

## INTERVIEW

### **Flasche oder Brust? Waldschule oder Frühförderung? «Eltern, entspannt euch!», sagt der Fachmann des Kinderspitals**

Geht es um Fragen der Kindheit, schreitet die Polarisierung voran. Das verunsichert Eltern und macht die Kinder krank. Nun versucht eine Gruppe renommierter Schweizer Fachleute zu deeskalieren. Oskar Jenni, Entwicklungspädiater am Kinderspital Zürich, erklärt die Beweggründe.

Nicole Althaus

27.04.2024, 21.45 Uhr ⌚ 6 min



«Kinder verändern sich schnell und entwickeln sich in ganz verschiedene Richtungen. Die meisten finden am Ende ihren Platz in der Welt», sagt der Kinderarzt Oskar Jenni.

Sally Anscombe / Getty

**Oskar Jenni, das Weissbuch, das Sie zusammen mit  
Kollegen aus den Fachbereichen Psychologie, Pädagogik**

**und Philosophie geschrieben haben, trägt den Titel  
«Kindheit. Eine Beruhigung». Wer muss beruhigt werden?**

**Oskar Jenni:** Die ganze Gesellschaft ist in Aufruhr. Angesichts der vielen Bedrohungen ist das verständlich. Doch die Unsicherheiten und Sorgen schwappen auf die Kindheit über. Den Kindern und Jugendlichen geht es nicht gut. Deshalb braucht es eine Beruhigung.

**Woran leiden die Kinder denn?**

Kinder sind der Seismograf der Gesellschaft. Je grösser der Druck in ihrem Umfeld ist, desto mehr Kinder werden uns wegen Verhaltensstörungen oder Entwicklungsproblemen zur Abklärung zugewiesen. Etwa für ADHS oder Autismus. Im Kinderspital Zürich, wo ich als Entwicklungspädiater arbeite, haben wir zurzeit Wartezeiten von 12 bis 18 Monaten.

**Nehmen ADHS und Autismus so stark zu?**

So einfach ist es eben gerade nicht. Die Abklärungen nehmen zu. Das bedeutet aber nicht zwangsläufig, dass die Störungen an sich zunehmen. Zwischen «normal» und «auffällig» gibt es einen Graubereich. Doch es fällt uns zunehmend schwer, diesen zu akzeptieren.

## Zur Person



PD

### **Oskar Jenni**

Der Herausgeber Oskar Jenni, geboren 1967, ist Kinder- und Jugendarzt. 2005 übernahm er als Nachfolger von Remo H. Largo die Leitung der Abteilung Entwicklungspädiatrie am Kinderspital Zürich. 2018 gründete er mit Unterstützung von Monica Giedion Risch den interdisziplinären Think-Tank «Für das Kind», aus dem das Buch entstanden ist. Seit 2020 ist er Professor für Entwicklungspädiatrie an der Universität Zürich.

---

## **Wer braucht die Diagnose? Die Eltern oder die Fachleute?**

Beide. Manchmal entlastet es Eltern tatsächlich, wenn sie das Verhalten ihres Kindes einordnen können. Der Diagnosedruck kommt aber auch von den Schulen. Sie brauchen eine Diagnose, eine Etiketle, damit Ressourcen

gesprochen werden. Damit sind diese Störungen nicht bloss biologischer Natur, sondern ein Stück weit auch ein soziales Konstrukt.

### **Der Grat der Normalität wird schmaler?**

Genau. Heute wird jedem dritten Kind im Lauf seiner Entwicklung eine Fördermassnahme verschrieben. Das «normale» Kind ist mehr und mehr ein «normiertes» Kind. Das betrifft praktisch alle Themen rund um die Kindheit. Wie soll ich das Kind erziehen? Wie viel Kinderbetreuung ist in welchem Alter förderlich? Diese Liste könnte ich beliebig verlängern.

### **Wollen Eltern nicht einfach das Beste für ihren Nachwuchs?**

Doch. Und genau deshalb ist die Sehnsucht nach klaren Antworten und einfachen Lösungen so gross. Elternschaft ist eine komplizierte Sache. Sie ist eine der grössten Herausforderungen des menschlichen Lebens. Diese Komplexität muss man erst einmal zulassen. Genau das ist das Ziel des Buches. Wir legen den Wissensstand der Forschung dar und decken Ambivalenzen und Widersprüche auf.

