

Bewerbungsmappe finden werden, hievt man auf Startböcke, auf denen sie sich für zukünftige, unverhohlene Lebenslaufoptimierungen vorbereiten sollen. Freies Spiel zählt nicht, denn da wird ja »nur gespielt« – und auch in Uni-Bewerbungen wird nicht danach gefragt.

Der zunehmende Stellenwert der Schulbildung sowie das empfundene Bedürfnis, einen vorteilhaften Lebenslauf vorweisen zu können, sind nicht die einzigen Gründe für den Niedergang des freien Spiels im Lauf des letzten halben Jahrhunderts. Ebenso einflussreich ist der stetig wachsende Glaube von Erwachsenen, unbeaufsichtigtes Spiel sei gefährlich. Wenn in den Industrieländern heute ein Kind von einem Fremden entführt, missbraucht oder ermordet wird, sind die Medien sofort zur Stelle, was zu übersteigerten Ängsten führt. Die tatsächliche Häufigkeit solcher Fälle ist gering und in den vergangenen Jahren noch zurückgegangen.⁶ In einer großangelegten, internationalen Umfrage jüngerer Datums war die Angst vor Kinderschändern mit 49 Prozent der am häufigsten genannte Grund, warum Eltern das Draußenspiel ihrer Kinder einschränkten.⁷ Andere in der Umfrage oft genannte – und vielleicht realistischere – Ängste waren jene vor Straßenverkehr und Raufbolden. In einer anderen, kleineren Umfrage aus Großbritannien nannten 78 Prozent der befragten Eltern Angst vor Kindesmissbrauch durch Fremde als Grund dafür, das Draußenspiel ihrer Kinder einzuschränken. 52 Prozent nannten Verkehrsgefahren.⁸

In wieder einer anderen Studie – befragt wurden 830 Mütter aus einem geographisch repräsentativen Querschnitt der USA – bejahten 85 Prozent der Befragten die Aussage, dass ihr Kind bzw. ihre Kinder weniger häufig draußen spielen als sie es selbst als Kinder getan hatten.⁹ Gefragt nach den Gründen gegen das Draußenspiel ihrer Kinder, nannten 82 Prozent der Mütter Sicherheitsbedenken und Kriminalität. Überraschenderweise hing das Auftreten dieser Ängste kaum von der geographischen Region ab: in ländlichen Gebieten und kleinen Dörfern waren solche Ängste ähnlich stark ausgeprägt wie in den Städten. Wenn wir Kindern mehr Möglichkeiten eröffnen wollen, draußen frei zu spielen, müssen wir Nachbarschaften derart stärken, dass Eltern diese wieder als sicher erleben. In was für einer Gesellschaft leben wir eigentlich, wenn unsere Kinder nicht einmal mehr sicher und frei an der frischen Luft spielen können?

Statistisch lässt sich der Rückgang des Spielens auch anhand von Tagebuchstudien nachweisen, in denen Eltern gebeten wurden, an zufällig ausgewählten Tagen Aufzeichnungen über die Aktivitäten ihrer Kinder anzufertigen. In einer Langzeitstudie dieser Art verglichen die Soziologin Sandra Hofferth und ihre Kollegen die Zeiten, die repräsentative Stichproben von Kindern im Jahr 1997 täglich mit verschiedenen Aktivitäten verbrachten mit den Zeiten, die eine ähnliche Auswahl von Kindern 1981 mit denselben Aktivitäten verbrachte.¹⁰ Unter anderem zeigte die Studie, dass sechs- bis achtjährige Kinder 18 Prozent mehr Zeit in der Schule, 145 Prozent mehr Zeit mit Schulaufgaben und 168 Prozent mehr Zeit beim Einkaufen mit ihren Eltern verbrachten. Die Kinder verbrachten 1997 55 Prozent weniger Zeit in Gesprächen zu Hause, schauten 19 Prozent weniger fern und spielten 25 Prozent weniger als 1981. All diese Verände-

