

Gesundheit

Meldungen zum Gesundheitszustand der heutigen Kinder und Jugendlichen sind bemerkenswert und lassen aufhorchen. So berichtet die *Neue Zürcher Zeitung* (NZZ) vom 14. Juni 2000, dass Übergewicht bei Schweizer Kindern ähnlich häufig geworden ist wie in den USA. Zu diesem Schluss kommt eine Studie der ETH Zürich, bei der knapp 600 SchülerInnen im Alter von 6 bis 12 Jahren untersucht wurden. Zwischen einem Fünftel und gut einem Drittel aller untersuchten Kinder ist übergewichtig. Adipositas, d.h. schweres Übergewicht, dokumentieren die Wissenschaftler bei 10 bis 16 % der Untersuchten. Die Gründe sind vielfältig und bekannt: zu fett- und kalorienreiche Nahrung, zuckerhaltige Süßgetränke, Bewegungsarmut. Zwischen Verwöhnung und falscher Ernährung besteht häufig ein Zusammenhang: Kinder werden mit (zu vielen) Süßigkeiten belohnt, geködert, ruhiggestellt (9/13/15).

Die Wirkung auf die Persönlichkeit

Ich habe in den obigen Auswirkungen die vielfältigen Folgen von Verwöhnung auf das Fühlen, Denken und Verhalten dieser Menschen ausführlicher beschrieben. Hier soll nun nochmals eine kurze Zusammenfassung folgen.

Letztlich könnte man die Folgen der Verwöhnung auf die Formel bringen: *Verwöhnen heißt für das Leben entmutigen und untauglich machen. Die Verwöhnung schwächt die gesamte Persönlichkeit des Kindes.* Sie untergräbt die normale Persönlichkeitsentwicklung, lässt bei ausgeprägten Fällen psychisch «schwer beeinträchtigte», «halbierte», Menschen entstehen, die unglücklich, unzufrieden und in ihrem Sozialverhalten meistens unterentwickelt sind. Verwöhnung begrenzt das Leben, die Lebensmöglichkeiten, schließt ihre «Opfer» vom wirklichen Leben aus; der verwöhnte Mensch sieht nur einen kleinen Teil der Welt. Verwöhnung führt zudem zur übertriebenen Selbstverwöhnung.

Ich möchte nochmals betonen: Selbstverständlich sind einige der beschriebenen Folgen nicht nur der Verwöhnung zuzuschreiben, sondern entstehen auch in anderen Zusammenhängen (z. B. bei einer autoritären, harten und lieblosen Erziehung), sie treten aber gehäuft – vor allem kombiniert – bei der Verwöhnung auf.

Durch eine verwöhnende Erziehung werden Kinder um entwicklungspsychologisch wichtigste Lebenserfahrungen gebracht wie:

- selber etwas erreicht und gelernt zu haben (das Gefühl der Selbstwirksamkeit)
- durch Einsatz etwas zu erreichen (selbst erreichter Erfolg)
- Freude am sozialen Beitragen und am darauf erfolgten Echo zu erleben; mithelfen zu können
- Probleme und bisher unerreichbar Geglaubtes überwunden und Neues erlernt zu haben usw.

Solche Erlebnisse stärken das Kind in seinem Selbstwertgefühl, und dieses gilt zu Recht in der Entwicklungspsychologie als eine der kostbarsten Errungenschaften der Kindheit. Selbstbewusste (nicht egoistische oder aufopfernde) Kinder, die ein Gefühl der Selbstwirksamkeit⁴⁸ und Einsatzbereitschaft entwickelt haben, sind später weniger anfällig für problematische religiöse und politisch radikale Gruppierungen und Ideologien, die eine billige, abgeleitete Identität auf Kosten der persönlichen Autonomie anbieten.

Verwöhnung verhindert zudem häufig:

- die Fähigkeit zur Auseinandersetzung
- Kraft, Beharrlichkeit und Ausdauer
- ein realistisches Selbst- und Weltbild
- Toleranz und Rücksichtnahme
- Soziale Kompetenzen
- Mut und Zuversicht
- Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit.

⁴⁸ vgl. Anm. 43.

