



Roessner leitet die Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Dresden

Professor Roessner, was können Eltern für ihr Kleinkind tun, damit es psychisch stark wird?

Ganz einfach: es in eine Krippe schicken. Ein früherer Betreuungsbeginn hält Kinderseelen gesund und stabil. Das haben wir in unserer Untersuchung unter 4000 Kindern im Einschulungsalter in Dresden herausgefunden. Kleinkinder profitieren während der ersten zwei Lebensjahre enorm von dem Besuch einer Kindertageseinrichtung.

Viele Eltern haben Angst, dass das frühe Loslösen von zu Hause nur für Überforderung und Stress sorgt.

Unsere Daten sagen genau das Gegenteil: Bei den Jungen und Mädchen, die erst mit drei oder vier Jahren in eine Kindertagesstätte kamen, war die Wahrscheinlichkeit für psychische Auffälligkeiten wie Hyperaktivität, emotionale Defizite oder Probleme mit Gleichaltrigen doppelt so hoch.

Profitieren nicht nur die Kinder aus sozial schwachen, eher bildungsfernen Haushalten, die zu Hause zu wenig Anregungen bekommen?

Nein, der positive Effekt war in allen sozialen Schichten messbar – bei Kindern von Alleinerziehenden genauso wie in sogenannten heilen Familien, bei Müttern und Vätern mit Abitur genauso wie bei Eltern ohne abgeschlossene Ausbildung. **Zu Hause bleiben oder in die Kita gehen – es ist ein ewiger Glaubenskrieg.**

Die Resultate unserer Studie zeigen, dass dies keineswegs so sein muss. Die Untersuchung entlastet Eltern – vor allem Mütter, die sich heute sehr unter Druck gesetzt fühlen. Die immer noch gegen das Image der Rabenmutter ankämpfen müssen, wenn sie arbeiten gehen. Die immer noch glauben, sie müssten alles alleine schaffen. Die mit schlechtem Gewissen ins Büro, in den Laden oder die Fabrik gehen.

Ihre Ergebnisse stehen im Gegensatz zur Aussage vieler Entwicklungspsychologen, für die eine sichere Bindung an die Eltern an erster Stelle steht.

„NICHT 24 STUNDEN UMS KIND KREISEN“

Was hält Kinder seelisch gesund? Dieser Frage ging Psychiater Veit Roessner in einer der bisher größten Studien zum Thema nach. Die Ergebnisse exklusiv im *stern*

Es hängt aber nicht von der bloßen Zeit ab, die Eltern mit ihren Kindern verbringen, ob eine Bindung sicher ist oder nicht. Für eine gute Bindung müssen Sie nicht 24 Stunden um ihr Kind kreisen und jeden Schritt kontrollieren.

Wie erklären Sie sich den positiven Effekt von Krippen und Kitas?

Sie sind der moderne Ersatz für Großfamilie und intaktes Dorfleben. Sie vermitteln eine feste Struktur, geben Sicherheit und ein Gefühl der Gemeinschaft. Dort wird zusammen gegessen, gesungen, getanzt. All das, was in modernen Familien in der Hektik des Alltags oft zu kurz kommt. Und: Kinder brauchen Kinder. Sie müssen zusammen spielen, toben und streiten. Sich austesten, untereinander ihre Kräfte messen. Sie müssen die Chance bekommen, sich mit Gleichaltrigen auseinanderzusetzen. Das können Eltern heutzutage, die ja auch immer älter werden, selbst mit dem bestem Willen nicht alleine leisten. Schon gar nicht, wenn sie ein Einzelkind haben.

Warum sind diese Erfahrungen wichtig? Psychische Erkrankungen sind mittlerweile die Hauptursache für die Einschränkung der Lebensqualität bei Erwachsenen. Eine soziale Phobie etwa führt zu massiven Problemen. Die Betroffenen werden extrem ängstlich, trauen sich nicht mehr unter Menschen, isolieren sich zunehmend und leiden ungeheuer.

Was können Eltern – abgesehen von der Krippenerziehung – tun, damit es gar nicht erst so weit kommt?

Ich beobachte oft, dass Eltern „auf Augenhöhe“ mit ihren Kindern sein wollen, mehr Freund als Erzieher. Es gibt Mütter, die denken, sie müssten schon mit ihren Kleinkindern alles ausdiskutieren. Das funktioniert nicht. Sie können einen Vier- oder

Fünfjährigen nicht fragen, auf welche Schule er gehen möchte oder ob er lieber Schokolade oder Gurken essen möchte. Ihm fehlt die Kompetenz für eine richtige Entscheidung, er ist mit diesen Dingen überfordert.

Auf der anderen Seite trauen Eltern ihren Kindern nichts mehr zu, versuchen sie vor allen Gefahren zu beschützen.

Ja, wir leben in einer Angstkultur. Kinder werden überbehütet. Von allen gefährlichen Sachen ferngehalten. Sie dürfen nicht mehr allein zur Schule gehen und bekommen fast keine Verantwortung mehr übertragen.

Kinder sollen einerseits viel leisten, dürfen aber andererseits nicht selbstständig werden. Könnte es sein, dass der hochbegabte Autist eine Art Ideal verkörpert?

Ja, Autismus ist leider eine Wunschdiagnose geworden. Auf meinem Schreibtisch landen immer wieder Beschwerden von Eltern, deren Kind keine Autismus-Diagnose bekommen hat. Als ob wir damit das Prädikat „hochbegabt“ verweigern würden.

Haben Eltern ihren inneren Kompass verloren?

Eltern verwechseln die Kür oft mit der Pflicht. Wichtiges mit Unwichtigem. Wichtig sind die Basics, die unbedingt eingehalten werden müssen. Bestimmte Regeln, die eigentlich selbstverständlich sein sollten, über die nicht diskutiert werden darf: Man beißt nicht, kratzt nicht, schmeißt nicht mit Essen. Über die Kür, also: Fahren wir an den Badeseen, oder gehen wir wandern?, kann man durchaus verhandeln.

Gibt es Unterschiede in der Erziehung zwischen Ost und West?

Ich bin vor fünf Jahren von Göttingen nach Dresden gekommen und erlebe hier immer noch die „Nachwirkungen“ des DDR-Systems – im positiven Sinn. Das Band innerhalb der Familien ist stärker. Ich treffe auf viel mehr Großeltern, die sich mit Spaß um ihre Enkel kümmern. Die nicht lieber Golf spielen oder in den Urlaub nach Mallorca fahren. Die Familien unternehmen hier noch mehr miteinander. Und es wird noch mehr auf feste Rituale und Abläufe geachtet.

Eine Welt, in der es wenig Regeln gibt, ist für Kinder kein Paradies?

Kinder brauchen feste Strukturen, auch wenn sie darüber meckern. Sie geben ihnen Stabilität und Sicherheit. Das ist das Fundament, von dem aus sie die Welt erobern können, Mut und Durchhaltewillen üben. In letzter Zeit kommen immer öfter Jugendliche zu uns, die freiwillig bei uns aufgenommen werden möchten. Teenager, die sich so verloren fühlen im Hier und Jetzt, dass sie sich gerne in ein so hochstrukturiertes Umfeld wie eine geschlossene Klinik begeben. Da bleibt einem die Spucke weg. Das rührt und erschreckt mich zugleich. ✘ Interview: Silke Gronwald