rungen passierten innerhalb von nur sechzehn Jahren, etwa einer halben Generation. In dieser Studie wurden sowohl Spiele im Haus, wie etwa Brett- oder Computerspiele, als auch Draußenspiele der Kategorie »Spiel« zugerechnet. Es steht zu vermuten, dass der Anteil des Spielens an der frischen Luft um mehr als 25 Prozent zurückgegangen ist, da das Computerspielen, das 1981 im Grunde noch nicht existierte, in diesem Zeitraum zugenommen haben muss. Die Zeit, die Kinder in dieser Altersgruppe 1997 im Durchschnitt spielend verbrachten, einschließlich Computerspiel, lag bei etwas über elf Stunden pro Woche. In einer Folgestudie mit dem gleichen Forschungsansatz stellten Hofferth und ihre Kollegen für den Zeitraum von 1997 bis 2003 eine weitere Zunahme (um 32 Prozent) an Hausaufgabenzeit und eine weitere leichte Abnahme (um 7 Prozent) an spielend verbrachter Zeit fest.¹¹

Wenn Eltern gefragt werden, warum ihre Kinder nicht häufiger draußen spielen, führen sie neben Sicherheitsbedenken häufig auch die Vorlieben der Kinder selbst an. Insbesondere die verführerischen Eigenschaften von Fernseher, Spielkonsolen und Computer werden oft genannt.¹² In einer großangelegten Studie, in der Kinder selbst nach ihren Spielvorlieben gefragt wurden, schnitt allerdings das Draußenspiel mit Freunden am besten ab. Im direkten Vergleich mit bestimmten anderen Aktivitäten gaben 89 Prozent der Kinder an, lieber draußen zu spielen als fernzusehen; 86 Prozent zogen es dem Computerspiel vor.¹³ Vielleicht spielen Kinder heute unter anderem deshalb so viel am Computer, weil dies ein Ort ist, an dem sie frei und ohne Aufsicht und Anleitung von Erwachsenen spielen können. Viele Kinder dürfen draußen nicht frei spielen, und falls doch, so finden sie dort selten Spielkameraden, weshalb sie dann doch lieber drinnen spielen. Natürlich ist dies nicht der einzige Grund für die Beliebtheit von Computerspielen. Am Computer zu spielen, macht großen Spaß und Kinder lernen viel dabei. Aber wenn es um körperliche Fitness, das Erforschen der wirklichen Welt und den Umgang mit Gleichaltrigen geht, sucht das Spielen im Freien seinesgleichen.

DER ANSTIEG PSYCHISCHER STÖRUNGEN IM KINDER- UND JUGENDALTER

Der Niedergang des freien Spiels und der karrierefokussierte Blick auf Kindheit haben gravierende Folgen. Als Beispiel eines gar nicht mal untypischen Kindes aus der Mittelschicht möchte ich Ihnen Evan vorstellen. Evan ist elf Jahre alt. An Werktagen zerrt seine Mutter ihn morgens um halb sieben aus dem Bett, damit er angezogen und gefrühstückt bereitsteht, wenn der Schulbus kommt. Weil es zu gefährlich ist, darf er nicht zu Fuß zur Schule gehen, auch wenn das schneller ginge, mehr Spaß machte und er sich dabei körperlich betätigte. In der Schule sitzt er den Großteil des Tags still, hört seinen Lehrern zu, schreibt Tests, liest, was er lesen soll, schreibt, was er schreiben soll – und bei alledem hängt er in Tagträumen dem nach, was er jetzt in Wirklichkeit gerne täte. Um Verletzungen und rechtlichen Auseinandersetzungen vorzubeugen sowie mehr Zeit zu haben, die Kinder auf die zentralen Vergleichsarbeiten vorzubereiten, hat seine Schule sogar die halbstündige Pause abgeschafft. Nach der Schule folgt Evans Leben

einer – hauptsächlich von seinen Eltern vorgegebenen – Taktung, die ihm eine ausgewogene Mischung an Kompetenzen vermitteln und ihn aus Scherereien heraushalten soll. Montags spielt er Fußball, dienstags Klavier, mittwochs macht er Karate, donnerstags lernt er Spanisch. Am Abend, nachdem er ferngesehen oder am Computer gespielt hat, macht er ein paar Stunden Hausaufgaben. Als Beleg dafür, dass sie ihren Sohn dabei beaufsichtigt hat, muss seine Mutter die Hausaufgaben jeden Abend unterschreiben. Am Wochenende hat Evan ein Punktspiel, geht zur Sonntagsschule und hat dann vielleicht ein wenig Freizeit, die er mit Freunden, aus Gründen der Sicherheit in einem der Elternhäuser, verbringt. Seine Eltern prahlen gerne mit seinen vielen Aktivitäten und erklären dabei stets, dies sei »seine eigene Wahl« und er habe »gern so viel zu tun«. In ihren Augen bereitet er sich auf die Bewerbung an einem renommierten College vor, auf das er ihrer Hoffnung nach in sieben Jahren gehen wird. Evan ist in guter körperlicher Verfassung, aber manchmal gesteht er, sich etwas »ausgebrannt« zu fühlen.

