

«Even more telling»

Marco Hüttenmoser

Eingeleitet mit den Worten «even more telling» («noch aufschlussreicher») hat Peter Gray, Entwicklungspsychologe an der Universität Boston, die von mir im Jahre 1995 im Nationalfondsprojekt «Lebensräume für Kinder» untersuchte Bedeutung der unbegleiteten Aktivität für jüngere Kinder aufgegriffen und neu belebt. Jonathan Haidt seinerseits hat im Anschluss an Gray in seinem Bestseller «Generation Angst» die Diskussion ausgeweitet und das zunehmende Fehlen der unbegleiteten Aktivität der Kinder mit der Verbreitung der neuen Medien begründet. Für beide Autoren hat der Verlust des freien Spiels gravierende Auswirkungen auf die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Übersetzungen der englischen Texte befinden sich in den Anmerkungen. Die Zitate aus dem Buch von Jonathan Haidt entnehmen wir mit Angabe der Seitenzahl der deutschen Ausgabe, Hamburg 2024. Die englische Ausgabe des Buches erschien gleichzeitig in New York.

Zur Vorgeschichte

Im Anschluss an das Nationalfondsprojekt «Lebensräume für Kinder» (1), in dem die selbstständige Aktivität fünfjähriger Kinder im Zentrum stand, habe ich bedeutende Anstrengungen unternommen, um die Situation jüngerer Kinder im Alltag, dort wo sie wohnen, zu verbessern und gefordert, dass im Wohnumfeld und auf Quartierstrassen in Wohnquartieren vermehrt Raum für unbegleitete Aktivitäten geschaffen wird. Verschiedene von mir veranlasste Vorstösse im Nationalrat wurden zumeist diskussionslos abgelehnt. Das sei Sache der Gemeinden, der Regionen und letztlich, wie in der Diskussion im Nationalrat deutlich wurde, Aufgabe der Eltern. Meine Forderungen habe ich zuletzt im Buch «Kindheit ohne Raum» (2), welches im September 2023 im LiT Verlag erschienen ist, nochmals formuliert. Zusammenfassend muss man feststellen: Nicht nur in der Politik, auch in der Forschung herrscht eine nicht zu verantwortende Scheu, das Thema der unbegleiteten Aktivität und des dazu notwendigen Raumes, den jüngere Kinder für Ihre gesunde Entwicklung benötigen, zu formulieren und entsprechende Forderungen zu stellen.

Even more telling»

Der Kinderpsychologe Peter Gray hat das Thema der unbegleiteten Aktivität in verschiedenen Aufsätzen neu aufgearbeitet. Dabei knüpft er an die

Ergebnisse unserer Untersuchung «Lebensräume für Kinder» an, wie sie in einer zusammenfassenden Darstellung der Zeitschrift «Children's Environments 1995 erschienen ist. Louise Chawla, die Herausgeberin der Zeitschrift, betonte bereits damals die Bedeutung des Beitrags: «The results make one of the strongest cases yet for the importance of traffic control and good site design for healthy child development and supportive social systems.»(3)

In einem Brief bestätigt Peter Gray seinerseits die Bedeutung unserer wissenschaftlichen Arbeit: «I very much appreciate your 1995 work. It is certainly one of the most compelling studies I have found showing the value of independent play for children and the constraints that occur when parents must escort their children to play (4)

Mit dem Vermerk «even more telling» («noch aufschlussreicher») fasst Peter Gray et al. die Ergebnisse unsere Untersuchung zusammen:

“Even more telling is a study conducted in Zurich, Switzerland, in the early 1990s that compared 5-year-olds living in neighborhoods where children of that age were still allowed to play unsupervised outdoors to 5-year-olds living in economically similar neighborhoods where, because of traffic, such freedom was denied. Parents in the latter group were much more likely than those in the former to take their children to parks, where they could play under parental supervision. The main findings were that those who could play freely in neighborhoods spent, on average, twice as much time outdoors, were much more active while outdoors, had more than twice as many friends, and had better motor and social skills than those deprived of such play. The researcher concluded further that trips to the park with parents failed to compensate for lost neighborhood freedom because (a) parents did not have patience or time to stay long at the park, so play was constricted in time; (b) parental monitoring reduced children's freedom to play in vigorous, challenging, risky ways; (c) there were usually no consistent play groups at parks, so opportunities for collaborative play among friends were reduced; and (d) the parks afforded fewer ways of playing than the neighborhoods because of the greater variety of playthings in neighborhoods, where children could bring out equipment from their homes. Beyond play, other forms of independent activity also appear to promote young people's immediate wellbeing.” (Übersetzung in Anm.5)

