



Tatiana Yatsenko / Stocksy United

**Schwestern beim Rumlärmen:** »Wichtiger als die Zeit, die Kinder mit digitalen Medien verbringen, ist die Frage, ob sie andere Aktivitäten vernachlässigen«

## Kontrollverlust im Kinderzimmer

**PÄDAGOGIK** Hängt mein Kind zu oft am Bildschirm, schafft es das Gymnasium, hat es ADHS? Viele Eltern fühlen sich alleingelassen mit der Last der Erziehung. Ein neues Buch soll sie beruhigen.

**A**m Vormittag hat Dieter Rüttimann unterrichtet, kurz danach beschreibt er im Videogespräch von seinem Büro in Zürich aus seine Vision von zeitgemäßer Schule. Der Schweizer Pädagoge lehrt Deutsch, Französisch, Mathematik – und »Lebensbewältigung«. Das Fach steht in keinem Lehrplan. Rüttimann hat es gemeinsam mit Schülerinnen und Schülern erfunden.

Auch die »Gesamtschule Unterstrass« in Zürich war Rüttimanns Idee. Seit 1981 lernen die Kinder dort ganztags in jahrgangsübergreifenden Gruppen, Noten gibt es ab der sechsten Klasse. Handys sind erlaubt, werden aber allmorgendlich in Beuteln an die Garderobe gehängt und nur hervorgeholt, wenn sie beim Lernen gebraucht werden.

Ältere Schülerinnen und Schüler unterrichten auch mal jüngere und erhalten dabei ihrerseits eine Lektion: »Die haben uns einfach nicht zugehört!«, klagen sie dann zum Beispiel, so Schulgründer Rüttimann.

In »Lebensbewältigung« sprechen die Kinder in kleinen Gruppen über konkrete Probleme. Das können die Trennung der Eltern oder Konflikte im Freundeskreis sein oder Ängste und Panikattacken.

Rüttimann ist einer von elf Autoren von »Kindheit. Eine Beruhigung«, das Buch erscheint am kommenden Freitag in Deutschland\*. Fachleute unter anderem aus Pädagogik,

\* Oskar Jenni (Hg.): »Kindheit. Eine Beruhigung«. Kein & Aber; 250 Seiten; 23 Euro.

Entwicklungspsychologie, Pädiatrie, Kommunikationswissenschaft, Politologie und Philosophie haben im Thinktank »Für das Kind« wissenschaftliche Studien und die Ergebnisse ihrer eigenen Forschungen und Praxiserfahrungen zusammengetragen. Sie beschreiben, wie Kinder heute gut gedeihen können.

»Kindheit« ist kein Ratgeber. Erziehungstipps lassen sich daraus allenfalls implizit ableiten. Das Buch kann aber helfen, die Zeit des Aufwachsens und die eigene Rolle als Erwachsener dabei besser zu verstehen.

Manche Thesen dürften Bildungstraditionalisten und Kontrollfans unter den Eltern womöglich eher beunruhigen. Die Autorinnen und Autoren stellen fest, dass Mütter und Väter den eigenen Einfluss auf ihre Sprösslinge meist maßlos überschätzen. Und sie möchten unter anderem das gegliederte Schulsystem abschaffen.

Dieter Rüttimanns Schützlinge werden nicht wie sonst in der Schweiz – und in Deutschland – schon früh in unterschiedliche Schulformen einsortiert. Diese Aufteilung am Ende der Grundschulzeit sei »eine völlig unnötige Funktion der Schule«, schreibt der Pädagoge in dem Buch. »Dass Kinder mehr oder weniger zufällig verschiedenen Anspruchsniveaus zugeteilt werden, meist mitten in der Pubertät, führt oft zu großem seelischen Leid.«

Die oft kritisierte Institution Schule sei »das wichtigste Werkzeug für die Gesellschaft«, denn hier kämen Menschen mit ver-

schiedensten Voraussetzungen zusammen. Im besten Fall lernen sie dann Gemeinsinn und Kompromissfähigkeit – nicht nur Mathe und Latein.

Kinder haben ein Recht auf digitale Medien, lautet eine weitere These. Sie dogmatisch zu beschränken ver helfe den Kindern nicht automatisch zum gesunden Umgang mit Smartphone und sozialen Medien.

Für Eltern wiederum sei das Leben mit Kindern in erster Linie eine »Übung in Kontrollverlust«. Kinder könnten nur zu eigenständigen Menschen heranreifen, wenn Mama und Papa ihnen nicht »mit der Planieraupe den (wahrscheinlich falschen) Weg ebnen«.

