen hätte. „Ein Kleinkind wusste am Ende eines Zweigs nicht mehr weiter“, schreibt die Forscherin in ihrem Blog. „Da ließ es sich einfach fallen, schüttelte sich den Staub von den Kleidern und startete den nächsten Versuch.“ Nun ja, zum Glück hat dies mein Sohn Jarno nicht in der Art und Weise auf dem Betonpflaster des Parkour-Geländes in unserer Stadt praktiziert.

War früher alles besser?

Nein, ganz sicher nicht, aber eben ganz anders. Früher waren in einer Selbstverständlichkeit Kinder einfach Kinder. Heute vereinnahmen Erwachsene Kinder. Ein Masterplan steht über allem und soll Kinder zu leistungsfähigen und angepassten Erwachsenen werden lassen.

Kinder hatten auch schon vor 50 Jahren „Termine“ und ausgefüllte Tagesabläufe. Sie waren aber selbstbestimmt in ihrem Handeln und nicht fremdbestimmt durch Eltern, die als Chauffeure, Mentoren und Motivatoren natürlich immer nur das Beste für ihre Kinder wollen. Leider erzeugt das auch viel Druck und (Alltags-)Bewegung bleibt dabei auch allzu oft auf der Strecke.

Heute leben Kinder auf Inseln, die Wohnung, Schule, Sportverein und Freunde heißen. Die gab es früher auch, nur mit dem Unterschied, dass wir die Brücken zu diesen Inseln selbstständig erkundet und bewältigt haben. Wir machten uns früher unsere Umgebung in sogenannten *konzentrischen Kreisen* vertraut. Der sichere Hafen Elternhaus und die unmittelbare Umgebung darum herum, weiter bis zur Nachbarschaft als der nächste Schritt, bis hin zur Erkundung der gesamten Ortschaft.

Kinder der Gegenwart werden mit dem Auto zu diesen Inseln gefahren. War es früher so, dass Mutter und Vater zu festen Zeiten arbeiteten und in der Regel ein Auto pro Haushalt zur Verfügung stand, sind es nun in modernen Arbeitszeitmodellen im Schnitt zwei Autos pro Haushalt.

Der Weg ist das Ziel, heißt es so schön. Im Fall von mehr Bewegung trifft diese Weisheit zu, wenn ich überlege, wie viele Wegstrecken wir damals zu unseren „Inseln“ zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurücklegen mussten.

Familienkonstellationen

Ein weiterer, entscheidender Unterschied zu früher liegt in der Veränderung von Familienkonstellationen. Das Modell „Großfamilie“ existiert nicht mehr.

Großeltern als Betreuungspersonen leben nicht mehr in demselben Haus mit ihren Kindern und Enkelkindern zusammen, sondern, falls nicht mehr autark in den eigenen vier Wänden, in Seniorenwohnheimen.

Meine Eltern waren beide berufstätig in meiner Kindheit. Meine Großeltern lebten bei uns im Haus. Es war immer eine Bezugsperson für mich anwesend. Nach der Schule wartete meine Großmutter mit dem Mittagessen auf mich. Anschließend ging es zum Spielen nach draußen. Mal mit Freunden, aber oft auch alleine. Draußen, die Natur, das war unsere Spielwiese.

Heute spielen kaum noch Kinder in der Natur, bestenfalls auf dem Kinderspielplatz oder im künstlich angelegten Park nebenan. Ein Grund für das Naturdefizit wird im steigenden Verkehrsaufkommen gesehen. So berechtigt die Sorge vor dem Straßenverkehr auch ist, einen Grund für ein Vermeidungsverhalten stellt dieser nicht dar, wie zahlreiche Studien belegen. So ist im Vergleich von 1980 zu 2018 ein Rückgang von 75 % bei tödlichen Verkehrsunfällen zu verzeichnen („Verkehrstote in Deutschland bis 2018 | Statista“, 2019).

Verlust des Urvertrauens in Sicherheit

Trotz aller Statistiken, die belegen, dass im Gegensatz zu Zeiten von vor 20, 30 oder 40 Jahren, Fälle von Kindesentführungen oder sexuellen Missbrauchs deutlich zurückgegangen sind, ist die Verunsicherung groß und das Modell „Elterntaxi“ hat Hochkonjunktur.

