

Dienstag 13. Februar 2018 06:26

«Viele Kinder machen zu wenig elementare Alltagserfahrungen»

Interview Kinder brauchen Freiräume, sagt der Kinderarzt Markus Weissert. Sonst suchten sie später vermehrt Risiken und Grenzen.



Der pensionierte Neuropädiater Markus Weissert lebt in St. Gallen. Er beschäftigt sich mit Natur und Gesundheit und fordert Freiräume für Kinder. (Bild: zvg/wwforst.ch)
Naomi Jones

Was ist ein Freiraum für Kinder?

Es ist ein Betätigungsfeld, in dem das Kind aktiv und kreativ wirken kann. Es gibt keine vorgegebene Strukturen.

Das kann also auch freies Spielen im eigenen Kinderzimmer sein?

Ja, sofern nicht alles möbliert und vorgegeben ist.

Kinder stört das aber wenig. Sie können problemlos die Barbiepuppe als Flugzeug verwenden.

Das stimmt vor allem für kleine Kinder. Aber viele Spielzeuge sind so uniform, dass man damit nichts anderes als das Vorgegebene machen kann. In der Natur findet ein Kind mehr Freiräume ohne vorgegebene Struktur.

Warum ist das so wichtig?

Das Kind muss mit allen Sinnesqualitäten Erfahrungen sammeln. Es muss entdecken, experimentieren, riechen, schmecken, spüren und erleben. Es muss sich den Raum aneignen.

Ist das nicht gefährlich?

Ach was. Im Wald ereignen sich viel weniger Unfälle als im Verkehr und im Sport. Natürlich dürfen kleine Kinder nicht allein in den Wald. Und natürlich gibt es Risiken. Aber die Kinder müssen lernen, damit umzugehen. Denn wenn sie als Kind nicht lernen können, mit Risiken umzugehen, suchen sie als Erwachsene den Kick, um die Erfahrung doch noch zu machen. Dabei gehen sie viel grössere Risiken ein.

Welchen Einfluss hat das auf die Entwicklung des Kindes?

Im Kleinkindalter gibt es ein offenes Fenster im Nervensystem, um die Sinneswahrnehmung zu entwickeln. Dazu muss das Kind vielfältige Sinneserfahrungen machen. Doch unsere Gesellschaft ist stark visuell und auditiv ausgerichtet. Motorische, taktile und olfaktorische Erfahrungen macht das Kind nicht, wenn es auf einem Tablet spielt, sondern draussen.

Aber Kinder lieben Tablets.

Ja. Sie können per Knopfdruck etwas bewirken. Das gibt ihnen ein Gefühl von Macht. Aber das Tablet fordert keine Kreativität oder Problemlösung.

Was geschieht, wenn Kinder nicht nach draussen gehen?

Sie brauchen immer mehr Therapieangebote. Viele Unterstufenkinder haben zu wenig elementare Alltagserfahrungen wie etwa den Umgang mit einem rohen Ei gemacht. In der Therapie müssen sie nachholen, was sie als Kleinkinder leicht gelernt hätten.

Wie ist ihre Gesundheit?

Die Kurzsichtigkeit nimmt bei Kindern stark zu, weil sie dauernd auf das Tablet schauen. Das Auge passt sich der Sehdistanz an und es fehlt ihm an Tageslicht. Ein Kind sollte täglich eine Stunde draussen sein. Doch 15 Prozent der Schweizer Kinder gehen fast nie hinaus. Deshalb ist auch Übergewicht bei Schulkindern ein Problem.

Aber Sport und Fitness sind in und werden von Behörden gefördert.

Für die Bewegung ist der Sport gut. Doch bietet er keinen Freiraum. Der Leistungsgedanke ist zentral und schliesst somit nahtlos an die Schule an. Das führt zu einer einseitigen Entwicklung. Die Kinder müssen aber zusammen mit anderen Kindern frei spielen können. Sie brauchen soziale Erfahrungen, die nicht strukturiert sind.

Wo geht das denn heute noch?

Unsere Städte sind nicht mehr kinderfreundlich. Die Grünräume nehmen ab, die Möblierung der Spielplätze ist eine Katastrophe. Zum Glück findet langsam ein Umdenken statt. Die naturnahe Aussenraumgestaltung der städtischen Wohnsiedlung Fröschmatt in Bümpliz hat mich sehr beeindruckt. Auch die Schulen gestalten ihre Schulhausplätze zunehmend naturnah. Denn man weiss, dass Kinder, die vom Schulzimmer aus ins Grüne schauen, leistungsfähiger sind. Auf dem naturnahen Pausenhof gibt es weniger Aggression.

Apropos Agression: Immer wieder liefern sich Jugendliche Strassenschlachten mit der Polizei. Müsste die Stadt also grüner sein?

Jugendliche haben tatsächlich zu wenig Freiräume. Doch Hausbesetzungen und Strassenschlachten sind nicht normal. Da geht es eher um die Machtfantasien einzelner, die beispielsweise den Freiraum in der Reitschule missbrauchen. Diese gewalttätigen

Jugendlichen suchen vermutlich Grenzen, die sie als Kinder von den Eltern zu wenig erfahren haben. Nun müssen ihnen halt die Polizei und die Gesellschaft Grenzen setzen.

Welche Freiräume brauchen denn Jugendliche?

Jugendliche wollen Begegnungsräume, um miteinander zu diskutieren. Dabei wollen sie vielleicht auch etwas kaufen und konsumieren. In der Natur und am Wasser fühlen sie sich ebenfalls sehr wohl. Doch Sport ist weniger wichtig als für Kinder. Pubertierende werden ein wenig träge. Trotzdem bewegen sie sich gerne und wollen zusammen etwas unternehmen, das sie herausfordert. Darum lieben sie etwa die Halfpipe oder Skateboard-Anlagen.

Viele Eltern fürchten sich davor, dass ihre Teenager beim Abhängen an die falschen Freunde geraten, zu viel Alkohol trinken und kiffen.

Das Fundament der Persönlichkeitsentwicklung bildet sich schon früh. Wenn es stabil ist, kann das Kind als Jugendlicher auch einmal stolpern und dann wieder aufstehen. Kinder, die sich selbst und ihren Körper gut kennen, können Dinge ausprobieren, ohne zu weit zu gehen. Wenn sie als Kinder verlässliche Freunde haben, merken sie auch später, wer zu ihnen passt. Eltern müssen ihren jugendlichen Kindern vertrauen. Jugendliche brauchen Eltern als Gesprächspartner, die offen sind, mit denen sie über alles reden können. Die Eltern können den Kindern nur die Risiken aufzeigen und sie begleiten, wenn doch einmal etwas schiefgeht.

Und was meinen Sie: Warum gibt es Bewegungsmangel bei Kindern? Ist die Infrastruktur der Stadt ungeeignet für Kinder? Oder liegt es an den Eltern? Am Zeitmangel? Diskutieren Sie mit im «Stadtgespräch»: stadtgesprach.derbund.ch