### **Und wie sollen Widersprüche beruhigen?**

Eine Versachlichung und Auslegeordnung wirkt zuerst einmal beruhigend. Zum Beispiel ist es wissenschaftlich erwiesen, dass der Einfluss der Eltern weniger gross ist, als wir oft denken. Tatsächlich lassen sich viele Faktoren, die ein Kind in seiner Entwicklung massgeblich prägen,

kaum beeinflussen. Das Umfeld ausserhalb der Familie spielt hinein, auch die individuellen Anlagen. Und selbst die Geschwisterdynamik lässt sich kaum steuern. Wir können letztlich gar nicht so sehr lenken, welchen Lebensweg unsere Kinder gehen werden. Das habe ich selbst auch erlebt, und es hat mich grosse Demut gelehrt.

### **Wie meinen Sie das?**

Wenn der eigene Einfluss begrenzt ist, ist auch die Verantwortung begrenzt. Das wirkt entlastend, fordert aber auf, das Kind so zu sehen und zu akzeptieren, wie es ist. Also Eltern, entspannt euch, und genießt die schönen Momente des Glücks mit den Kindern! Denn sie verändern sich schnell und entwickeln sich in ganz verschiedene Richtungen. Die meisten finden am Ende ihren Platz in der Welt. Eine tadellose Schulkarriere ist kein Garant für das Lebensglück. Auch die Nutzung digitaler Medien ist nicht per se schädlich, solange der Lebensmittelpunkt von Kindern in der realen Welt liegt.

**Der Diskurs um Social Media ist momentan besonders aufgeheizt. Eben hat der amerikanische Soziologe Jonathan Haidt die These aufgestellt, dass Smartphones für die psychische Gesundheitskrise Jugendlicher verantwortlich sind. Sieht er zu schwarz?**

Die monokausale Schuldzuweisung von Haidt an den Bildschirm, was Depressionen, Angstzustände bis hin zu Selbstmorden angeht, ist wissenschaftlich nicht haltbar. Sie vernachlässigt die Komplexität des Umfelds, in dem die vielen verschiedenen Kinder aufwachsen. Ausserdem

ist Haidts Vorschlag, Social Media bis 16 zu verbannen, kaum umsetzbar. Es gibt hier viel Schwarz-Weiss, aber es verkauft sich besser.

**Was raten Sie Eltern, die zu Ihnen in die Praxis kommen, weil das Kind ein Problem mit Gaming hat?**

Im Kinderspital sehen wir vorab Kinder mit Entwicklungsauffälligkeiten. Gerade diese sind verletzlich, was digitale Medien anbelangt. Sie sind den sensorischen Eindrücken stärker ausgeliefert und können sich schlechter abgrenzen. Da braucht es Unterstützung von Fachleuten. Deshalb darf man aber die vielen Jugendlichen nicht vergessen, die sorgfältig und besonnen mit Medien umgehen. Ein Rezept für alle wird keinem wirklich gerecht.

**Und wie finden Eltern ein spezifisches Rezept für sich?**

Es gilt, immer die drei K zu beachten: Kontext, Kontent und Kind. Nutzt der Nachwuchs das Smartphone im Wartezimmer einer Ärztin, ist das etwas anderes, als wenn das Gamen andere Freizeitaktivitäten verdrängt. Untersuchungen weisen darauf hin, dass Kinder mehr Zeit am Bildschirm verbringen, wenn ihre Bezugspersonen gestresst sind. Empfehlungen sollten also immer auch die Belastungen der Eltern mit einbeziehen.

**Bleiben wir beim Konkreten: Der elterliche Einfluss ist zwar begrenzt, aber nicht inexistent. Was zeichnet gute Mütter und Väter aus?**

Ich empfehle meine fünf V. Eltern sollen *vertraute* und *verständnisvolle* Bezugspersonen sein, die die Bedürfnisse des Kindes erkennen, seine Eigenschaften akzeptieren und ihm mit Empathie begegnen. Sie sollen *verfügbar* sein und *verlässlich*. Also präsent und berechenbar. Und *voller* Liebe. Wichtig ist, dass Mütter und Väter sich aber stets bewusst sind, dass sie nie perfekt sein werden und es auch nicht sein müssen. Elternschaft ist nicht vereinbar mit einer perfektionistischen Haltung.