Als vor einiger Zeit die Meldung in unserem Ort zirkulierte, dass ein Mann ein Mädchen aus dem Auto heraus angesprochen hat, kam fast schon etwas wie Panik in der Bevölkerung auf. Wer, in Gottes Namen, beschützt nun unsere Kinder? Die Kinder wurden nur noch in Gruppen zur Schule begleitet, die Polizei fuhr mehrfach am Tag Patrouille. Es wunderte nur, dass keine Bürgerwehr ausgerufen wurde.

Zu meiner Zeit, ich wuchs als Kind in den 1970er-Jahren auf, wurden wir von derartigen Belästigungen und Bedrohungen auch nicht verschont. Ich kann mich an mehrere Situationen in meiner Kindheit erinnern, als Freunde und auch ich selbst von Fremden belästigt wurden. Natürlich war man auch damals achtsam und die Eltern informierten einander. Die Hysterie blieb aber aus, weil den Kindern mehr Vertrauen in die eigene Stärke und Psyche geschenkt wurde. Wir konnten so als Kinder unsere Sinne weiter schärfen und eigene Stärke gewinnen.

Per se ist Angst nichts Schlechtes und dient seit Urzeiten als Schutzfunktion. Wichtig sollte sein, die eigenen Ängste und die seines Kindes zu kennen, aber auf keinen Fall zu vermischen.

Machen Sie Ihr Kind stark und geben Sie Ihrem Kind Handlungsstrategien mit auf den Weg. Das gibt Ihrem Kind, aber auch Ihnen, ein Gefühl von Sicherheit.



Vorbild Eltern

„Papa, gehst du heute wieder in den Wald arbeiten?“ Der Papa ist jedoch kein Forstarbeiter, wie man bei der Frage vermuten könnte, sondern ein Personal-Fitness-Trainer, der mit seinen Kunden die Vorzüge eines Bewegungsprogramms in der Natur genießt.

„Ja, ich bin heute im Wald. Aber ich verspreche dir, dass wir morgen, wenn ich frei habe, wieder zusammen in den Wald gehen.“

Seitdem ich meinen kleinen vierjährigen Sohn Jan auf eine „Joggingrunde“ im Wald mitgenommen habe, ist die Begeisterung bei ihm groß. Im Wald zu laufen, ist Spannung pur. Schmale Wege, gesäumt von Wurzeln und abgefallenen Ästen, dunkle, „unheimliche“ Passagen und steile Hänge zum schnellen Hinablaufen.

Auch wenn diese „Laufrunde“ mit ihm nur ein paar Minuten dauert, wechseln sich Belastungs- und Entspannungsphasen kindgerecht ab. Er liebt es und hat einen Riesenspaß.

Der Papa macht und lebt vor, der Kleine findet Gefallen daran und ahmt es nach.

Perfekt, denn das Beobachten und Imitieren ist uns quasi angeboren. Wenn Eltern Sport treiben, wird es für das Kind zur Normalität.

Unser Haus am Waldrand von Hildesheim ist nur wenige Kilometer von der Innenstadt entfernt. Besuche in der Stadt werden mit dem Fahrrad oder auf einem ausgedehnten Spaziergang unternommen.

Die Kinder bewegen sich, das Verhalten prägt sich ein und automatisiert sich. In Zeiten eines neuen Umweltbewusstseins leisten wir ganz nebenbei damit auch einen kleinen Beitrag zum Klimaschutz.

In der Studie *Sportliche Eltern – sportliche Kinder* konnte hierzu auch der Umkehrschluss bewiesen werden.

Bei einer Mutter, die kein Interesse an Sport hat, nimmt das Kind nur zu 28 % regelmäßig an sportlichen Aktivitäten teil. Treibt die Mutter wenigstens einmal die Woche Sport, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass das Kind sportlich aktiv ist, schon um mehr als das Doppelte auf 57 %. Die Mutter stellt in den ersten Jahren oftmals die wesentliche Bezugsperson dar, von den ersten Schritten bis hin zum bewussten und aktiven Sporttreiben des Kindes. Der Lebensstil vererbt sich sozial und ein vorgelebtes, bewegungsfreudiges Leben der Eltern animiert Kinder verstärkt zu eigener Bewegung (Schmiade & Mutz, 2012, S. 115-125).