Evan gehört zu den Erfolgreichen. Ein paar Häuser weiter wohnt Hank, bei dem eine Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) festgestellt wurde und der Ritalin nimmt, weil er in der Schule nicht die ganze Zeit stillsitzen kann. Mit dem Medikament kommt er in der Schule ganz gut mit, aber es nimmt ihm auch den Appetit, lässt ihn abends nicht einschlafen und ihm wird davon ganz »komisch«. Hank sagt, er fühle sich nicht wie er selbst, wenn er Ritalin nimmt, und seine Eltern räumen ein, dass er unter dem Einfluss des Medikaments nicht so lebendig, lustig und froh wie sonst sei. Aber sie glauben, keine Wahl zu haben: Er müsse doch in der Schule zumindest ausreichende Noten bekommen, sonst – so ihre Sorge – würde er hoffnungslos zurückfallen.

Freilich leiden heute nicht alle Kinder so sehr wie Evan oder Hank. Aber tatsächlich sind insgesamt zu viele Kinder von ähnlichen Problemen betroffen, und viele fühlen sich ausgebrannt, wenn sie die Schule abschließen – wenn nicht sogar schon davor. Im folgenden Zitat, das ich einem Artikel meiner lokalen Tageszeitung entnommen habe, kommt ein achtzehnjähriger Abiturient zu Wort, der ein um sieben Jahre gealterter Evan sein könnte: »In den letzten beiden Jahren habe ich wie besessen daraufhingearbeitet, erfolgreich zu sein, und habe nicht viel geschlafen. Fast jeden Abend habe ich fünf oder sechs Stunden lang Hausaufgaben gemacht. Das Allerletzte, was ich wollte, war noch mehr Schule.« Im selben Artikel beschrieb eine Achtzehnjährige, die in Harvard angenommen worden war, ihr anstrengendes letztes Schuljahr. Sie hatte ein deutlich erweitertes Leistungskursprogramm absolviert und nebenher noch Zeit für Leistungssport, Geigenunterricht und Kurse in chinesischer Portraitmalerei gefunden. Auch sie fühlte, dass sie ausgebrannt sei und ein Sabbatjahr brauchte, bevor die Uni losging.

Vom anderen Ende des schulischen Altersspektrums berichtet ein Kommentar, den ich auf mein Blog, das ich für die Zeitschrift »Psychology Today« schreibe, erhielt: »Hier in New York gehen die Kinder mit vier Jahren in die Vorschule. Der Sohn meiner besten Freundin wurde im September dort eingeschult. Nach etwa zwei Wochen bekam er von seinem Lehrer Briefe mit nach Hause, in denen von einer möglichen »Leistungsschwäche« die Rede war. Seitdem hat es Briefe über Briefe und zahllose Treffen mit dem

Lehrer gegeben. Meine Freundin versuchte, mit dem Problem fertig zu werden, indem sie ihren Sohn abends zu Hause weiter unterrichtete. Das arme Kind bittet förmlich darum, ins Bett gehen zu dürfen. Inzwischen sind beide entmutigt und fühlen sich als Versager.«¹⁴ Es ist deprimierend, wie häufig Aussagen wie diese zu finden sind.

Eindrücke, Prototypen und ausgewählte Zitate sind eine Sache – belastbare Zahlen eine andere. Wie nimmt sich die geistige Gesundheit junger Menschen heute im statistischen Vergleich mit den vergangenen Jahrzehnten aus?