In ihrem Aufsatz setzen Grey et al. den Rückgang der unbegleiteten Aktivität von Kindern mit Statistiken in Bezug, welche zeitliche Parallelen zu

Entwicklungen wie zunehmende Ängste, Depressionen, vermehrte Tendenz zu Selbstmord usw., verdeutlichen. Die Autoren kommen zum Schluss: «What we are described so far is a correlation over decades between declines in children's independent activity and mental well-being.» (ebenda, S. 3 ff.) Die Autoren betonen, dass die wohl wichtigste unabhängige Aktivität von Kindern das Spiel darstellt. Die aufgezeigten Parallelen sind eindrücklich, auch wenn die Zusammenhänge, wie die Autoren betonen, als hypothetisch bezeichnet werden müssen.



Die dreijährige Anne zeichnet sich und ihren Vater vor dem Bildschirm. Von der Zeichnerin selbst sieht man nur den aus dem Kinderstuhl herausragenden Kopf. Den Vater «halbiert» die Zeichnerin, resp. klebt ihn in seinem Stuhl vor dem Bildschirm fest. Von der Zeichnerin weiss ich, dass sie den Garten und die Kaninchen der Nachbarn liebt. Sie hat ihr Bild deshalb mit Blumen und Sträucher ergänzt. Den Freiraum im Garten kann sie allerdings nur erreichen, wenn sie von der Mutter über die Brüstung der Terrasse gehoben wird.

Die spielbasierte Kindheit bei Jonathan Haidt

Jonathan Haidt baut sein Buch «Generation Angst» (6) ganz auf der spielbasierten Kindheit auf. Er knüpft an Ausführungen von Peter Gray zur

«unbegleiteten Aktivität» an. Ausführlich geht Haidt auf die Bedeutung der der «spielbasierten Kindheit» ein. Er zitiert Gray, der das freie Spiel bezeichnet als «eine Aktivität, die von den Teilnehmern gesteuert, um ihrer selbst willen unternommen und nicht bewusst verfolgt wird, um Ziele zu erreichen, die von der Aktivität selbst verschieden sind.» (S.71) Haidt selbst bezeichnet es als entscheidende und wichtigste Aktivität der Kinder: «Körperliches Spiel, draussen und zusammen mit anderen Kindern unterschiedlichen Alters, ist die gesündeste, natürlichste und positivste Art des Spielens. Spielen mit einem gewissen Mass an körperlichem Risiko ist entscheidend wichtig, denn dabei lernen Kinder, auf sich selbst und aufeinander zu achten.» Dieses Spiel soll ohne Einflussnahme Erwachsener erfolgen: « Wenn sich Eltern, Lehrerinnen oder Trainer einmischen wird die ganze Sache weniger frei, weniger spielerisch und weniger positiv. Erwachsene können meist nicht anders, als zu dirigieren und zu beschützen.» (S.71) Dem unüberwachten Spiel misst er grosse Bedeutung für die emotionale Entwicklung zu: «Erfahrungen und nicht Informationen sind der Schlüssel zur emotionalen Entwicklung. Bei unüberwachtem, von den Kindern selbst gelenktem Spiel lernen sie am besten (...) ihre Gefühle in den Griff zu kriegen, die Gefühle anderer Kinder zu lesen, sich abzuwechseln, Konflikte zu lösen und fair zu spielen. Kinder sind von sich aus motiviert, diese Fähigkeiten zu erwerben, denn sie wollen mitspielen und weiter Spass mit anderen haben.» (S.72)