Haug-Schnabel/Schmid-Steinbrunner (2002)⁴⁹ beschreiben – von mir leicht verändert und ergänzt – anschaulich, wie eine solche von Angst und Zweifel geprägte elterliche Haltung beim Kind ankommen kann:

- *«Man traut mir nichts zu!»*
- *«Man hält mich und meinen Körper für nicht fit genug!»*
- *«Ich bin einfach ungeschickt!»*
- *«Ich kann das nicht!»*
- *«Ich bin ungeschickter und weniger leistungsfähig bzw. schwächer als alle anderen Kinder!»*
- *«Auf mich muss man dauernd aufpassen und mit dem Schlimmsten rechnen!»*
- *«Alles, was ich in die Hände nehme, misslingt!»*
- *«Ich werde das nicht/nie schaffen.»*

Kinder verinnerlichen bzw. entwickeln aus ihren Erfahrungen sowie den Reaktionen der Erwachsenen solche meist unbewussten Einschätzungen über sich und die Welt – und diese Einschätzungen leiten sie dann in ihren weiteren Begegnungen mit den Aufgaben des Lebens.

Verwöhnte Kinder kommen letztlich – so paradox das vielleicht klingen mag – zu kurz: So fehlt ihnen der Freiraum, um sich selbständig mit ihren Problemen zu beschäftigen und Lösungen dafür zu finden. Es fällt ihnen schwer, in der Schule oder in der Ausbildung zurechtzukommen. Ohne sofortige Aufmerksamkeit und Anerkennung durch Lehrpersonen fühlen sie sich schlecht und missverstanden. Solche Menschen sind psychisch einseitig entwickelt.

Viele verwöhnte Menschen bleiben auch in ihrem weiteren Leben in einer Zuschauerhaltung verhaftet: Sie warten, bis «sich» etwas verändert. Ihre Zuschauerrolle lässt sie in einer lähmenden Passivität zurück. Das folgende Beispiel einer heute 17-jährigen jungen Frau veranschaulicht das. Corinne wohnt mit ihren Eltern und dem älteren Bruder in einer großen Wohnung. Als Kind wurde sie in der Verwandtschaft stets als

⁴⁹ Gabriele Haug-Schnabel; Barbara Schmid-Steinbrunner (2002): Wie man Kinder von Anfang an stark macht. Ratingen: Oberstebrink, S. 146.

das süße, perfekte Töchterchen präsentiert. Ihre Eltern taten alles für sie, während der Bruder sich gut selber beschäftigen und behaupten konnte. Sie wurde überhäuft mit Spielsachen. Bezüglich Essen war sie äußerst wählerisch; bei Mahlzeiten außer Hause packten ihre Eltern immer exquisite Leckereien für sie ein. Sie war nicht gewohnt, sich zu behaupten, selber aktiv zu sein oder etwas zu riskieren. Die Schule machte ihr große Mühe, der Schulstoff war sehr anstrengend für sie, und sie war unfähig, sich in eine Gruppe zu integrieren, Freundinnen für sich zu gewinnen. Sie spielte lieber alleine und zog sich mit der Zeit immer stärker in ihre Staridol-Welt zurück. Sie wirkte auf die Umgebung sehr gelangweilt, passiv, träge und auch uninteressant. Sie kam nicht auf andere zu und wartete stets, dass man sie zum Mitspielen aufforderte. Doch selbst dann vermochte sie sich nicht ins Geschehen einzubringen, mitzutun, mitzuschwingen. Sie brach die Schule nach der 2. Oberstufenklasse mangels Interesse und Lust vorzeitig ab. Ein Jahr verbrachte sie nun zu Hause und war nicht fähig, eine Lehrstelle zu suchen oder an einem Praktikumsort länger als zwei Wochen zu bleiben. Jede Anstrengung war ihr zu viel. Sie ging nicht mehr von sich aus aus dem Haus, in die Stadt, sondern wartete zu Hause, bis man sich um sie kümmerte, ihr etwas vorschlug, sie mitnahm. Auch nach einem Jahr war sie noch nicht weiter gekommen und nicht gewillt, eine Arbeit anzunehmen. Die verzweifelten Eltern gelangten schließlich an eine Beratungsstelle, um sich Hilfe zu holen.