Die Häufigkeit stressbedingter psychologischer Störungen hat in den vergangenen fünfzig Jahren stark zugenommen. Diese Zunahme ist nicht nur das Ergebnis eines gestiegenen Bewusstseins für solche Störungen und somit der größeren Wahrscheinlichkeit, dass sie entdeckt und behandelt werden. Es gibt tatsächlich ein erhöhtes Auftreten dieser Störungen. Psychologen und Psychiater haben standardisierte Fragebögen entwickelt, um psychische Probleme und Störungen festzustellen. Einige dieser Fragebögen werden seit Jahrzehnten bei Kindern und Jugendlichen in Studien mit großen Fallzahlen eingesetzt. Aufgrund des standardisierten, unveränderten Meßverfahrens lässt sich untersuchen, wie sich die Häufigkeit bestimmter psychologischer Störungen im Lauf der Zeit verändert hat.

Die »Taylor Manifest Anxiety Scale« wird zum Beispiel seit 1952 benutzt, um den Grad von Angststörungen bei Studierenden festzustellen. Seit 1956 wird eine Version dieses Tests auch bei Grundschulern angewendet. Ein anderer Fragebogen, der »Minnesota Multiphasic Personality Inventory« (MMPI), wird seit 1938 an Studierende ausgehändigt, eine Version für Jugendliche (der MMPI-A) ist seit 1951 im Einsatz. Mit Hilfe von MMPI und MMPI-A lassen sich eine Reihe psychologischer Probleme und Störungen feststellen, unter anderem auch Depressionen. All diese Fragebögen bestehen aus Selbstaussagen, denen der Proband zustimmen oder die er ablehnen muss. Zum Beispiel beinhaltet die »Taylor Manifest Anxiety Scale« Aussagen wie »Ich mache mir häufig Sorgen, das etwas Schlimmes passieren wird« oder »Meistens fühle ich mich ganz wohl«. Eine Bejahung der ersten Aussage würde den vom Fragebogen festgestellten Grad der Angst erhöhen, eine Bejahung der zweiten würde ihn verringern. Ein Beispiel für eine Aussage im MMPI, bei der ein »Ja« den festgestellten Depressionsgrad erhöht, ist »Die Zukunft erscheint mir hoffnungslos.«

Jean Twenge, Professorin für Psychologie an der San Diego State University in Kalifornien, hat umfangreiche Untersuchungen über die im Lauf der Jahre aufgetretenen Veränderungen der Testergebnisse bei Kindern und Jugendlichen durchgeführt. Die Ergebnisse sind wahrlich entmutigend. Sie zeigen, dass Angst und Depressionen bei Kindern, Jugendlichen und Studierenden in den Jahrzehnten seit der Entwicklung der Tests kontinuierlich, linear und dramatisch zugenommen haben. Tatsächlich sind die Zunahmen sowohl bei Angst als auch bei Depression so groß, dass der festgestellte Krankheitsgrad bei etwa 85 Prozent der jungen Menschen heute über dem Durchschnittswert ihrer Altersgruppe aus den 1950er Jahren liegt. Aus einer anderen

Perspektive betrachtet, liegen heute fünf- bis achtmal so viele junge Menschen über dem Wert, der vor fünfzig Jahren die wahrscheinliche Diagnose einer klinisch signifikanten Angststörung oder einer schweren Depression bedeutete hätte. Diese Zunahmen sind bei Grund- und Sekundarschülern genauso stark wie bei Studierenden ausgeprägt, wenn nicht gar stärker.¹⁵

Unabhängig von Twenge und ihren Kollegen untersuchte die Psychologin Cassandra Newsom mit ihrem Team die zwischen 1948 und 1989 gesammelten MMPI- und MMPI-A-Werte von Jugendlichen im Alter von vierzehn bis sechzehn Jahren.¹⁶ Ihre Ergebnisse sind mit Twenges vergleichbar. In ihrem Artikel zeigen Newsom und ihr Team tabellarisch die Antworten der Jugendlichen auf bestimmte Selbstaussagen aus den Jahren 1948 und 1989, in denen große Referenzgruppen untersucht worden waren. Zur Veranschaulichung werden nachfolgend die Ergebnisse von fünf jener Selbstaussagen, die sich mit am stärksten veränderten, wiedergegeben.¹⁷

	1948	1989
»Ich wache morgens meist frisch und erholt auf.«	74,6 %	31,3 %
»Wenn ich arbeite, bin ich sehr angespannt.«	16,2 %	41,6 %
»Meistens empfinde ich das Leben als Belastung.«	9,5 %	35,0 %
»Ich habe mehr als genug erlebt, was mir Sorgen bereitet.«	22,6 %	55,2 %
»Ich habe Angst, den Verstand zu verlieren.«	4,1 %	23,4 %