**Im Erziehungsbereich ist gerade das Konzept «Unerzogen» in Mode, das auf der antiautoritären Idee der siebziger Jahre aufbaut und das Kind als gleichwertiges Gegenüber anschaut, mit dem alles ausgehandelt wird. Ist das ein Rezept gegen die Vereinnahmung der Kindheit durch den Leistungswahn?**

Nun, es gibt neben der leistungsbezogenen Instrumentalisierung der Kindheit, die vorab das Werden des Kindes betont, auch eine Romantisierung, die den Zustand des kindlichen Seins idealisiert. Tatsächlich beherrschen Kinder die Kunst der Achtsamkeit meisterhaft. Wenn sie eine Schnecke am Wegesrand entdecken, können sie alles um sich herum vergessen. Als Erwachsene sehnen wir uns manchmal nach dieser Fähigkeit, im Moment zu leben, und idealisieren sie. Ich plädiere auch hier für den Mittelweg: Das Kind braucht Freiheiten, es braucht aber auch Grenzen. Werden Schlafenszeiten oder Essensregeln jedes Mal von neuem ausgehandelt, fehlen die V von Verlässlichkeit und Vertrautheit.

## **Was braucht das Kind ausser den fünf V für das Glück?**

Ich vergleiche Kindheit mit einem Garten. Kinder brauchen die Freiheit, die Vielfalt eines Gartens zu entdecken, Dinge auszuprobieren, auch einmal umzufallen und wieder aufzustehen. Aber der Garten ist begrenzt, und es hat da und dort ein Tor zu einem Gemüsebeet, das sie respektieren müssen.

**Der Garten, in dem sich Kinder frei bewegen können, wird immer kleiner. Und meist ist er aus Asphalt.**

Tatsächlich zwingt die Dominanz der Erwachsenen die Kinder zur Randexistenz. Sie bewegen sich nur noch in speziellen Territorien und auf verletzungssicheren Spielplätzen. Das ist weder für die Kleinen noch für die Grossen attraktiv. Vergessen wir nicht: Kinder sind der Jungbrunnen der Gesellschaft, sie prägen unsere Innovationen, sie sind nicht nur ein Kosten-, sondern auch ein Wirtschaftsfaktor. Doch in alternden Gesellschaften geht das gern vergessen, und Kinder geraten politisch in den toten Winkel. Sie haben keine Lobby. Die Schweiz gibt rund 4 Prozent vom Bruttosozialprodukt für die Bildung aus und nur 2 Prozent für die frühe Kindheit, aber 12 Prozent für die Renten. Auch für die Gesundheit der Kinder wenden wir pro Kopf nur einen Viertel von dem aus, was Erwachsene kosten, obwohl Kinder nicht zwangsläufig gesünder sind.

**Führen wenige Kinder in einer Gesellschaft zu gestressteren Eltern und noch weniger Kindern?**



Erwiesen ist: Je häufiger Menschen mit Babys in Kontakt kommen, desto attraktiver finden sie sie. Auch der Kinderwunsch hängt davon ab. Menschen, die in einer Grossfamilie aufgewachsen sind, haben häufig auch mehr Kinder. Der Umstand, dass Kinder heute keine Selbstverständlichkeit mehr sind, sondern eine wohlüberlegte individuelle Entscheidung, erhöht die Erwartung an den Return on Investment.

### **Haben Sie dazu eine entspannende Botschaft?**

Der Philosoph Dieter Thomä hält Elternschaft für das letzte grosse Abenteuer. Da stimme ich ihm vollkommen zu. Eltern lassen sich auf etwas ein, das sie überhaupt nicht kontrollieren können. Weder das Kind noch die Beziehung zu ihm können wir antizipieren. Es ist unvorhersehbar, wie es sich anfühlt, Mutter oder Vater zu sein. Tatsächlich ist Elternschaft die wohl grösste transformierende Erfahrung des Lebens, sie verändert uns tiefgreifend, aber sie lohnt sich.

---

Oskar Jenni (Hrsg.): Kindheit. Eine Beruhigung. Kein & Aber, Zürich 2024. 256 S., Fr. 29.90.

Ein Artikel aus der «NZZ am Sonntag»