Kinderarzt Oskar Jenni hat die wissenschaftliche Denkfabrik zur Kindheit ins Leben gerufen. Am Zürcher Universitäts-Kinderspital ist er als Leiter der Abteilung Entwicklungspädiatrie der Nachfolger von Remo Largo, bekannt als Autor des Erziehungsbestsellers »Babyjahre«. Largo warb dafür, gelassen mit dem Nachwuchs umzugehen.

Sein Vorgänger habe ihn sehr geprägt, sagt Pädiater Jenni. Seit Längerem beobachtet er: »Vielen Kindern geht es schlecht, weil die Erwachsenen in diesen Zeiten sehr belastet und verunsichert sind.« Das überträgt sich auf den Nachwuchs: Rund 2000 junge Patientinnen und Patienten stehen auf der Warteliste für einen Termin in seiner Abteilung. Ihre Eltern wollen wissen: Warum ist ihr Kind so laut, so still, hat es eine Lernschwäche, hat es ADHS, eine Entwicklungsverzögerung?

Wohl nie zuvor waren Eltern mit der Sorge um das Wohl der Nachwuchsenden so allein, beobachtet Jenni. Einrichtungen wie Schulen oder Kirchen haben viel von ihrer Autorität eingebüßt. In einer individualisierten Gesellschaft sind für fast alles im Leben der Kinder nun Mutter und Vater verantwortlich, stets im bangen Vergleich mit anderen Eltern, deren Nachwuchs schon mehr kann als der eigene, und im Dauerwettstreit mit den Verlockungen digitaler Welten.

»Das ist natürlich eine große Bürde«, sagt Jenni, »und die Eltern nehmen diese Aufgabe sehr ernst.« Zu Recht, so der Pädiater, denn »wir wissen aus vielen Untersuchungen, dass die Weichen für ein gutes Leben in der Kindheit gestellt werden«.

Ein Patentrezept dafür, wie das gelingen kann, gibt es nicht. »Wir können den Lebensweg und die Erfolge unserer Kinder nicht aktiv planen und steuern«, sagt Pädiater Jenni, »was sie für Hobbys haben oder welchen Beruf sie einmal erlernen, bestimmen auch ihre Talente und das Umfeld.« Nur in den ersten Lebensjahren orientieren sich Kinder vor allem an den Eltern – dann dominieren nach und nach andere Einflüsse.

»Je älter die Kinder werden, desto mehr verlieren Eltern die Kontrolle«, sagt Jenni. Als Vater hat er das selbst erlebt: »Man kann dann einfach nur hoffen, dass es gut geht.« Seine Erfahrung zeige: »Meistens finden Kinder ihren Platz in der Welt.« Eltern könnten dazu beitragen, indem sie verlässlich für die

Kinder da sind, erreichbar für ihre Sorgen und Probleme, und vor allem »voller Liebe«.

Dass äußere Einflüsse heutzutage auch von YouTubern, TikTokern, Influencern oder Stars der Gaming-Szene ausgehen, müssen Eltern ertragen.

Daniel Süss ist Medienpsychologe an der Hochschule für Angewandte Psychologie Zürich und an der Universität Zürich. Seit rund 30 Jahren erforscht er, wie Kinder mit verschiedenen Medien umgehen. Er weiß: Jedes neue Kommunikationsmittel versetzt die jeweilige Eltern generation zuverlässig in Angst und Schrecken. Einst wurden Bücher gefürchtet, später Comics verdächtigt, Kindern das Lesen von wahrhaftigen Büchern zu verleiden, von den befürchteten Verheerungen des TV-Konsums ganz zu schweigen.

Forscher Süss sieht in der Skepsis gegenüber digitalen Medien eine Fortsetzung solcher Sorgen – mit einem Unterschied. »In den sozialen Medien sind die Kinder nicht mehr nur Konsumenten, sondern produzieren auch eigene Inhalte, mit allen damit verbundenen Risiken.«

Dennoch ist Süss angesichts der digitalen Medien »kritisch optimistisch«. Gemeinsam mit weiteren Experten hat er im Beruhigungsbuch das Kapitel über Kindheit in der digitalen Welt maßgeblich geschrieben.