Ein noch ernüchternder Gradmesser für den Niedergang der psychischen Gesundheit junger Menschen ist die Selbstmordstatistik. Seit 1950 hat sich in den Vereinigten Staaten die Selbstmordrate bei Kindern unter fünfzehn Jahren vervierfacht; bei Fünfzehn- bis Vierundzwanzigjährigen hat sie sich mehr als verdoppelt. Im selben Zeitraum ist die Selbstmordrate bei Erwachsenen zwischen fünfundzwanzig und vierzig Jahren nur leicht angestiegen und bei den über Vierzigjährigen sogar zurückgegangen.¹⁸

Diese Zunahmen scheinen kaum etwas mit den realistischen Gefahren und Unsicherheiten in der Welt insgesamt zu tun zu haben. Die Veränderungen hängen nicht mit Konjunkturzyklen, Kriegen oder anderen nationalen oder internationalen Ereignissen zusammen, von denen man häufig sagt, sie würden die psychische Verfassung junger Menschen beeinflussen. Die Raten von Angst und Depressionen bei Kindern und Jugendlichen waren während der Weltwirtschaftskrise, während des Zweiten Weltkriegs, im Kalten Krieg und in den turbulenten 1960er und frühen 70er Jahren weit niedriger, als sie es heute sind. Viel mehr als damit, wie die Welt wirklich ist, scheinen die Veränderungen mit der Art und Weise zu tun zu haben, wie junge Menschen die Welt betrachten.

Man weiß heute mit Sicherheit über Angst und Depression, dass sie stark damit zusammenhängen, ob Menschen ein Gefühl der Kontrolle bzw. der mangelnden Kontrolle über ihr eigenes Leben haben. Menschen, die glauben, ihr Schicksal selbst in die Hand

nehmen zu können, entwickeln mit viel geringerer Wahrscheinlichkeit Angstzustände oder Depressionen als jene, die glauben, Opfer von Umständen zu sein, die sie nicht beeinflussen können. Man könnte nun annehmen, dass das Empfinden der persönlichen Kontrolle in den vergangenen Jahrzehnten gestiegen wäre. In Vorbeugung und Behandlung von Krankheiten hat es wirkliche Fortschritte gegeben; alte Vorurteile, die Menschen aufgrund von Ethnie, Geschlecht oder sexueller Orientierung benachteiligt haben, wurden abgebaut; und der Durchschnittsbürger ist heute wohlhabender als in vergangenen Jahrzehnten. Dennoch zeigen die Daten, dass das Empfinden junger Menschen, ihr Leben selbst in der Hand zu haben, stetig zurückging.

Das Standardwerkzeug zur Erhebung von Kontrollüberzeugungen ist die »Internal-External Locus of Control Scale«, ein Fragebogen, der in den späten 1950er Jahren von dem Psychologen Julien Rotter entwickelt wurde. Der Fragebogen besteht aus dreiundzwanzig Aussagespaaren. In jedem steht eine der Aussagen für eine interne Kontrollüberzeugung (Kontrolle durch die Person selbst) und die andere für eine externe Kontrollüberzeugung (Kontrolle durch äußere Umstände). Bei jedem der Paare muss sich die Testperson entscheiden, welche der beiden Aussagen wahrer ist. Eines der Paare lautet zum Beispiel: »(a) Ich habe oft die Erfahrung gemacht, dass die Dinge kommen, wie sie kommen müssen. – (b) Es hat sich für mich als gut erwiesen, selbst Entscheidungen zu treffen, anstatt mich auf das Schicksal zu verlassen.« In diesem Fall steht (a) für eine externe und (b) für eine interne Kontrollüberzeugung.