Die «smartphonbasierte Kindheit»als Widersacher

«Wenn Heranwachsende anfangen, einen Grossteil ihrer Wachstunden mit ihren Smartphones (und anderen Bildschirmen) zu verbringen, allein dasitzen und sich YouTube-Videos via Autoplay anschauen oder durch endlose Feeds auf Instagram, TikTok und anderen Plattformen scrollen, ergibt sich also offensichtlich ein Problem. Diese Interaktionen weisen in der Regel genau entgegengesetzte, für die virtuelle Welt typische Merkmale auf: Sie sind nicht körperlich, asynchron, eins-zu-mehreren und sie erfolgen entweder allein oder in virtuellen Gruppen, denen man sich leicht anschliessen und die man auch leicht wieder verlassen kann» (HaidS.73)

Was können wir tun? um die katastrophale Verschiebung von der spiel- zur smartphonebasierten Kindheit rückgängig zu machen?

Eine erste Antwort richtet sich an die Produzenten. Haidt überprüft die Frage, ob man Inhalte grundsätzlich für bestimmte Personengruppen reservieren, respektive für Kinder und Jugendliche sperren könnte. Die

Erfahrungen sind negativ: «Ich wünschte, die Unternehmen würden Kinder und Jugendliche von sich aus fürsorglicher behandeln, doch angesichts der Marktinteressen und Geschäftsnormen müssen sie wohl per Gesetz dazu gezwungen werden.» (S.288) Haidt kommt zum Schluss: «Aktuell gibt es keine perfekte Methode für eine universelle Altersprüfung.» (S. 295)

Medien als Erfahrungsblocker

Auch ohne die Möglichkeit einer Altersprüfung ist der Medienkonsum ein Erfahrungsblocker: «Selbst wenn sich der Inhalt dieser Seiten und Apps irgendwie effektiv filtern liesse, um offensichtlich schädliche Inhalte zu entfernen, verringert das suchterzeugende Design dieser Plattformen die Zeit, die für das Spiel von Angesicht zu Angesicht in der wirklichen Welt bleibt. Dieser Zeitverlust ist so schwerwiegend, dass man Smartphones und Tablets in den Händen von Kindern mit Fug und Recht als Erfahrungsblocker bezeichnen kann. Natürlich eröffnen Smartphones eine Welt neuer Erfahrungen, etwa in Videospiele (auch eine Form von Spiel) und virtuellen Freundschaften. Doch das geht auf Kosten von Erfahrungen, auf die Menschen im Laufe ihrer Evolution vorbereitet wurden und die sie in reichem Masse machen müssen, um als Erwachsene zu funktionieren. Es ist als, gäben wir unseren Kleinkindern Tablets mit Filmen übers Laufen, doch diese Filme sind so fesselnd, dass sich die Kids nie die Zeit nehmen oder die Mühe machen, tatsächlich Laufen zu lernen.» (S.73)

Was können Eltern tun?

Die Situation der Eltern ist von Land zu Land verschieden. Während in einigen Bundesstaaten Amerikas Eltern riskieren, der Kindesvernachlässigung angeklagt zu werden, wenn sie ihre Kinder unbegleitet im Freien spielen lassen (Haidt S.298), ist dies in Europa kaum denkbar. Im Gegenteil wird den Eltern Überbehütung vorgeworfen, wenn sie ihre Kinder angeblich unnötig begleiten.

Auch «Eltern, die mit guten Absichten versuchen, ihre Kinder in einer Blase der Zufriedenheit zu erziehen, geschützt vor Frustration, Konsequenzen und negativen Gefühlen, schaden ihnen damit möglicherweise eher. Unter Umständen blockieren sie die Entwicklung von Kompetenz, Selbstkontrolle, Frustrationstoleranz und emotionalem Selbstmanagement. Mehrere Studien haben ergeben, dass solches «Verhätscheln» oder eine «Helikopter-Erziehung» korreliert mit späteren Angststörungen, einer geringen Selbstwirksamkeitserwartung (das innere Vertrauen, dass man tun kann,

was nötig ist, um seine Ziele zu erreichen) und Schwierigkeiten, an der Universität zurechtzukommen.» (S. 97)

Aus meiner Untersuchung bei jüngeren Kinder ergibt ein ergänzender Aspekt. «Überbetreuung und Ehrgeiz» lassen sich gewiss schon früh feststellen. Vergessen wird jedoch die grundlegende Situation vieler Familien mit kleinen Kindern, die isoliert leben und keine Möglichkeit haben, ihre Kinder unbegleitet im Freien spielen zu lassen. Der Druck auf die Eltern, für jede Bewegung kleiner Kinder verantwortlich zu sein, sie ständig «an die Hand zu nehmen» usw. ist gross. Diese Situation führt grundsätzlich dazu, dass Eltern ihre Kinder übermässig eng an sich binden. Wer dies voreilig als verantwortungslose Erziehung zu bezeichnet, übersieht die generelle Situation von Eltern mit jüngeren Kindern ohne Freiraum.