Durch Verbote lernten Kinder nicht, mit der Allgegenwart digitaler Verlockungen umzugehen, sagt der Forscher. »Wichtiger als die Zeit, die Kinder mit digitalen Medien verbringen, ist die Frage, ob sie deswegen andere Aktivitäten vernachlässigen, also nicht mehr zum Sport gehen, ihre Freunde nicht mehr in der realen Welt treffen«, erklärt er. Sei das im Gleichgewicht, müssten Mütter und Väter nicht mit der Stoppuhr am Kinderzimmer stehen, erklärt Forscher Süss: »Wir sagen unseren Kindern ja auch nicht, dass sie nur eine Stunde am Tag Fußball spielen dürfen, wenn das ihr Hobby ist.«

Beim Großteil der Kinder und Jugendlichen in Deutschland scheint die Balance zu stimmen. Bei der Studie »Jugend, Information, Medien« (JIM) von 2023 gaben mehr als 60 Prozent der befragten 12- bis 19-Jährigen an, sich mehrmals pro Woche mit Freunden zu treffen und Sport zu treiben. Die jungen Menschen lesen weiterhin Bücher auf Papier. Im Vergleich zu den vorherigen Jahren lesen sogar mehr Befragte täglich oder mehrmals in der Woche Bücher.

Die Dauer der täglichen Onlinezeit ist mit 224 Minuten höher als 2013 (179 Minuten), gegenüber den Coronajahren 2020 und 2021 aber gesunken: 2020 waren die Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer im Schnitt fast 260 Minuten pro Tag online.

## »Wir können den Lebensweg und die Erfolge unserer Kinder nicht planen.«

Oskar Jenni, Entwicklungspädiater

Die Studie offenbart jedoch auch die Gefahren im digitalen Raum: Jedes dritte Mädchen und jeder vierte Junge wurde laut JIM-Studie 2023 im Netz schon einmal sexuell belästigt, 23 Prozent wurden innerhalb eines Monats vor der Befragung mit pornografischen Inhalten konfrontiert. Gerade wegen solcher Gefahren müssten Kinder lernen, »verantwortungsvoll mit digitalen Medien umzugehen und sich vor deren Gefahren zu schützen«, sagt Süss.

Wie stark Bildschirme der kognitiven Entwicklung schaden, ist hingegen umstritten. Forschende vom Oxford Internet Institute, das zur University of Oxford gehört, haben unter anderem zusammen mit US-amerikanischen Kollegen Daten zur Hirnfunktion und -entwicklung von Tausenden Kindern zwischen 9 und 12 Jahren mit deren jeweiliger täglicher Bildschirmzeit abgeglichen. Selbst bei Jungen und Mädchen, die überdurchschnittlich viel Zeit an Bildschirmen zubrachten, fanden sie keine Hinweise auf eine im Vergleich zu anderen Kindern gestörte Hirnentwicklung. Die Studie liefere keine Belege für die These, dass eine Begrenzung von Bildschirmzeit die neurokognitive Entwicklung schütze, schreiben die Forschenden im Fachblatt »Cortex«.

Digitale Welten können aber süchtig machen. 8,4 Prozent der 12- bis 17-Jährigen und 5,5 Prozent der 18- bis 25-Jährigen leiden nach Angaben des Bundesgesundheitsministeriums an einer computer- oder internetbezogenen Störung. »Oft führen soziale Konstellationen zu Suchtverhalten«, erklärt Wissenschaftler Süss. Wenn ein Kind sich etwa ausgeschlossen fühle, suche es womöglich Zugehörigkeit in sozialen Medien. »Da müssen Eltern genau hinschauen«, sagt Süss.

Ausgiebiges Onlinegaming mit Freundinnen und Freunden aus dem echten Leben hält er dagegen für weniger bedenklich. Im Buch heißt es: »Digitale Medien sind nicht per se gut oder schlecht für Kinder, und Bildschirmzeiten sind nicht das zentrale Kriterium für positiven Medienumgang.« Stattdessen müsse auch der digitale Raum vom Kind her gedacht werden und nicht ausgehend von den Sorgen und Vorstellungen Erwachsener.

Diese Botschaft zieht sich durch das Buch. »Kinder sind die Quelle für die Erneuerung unserer Welt«, sagt Oskar Jenni. Die Gesellschaft müsse sich stärker an ihren Bedürfnissen orientieren. Bei Gesetzen solle, wie bei Klimaschutz und Geschlechtergerechtigkeit, geprüft werden, ob sie kinderfreundlich seien.

Pädagoge Rüttimann wiederum hofft, dass Eltern nach Lektüre des Buchs die Schule als Grundstein der Gesellschaft anerkennen. In Deutschland und der Schweiz entscheide vor allem die soziale Herkunft über den Bildungserfolg, das müsse sich ändern.

Auf den eigenen Nachwuchs übrigens hatte Rüttimann wohl doch einigen Einfluss: Sein Sohn Nicolas leitet jetzt die Schule in Zürich, Vater Rüttimann ist nur noch Stellvertreter.

Julia Koch