Twenge und ihr Team haben die Ergebnisse vieler Studien analysiert, die zwischen 1960 und 2002 die Kontrollüberzeugung bei Gruppen von Studierenden sowie Kindern im Alter von neun bis vierzehn Jahren untersucht hatten. Für beide Altersgruppen stellten sie in diesem Zeitraum eine dramatische Verschiebung der Durchschnittswerte vom internalen zum externalen Ende der Skala fest. Die Veränderungen sind so gravierend, dass der durchschnittliche junge Mensch 2002 externalere Kontrollüberzeugungen hatte (also eher dazu tendierte, mangelnde persönliche Kontrolle anzugeben) als 80 Prozent der jungen Menschen in den 1960er Jahren. Der Zuwachs des Gefühls von externaler Kontrolle hat sich über den Zeitraum dieser zweiundvierzig Jahre ebenso linear wie bei der Zunahme von Depressionen und Angst entwickelt.¹⁹

Viele Gründe sprechen dafür, einen ursächlichen Zusammenhang zwischen dem Zuwachs an externalen Kontrollüberzeugungen und der Zunahme von Angst und Depression anzunehmen. Die klinische Forschung hat wiederholt gezeigt, dass die hilflosen Gefühle, die mit einer externalen Kontrollüberzeugung verbunden sind, sowohl Kinder und Jugendliche als auch Erwachsene für Angst und Depression anfällig machen.²⁰ Wenn Menschen glauben, keine oder nur wenig Kontrolle über das eigene Schicksal zu haben, werden sie ängstlich: »Mir kann jederzeit etwas Schreckliches passieren, und ich werde nichts dagegen tun können.« Wenn die Angst und das Gefühl der Hilflosigkeit zu groß werden, werden Menschen depressiv: »Alle Versuche sind zwecklos, ich werde ohnehin scheitern.« Die Forschung hat auch gezeigt, dass Menschen mit einer externalen Kontrollüberzeugung mit geringerer Wahrscheinlichkeit

Verantwortung für ihre eigene Gesundheit, ihre eigene Zukunft sowie ihre Gemeinschaften übernehmen als Menschen mit einer internalen Kontrollüberzeugung.²¹

DIE FREIHEIT DER KINDER NIMMT AB – PSYCHISCHE STÖRUNGEN NEHMEN ZU

Wie Ihnen jeder gute Wissenschaftler erzählen kann, bedeutet Korrelation nicht unbedingt Kausalität. Die Beobachtung, dass Angst, Depression, Gefühle von Hilflosigkeit und verschiedene andere Störungen bei jungen Menschen zugenommen haben, während ein Rückgang von Spiel zu beobachten war, beweist an sich noch nicht, dass Erstes von Letzterem verursacht wurde. Allerdings gibt es überzeugende logische Gründe für eine solche Kausalität.

Im freien Spiel lernen Kinder auf natürliche Weise, dass sie nicht hilflos sind. Beim Spielen ohne Erwachsene haben Kinder wirklich die Kontrolle und können lernen, diese auch auszuüben. Beim freiem Spiel lernen Kinder, ihre eigenen Entscheidungen zu treffen, ihre eigenen Probleme zu lösen, Regeln aufzustellen und sich daran zu halten sowie anderen auf Augenhöhe zu begegnen, anstatt als gehorsame oder rebellische Untergebene. Beim lebhaften Spielen im Freien – beim Rutschen, Schaukeln oder Herumwirbeln auf dem Spielplatz, beim Erklimmen von Klettergerüsten oder Bäumen oder bei Kunststücken mit dem Skateboard – setzen sich Kinder absichtlich einer angemessenen Dosis Angst aus und lernen dabei nicht nur ihre Körper zu kontrollieren, sondern auch ihre Angst. Beim Sozialspiel lernen Kinder, wie man mit anderen verhandelt, wie man anderen gefällt und wie man den Ärger reguliert und überwindet, der in Konflikten entstehen kann. Freies Spiel ist auch der Weg, auf dem die Natur Kindern hilft zu entdecken, was sie mögen und was ihnen liegt. Im Spiel probieren Kinder viele Aktivitäten aus und entdecken so, wo ihre Talente und Vorlieben liegen. Keine dieser Lektionen kann mit Worten vermittelt werden. Sie lassen sich nur durch Erfahrungen lernen, und solche ermöglicht das freie Spiel. Die vorherrschenden Gefühle beim Spielen sind Interessiertheit und Freude.