«Viel mehr unüberwachtes Spiel und Unabhängigkeit in der Kindheit.»

Haidt stellt die Forderung nach mehr Raum für unüberwachtes Spiel nicht etwa an die Eltern, sondern an die Regierungen. (S. 298ff) Sie ist identisch mit der von uns seit Jahren erhobenen Forderung nach mehr Spielraum, den Kinder von ihrer Wohnung aus selbständig erreichen, um dort unbeaufsichtigt mit Kindern aus der Nachbarschaft spielen zu können. Die Bedeutung dieses Raumes konnten wir in unserer Forschung mehrfach belegen. Da die Gesetzgebung bezüglich Gestaltung des Wohnumfeldes weitgehend ohne klare Regelung den Regionen und Gemeinden überlässt, besteht einerseits eine gewisse Freiheit, sich vor Ort dafür einzusetzen. Die fehlende rechtliche Absicherung, führt andererseits zu Streitigkeiten mit örtlichen wirtschaftlichen Interessen. Die Eltern und örtliche Organisationen sind in einer schwachen Position. Sie selbst haben keine Möglichkeit, kinderfreundliche Räume im unmittelbaren Umfeld der Wohnung zu schaffen.

Haidt betont dem die Bedeutung des freien Herumstreifens für die Entwicklung der Kinder und als Massnahme gegen zu grossen Medienkonsum

«Eine Kindheit, in der die Kinder frei herumstreifen dürfen, bringt mit grösserer Wahrscheinlichkeit selbstsichere, kompetente junge Erwachsene mit weniger Ängsten hervor als eine Kindheit, die von Sicherheitskult, Furcht und ständiger Überwachung durch Erwachsene geprägt ist...» (Haidt S. 354)

Der direkte Zusammenhang der kinderfreundlichen Gestaltung der Umwelt, des Quartiers mit einem verminderten Medienkonsum der Kinder wird auch von Haidt betont: «Kann aber ein Kind nur per «Elterntaxi» zu einem Geschäft, Park oder befreundeten Kind gelangen, werden immer mehr Kinder zu Hause vor dem Bildschirm landen.» (S, 301)

Betont werden soll hier, dass die Möglichkeit der Eltern, ihre Kinder ins Freie zu lassen, die einfachste und am wenigsten Nerven aufreibende Möglichkeit ist, die Kinder vom übermässigen Fernsehkonsum abzuhalten. Geeigneter Freiraum für Kinder erleichtert es, «in den ersten beiden Lebensjahren gar keine Bildschirme in den Alltag integrieren und dies dann bis zum Alter von rund sechs Jahren auch nur selten zu tun.» (Haidt S. 332 ff)

Der sanfte Weg zur spielbasierten Kindheit

Die Vorstösse von Peter Gray und Jonathan Haidt, die unbegleitete freie Aktivität als ein zentrales Element für ein gesundes Aufwachsen von Kindern zu bezeichnen und negative Auswirkungen bei dessen Fehlen aufzeigen, sind wichtig. Haidts Erkenntnis, dass eine sinnvolle altersgemässe Einschränkung der Medien über Massnahmen seitens der Produzenten wohl scheitert und die Eltern ihrerseits vom Thema des Umganges der Kinder mit den Medien rasch überfordert sind, berechtigen Haidts harte Forderungen, auf die Nutzung der Medien bei Kindern und Jugendlichen weitgehend zu verzichten.

Zugleich verweist Haidt auf den sanften Weg einer Reduktion des Medienkonsums, indem der Staat und regionale Organisationen den Kindern in unmittelbarer Nähe ihrer Wohnung Raum für unbegleitetes Spiel mit Kindern aus der Nachbarschaft zur Verfügung stellen. Dieser Vorschlag stimmt mit jenem überein, den ich im Forschungsprojekt aus dem Jahr 1995 entwickelt und belegt habe. Die unbegleitete Aktivität jüngerer Kinder im Freien erfüllt die Anforderungen der «independent activity» von Gray sowie der «spielbasierten Kindheit» von Haidt. Ja ich konnte nachweisen, dass die Möglich dieses Spiels dem familiären Zusammenleben eine wesentliche Entspannung bringt, indem es die Eltern-Kind-Beziehung lockert. Diese zusätzlichen Erkenntnisse vermitteln den von Gray und Haidt aufgezeigten langfristigen Auswirkungen an Gewicht. Die Wissenschaft ist aufgefordert, die angenommenen langfristige Auswirkungen zusätzlich zu untersuchen und zu belegen. Es ist höchst unwahrscheinlich, dass Defizite in der kindlichen Entwicklung einfach so im weiteren Leben verschwinden.

Unsere Gesellschaft, das fehlende Interesse der Politik für Familien mit kleinen Kindern, die einseitig an den Bedürfnissen der Erwachsenen orientierte Raum- Bau- und Verkehrsplanung führen zu einer Isolation der Familien mit kleinen Kindern. Man muss von «Heimsituationen» sprechen, welche die gesunde Entwicklung der Kinder gefährden und Eltern und Kinder zu eng aneinanderbinden. Qualitativ gute Kitas sind zwar wichtig, aber sie können das Problem der unbegleiteten Aktivität nicht lösen.

Ein Lichtblick für Zürich

Die frühen Untersuchungen über die Auswirkungen der unbegleiteten Aktivität von Kindern im Wohnumfeld wurden in der Stadt Zürich, ergänzt durch Untersuchungen in einer ländlichen Region, durchgeführt. Nun finden sie erfreulicherweise eine Fortsetzung in Zürich. Im Fachstab Soziales Stadtleben (SOD) der Stadt Zürich, haben zwei Mitarbeiterinnen den Auftrag erhalten, Begegnungszonen und Quartierstrassen in Wohnquartieren der Stadt zu überprüfen und Vorschläge zu erarbeiten, wie diese gestaltet werden können, damit dort auch kleine Kinder unbegleitet spielen können. Wichtig ist, dass das Projekt auf einer interdisziplinären Zusammenarbeit zwischen dem Sozialdepartement, dem Tiefbauamt (TAZ) und der Dienstabteilung für Verkehr (DAV) beruht. Die Quartierstrassen in Wohngebieten sind überall dort, wo keine grösseren für das unbegleitete Spiel der Kinder geeignete Räume in unmittelbarer Nähe eingerichtet werden können von besonderer Bedeutung. Sie haben eine zentrale Funktion für das Aufwachsen der Kinder. Gelingt das Vorhaben, so bringt dies vielen Kindern bessere Bedingungen für ihre soziale und motorische Entwicklung, sowie ihren Medienkonsum. Das Zusammenleben mit der Nachbarschaft wird gefördert. Es können nachbarschaftliche Zellen entstehen, die für unsere Gesellschaft von grosser Bedeutung sind.

Erfreulich ist ebenfalls, dass das Problem von Familien im Rahmen des verdichteten Bauens in der Stadt Zürich ebenfalls diskutiert und nach Lösungen gesucht wird. (Emmenegger 2022) (7) Am 31. Mai 2024 erschien im Rahmen der «Teilrevision Bau- und Zonenordnung Hochhäuser» das Merkblatt «Sozial nachhaltiges Wohnhochhaus», in dem die Forderung nach attraktiven «Begegnungs- und Aufenthaltsräumen» enthalten ist. Auch das Stichwort «Barrierefreiheit» wird angeführt. Dass für jüngere Kinder eigenständig erreichbare Aussenräume erforderlich sind, scheint aber nicht, noch nicht genügend beachtet zu sein. (8)

Anmerkungen

1) Hüttenmoser Marco und Degen Zimmermann Dorothe: Lebensräume für Kinder. Empirische Untersuchungen zur Bedeutung des Wohnumfeldes für den Alltag und die Entwicklung der Kinder. Nationales Forschungsprogramm «Stadt und Verkehr», Nr. 70, Zürich 1995

2) Hüttenmoser, Marco: Kindheit ohne Raum, Zürich 2023, LiT Verlag

3) Hüttenmoser Marco: Children and their living surroundings: empirical investigations into the significance of living surroundings for the everyday life and development of children. Child Environment 1995;12:403-13.