In der Schule können Kinder hingegen keine eigenen Entscheidungen treffen; sie haben zu tun, was ihnen gesagt wird. In der Schule lernen Kinder, dass Noten eine entscheidende Rolle spielen. Sogar außerhalb der Schule verbringen Kinder immer mehr von ihrer Zeit an Orten, an denen sie von Erwachsenen gelenkt, beschützt, umsorgt, bewertet, kritisiert, gelobt und belohnt werden. In einer Reihe von Forschungsarbeiten, die sie in reichen, städtischen Außenbezirken im Nordosten der Vereinigten Staaten durchführten, fanden die Psychologin Suniya Luthar und ihre Kollegen heraus, dass jene Kinder, die sich am meisten von ihren Eltern schulisch unter Druck gesetzt fühlten und die am häufigsten von einer Freizeitaktivität zur nächsten gefahren wurden, sich auch mit viel höherer Wahrscheinlichkeit ängstlich oder depressiv fühlten.²² Jedes Mal, wenn wir Kindern die Möglichkeit zu freiem Spiel nehmen, indem wir ihren Schultag oder sonstige unter Anleitung von Erwachsenen ausgeübte

Aktivitäten verlängern, berauben wir sie weiterer Möglichkeiten, zu lernen, ihr eigenes Leben zu kontrollieren, und zu verstehen, dass sie nicht bloß Opfer von Umständen und mächtigen Anderen sind.

Vor ein paar Jahren untersuchten die Psychologen Mihály Csíkszentmihályi und Jeremy Hunter in einer Studie die Zufriedenheit und Unzufriedenheit von Sechst- bis Zwölftklässlern an öffentlichen Schulen. Mehr als achthundert Teilnehmende von drei- und dreißig Schulen in zwölf verschiedenen Gemeinden aus dem ganzen Land trugen eine Woche lang besondere Armbanduhren, die zu zufälligen Zeiten zwischen 7 Uhr 30 und 22 Uhr 30 Uhr Tonsignale abgaben. Sobald ein Signal erklang, füllten die Teilnehmenden einen Fragebogen aus und vermerkten, wo sie waren, was sie taten und wie glücklich oder unglücklich sie gerade waren. Die niedrigsten Glückswerte traten auf, wenn die Kinder in der Schule waren, die höchsten, wenn sie nicht mehr in der Schule waren und mit Freunden plauderten oder spielten. Mit Eltern verbrachte Zeit lag im mittleren Bereich der Glück-Unglück-Skala. Die durchschnittliche Zufriedenheit nahm am Wochenende zu, jedoch stürzte sie dann in Erwartung der kommenden Schulwoche vom späten Sonntagnachmittag bis zum Abend ab.²³

Wie sind wir bloß zu dem Schluss gekommen, dass die Bildung unserer Kinder am besten gelingt, wenn wir ihnen eine Umgebung aufzwingen, in der sie sich langweilen, unglücklich sind und Angst haben?

Wir haben es hier mit einer grausamen Ironie zu tun: Im Namen der Bildung haben wir Kinder zunehmend der Zeit und Freiheit beraubt, die sie brauchen, um sich auf ihre ureigene Weise selbst zu bilden. Und im Namen der Sicherheit haben wir Kindern die Freiheit genommen, die sie für die Herausbildung von Verständnis, Mut und Selbstvertrauen brauchen, um den Gefahren und Herausforderungen des Lebens mit Gelassenheit begegnen zu können. Wir befinden uns in einer Krise, die mit jedem Jahr ernster wird. Wir haben den Blick dafür verloren, wie man Kinder auf natürliche Weise aufwachsen lässt. Wir haben – nicht nur in den Vereinigten Staaten, sondern in der gesamten industrialisierten Welt – den Blick für die Kompetenzen von Kindern verloren. Wir haben eine Welt geschaffen, in der Kinder ihre natürlichen Instinkte, sich um ihre eigene Bildung zu kümmern, unterdrücken müssen und stattdessen gedankenlos den von Erwachsenen angelegten Holzwegen folgen. Wir haben eine Welt geschaffen, die viele junge Menschen buchstäblich verrückt werden lässt und viele andere daran hindert, das Selbstvertrauen und die Fähigkeiten, die sie als verantwortungsvolle Erwachsene benötigen, zu entwickeln.