Übersetzung der Einleitung von Louise Chawla: «Die Ergebnisse sind eines der bisher stärksten Argumente für die Bedeutung von Verkehrskontrollen und einer guten Standortgestaltung für eine gesunde Entwicklung von Kindern und für unterstützende Sozialsysteme.»

4) Brief Peter Gray vom 20. April 2024. Übersetzung: «Ich schätze Ihre Arbeit von 1995 sehr. Es ist sicherlich eine der überzeugendsten Studien, die ich gefunden habe, die den Wert des eigenständigen Spiels für Kinder und die Zwänge aufzeigt, die entstehen, wenn Eltern ihre Kinder zum „Spielen“ begleiten müssen.

5) Decline in Independent Activity as a Cause of Decline in Children's Mental Wellbeing: Summary of the Evidence Peter Gray, PhD, David F. Lancy, PhD, David F. Bjorklund, PhD; Accepted for Publication, Feb. 2023, by Journal of Pediatrics.

Übersetzung des Text von Peter Gray et al. 2023, S.4) «Noch aussagekräftiger ist eine Studie, die Anfang der 1990er Jahre in Zürich, Schweiz, durchgeführt wurde. Sie verglich 5-Jährige, die in Stadtteilen lebten, in denen Kinder dieses Alters noch unbeaufsichtigt im Freien spielen durften, mit 5-Jährigen, die in wirtschaftlich vergleichbaren Stadtteilen lebten, in denen ihnen diese Freiheit aufgrund des Verkehrs verwehrt wurde.³² Die Eltern der letzteren Gruppe nahmen ihre Kinder viel häufiger als die der ersteren in Parks mit, wo sie unter elterlicher Aufsicht spielen konnten. Die wichtigste Verwehrt war. Die Forscher kamen ferner zu dem Schluss, dass Ausflüge in den Park mit den Eltern den Verlust an Freiheit in der Nachbarschaft nicht ausgleichen konnten, weil (a) die Eltern nicht die Geduld oder die Zeit hatten, lange im Park zu bleiben, so dass das Spiel zeitlich begrenzt war; (b) die elterliche Überwachung die Freiheit der Kinder einschränkte, auf kräftige, herausfordernde und riskante Weise zu spielen; (c) In den Parks

gab es in der Regel keine festen Spielgruppen, so dass die Möglichkeiten für gemeinsames Spielen unter Freunden eingeschränkt waren; und (d) die Parks boten weniger Spielmöglichkeiten als die Wohngebiete, da die Kinder dort eine größere Vielfalt an Spielgeräten von zu Hause mitbringen konnten. Neben dem Spielen scheinen auch andere Formen unabhängiger Aktivitäten das unmittelbare Wohlbefinden junger Menschen fördern»

(...) «Was wir bisher beschrieben haben, ist ein über Jahrzehnte bestehender Rückgang der Eigenaktivität von Kindern und ihrem psychischen Wohlbefinden.»

Einen vergleichbaren Text hat Peter Gray unter dem Titel « Risky Play» im von Loebach S. Little, A, Cox, & P.E. Owens (Eds.), *Fostering the inclusion in the publicrealm...*Routledge 2020, veröffentlicht

6) Jonathan Haidt «Generation Angst», Hamburg, 2024. Alle Seitenangaben und Zitate beziehen sich auf die deutsche Fassung. Das englische Original erschien ebenfalls 2024 in New York.

7) Emmenegger, Barbara: *Sozial nachhaltiges Hochhaus*, Zürich 2022

8)Stadt Zürich: Merkblatt «Sozial nachhaltiges Wohnhochhaus.

<https://www.stadt-zuerich.ch/hbd/de/index/projekte-themen/planung/hochhaus.html>

WWW.kindundumwelt.ch

Dr. Marco Hüttenmoser

Kirchbühlstrasse6

CH.5630 Muri

Info@kindundumwelt.ch

04.08.2024