Trotz alledem gehen die lautstarken Forderungen von Politikern und Kommentatoren heute eher in die Richtung einer restriktiveren Schulbildung. Sie fordern mehr standardisierte Prüfungen, mehr Hausaufgaben, mehr Aufsicht, sie fordern den Ausbau der Ganztagschule, längere Schuljahre und strengere Sanktionen für Kinder, die wegen eines Familienurlaubs der Schule ein oder zwei Tage fernbleiben. Hier scheinen sich die Politikerinnen und Politiker aller großer Parteien auf allen Regierungs- und

Verwaltungsebenen ausnahmsweise einmal einig zu sein: Mehr Beschulung und mehr Prüfungen sind besser als weniger Beschulung und weniger Prüfungen.

Es ist an der Zeit, dass Menschen, die es besser wissen, aufstehen und sich diesem erschreckenden Trend entgegenstellen. Kinder brauchen nicht mehr Schulbildung. Sie brauchen weniger Beschulung und mehr Freiheit. Sie brauchen Umfelder, die sicher genug sind, um darin zu spielen und zu erkunden – und sie brauchen freien Zugang zu Werkzeugen, Ideen und Menschen (einschließlich Spielkameraden), die ihnen auf ihren selbstgewählten Pfaden weiterhelfen können.

Dies ist kein anklagendes Buch; es ist ein hoffnungsvolles Buch, das einen Weg zu Verbesserungen aufzeigt. Es ist ein Buch für Menschen mit internaler Kontrollüberzeugung, die einen Beitrag zur Verbesserung der Welt leisten möchten, anstatt gleichgültig mit den Schultern zu zucken und zu sagen: »Es ist wie es ist, finden wir uns besser damit ab.« Wie ich in den folgenden Kapiteln zeigen werde, hat die natürliche Auslese Menschenkinder mit starken Instinkten ausgestattet, um für ihre eigene Bildung zu sorgen, und wir sind töricht, wenn wir Kindern die notwendigen Bedingungen zum Ausleben dieser Instinkte vorenthalten.

2 EIN LEBEN VOLLER SPIEL: KINDER IN JÄGER-UND- SAMMLER- GEMEINSCHAFTEN

Eine halbe Weltreise und auch in jeder anderen Hinsicht weit von dem Bildungsdruck entfernt, dem Evan und Hank ausgesetzt sind, lebt Kwi. Er ist, genau wie sie, elf Jahre alt und wächst in einer Kultur auf, die den Instinkten und dem Urteilsvermögen von Kindern vertraut. Kwi lebt in der afrikanischen Kalahari-Wüste in einer Jäger- und Sammler-Gemeinschaft, die Teil einer kulturellen Gruppe namens Ju/'hoansi ist. Für Kwi gibt es keine Schule und keinen festen Zeitplan. Er steht auf, wenn er ausgeschlafen hat, und verbringt den Tag so, wie es ihm gefällt. Mit seinen Freunden unterschiedlichen Alters spielt und erkundet er ohne Aufsicht von Erwachsenen in der Nähe des Lagers, mitunter auch weit davon entfernt. Das macht er seit seinem vierten Lebensjahr, dem Alter, ab dem Kinder nach Meinung der erwachsenen Ju/'hoansi selbst vernünftig urteilen können und sich selbst soweit unter Kontrolle haben, dass sie nicht länger in der Nähe der Erwachsenen zu bleiben brauchen. Jeder Tag bringt neue Abenteuer, neue Lerngelegenheiten.

Weil sie erfolgreiche Erwachsene werden wollen, spielen Kwi und seine Freunde aus eigenem Antrieb alle grundlegenden Aktivitäten im Leben ihrer Gemeinschaft nach. Meist spielen sie Spurenlesen und Jagen. Mit Pfeil und Bogen stellen sie Schmetterlingen, Vögeln, Nagetieren und manchmal sogar größerem Wild nach und schießen darauf. Sie bauen Hütten und Werkzeuge, die denen der Erwachsenen ähneln. Mit großer Freude imitieren sie in übertriebener Manier die Geräusche und Verhaltensweisen von Kudus, Gnus, Löwen und anderen Tierarten, deren Gewohnheiten sie kennen müssen, um geschickte Jäger zu werden und Angriffe abwehren zu können; und sie spielen Spiele, in denen sie die Rollen unterschiedlicher Tiere einnehmen. Das Reden und Handeln von Erwachsenen aus ihrer eigenen sowie besuchenden Gruppen beobachten sie sorgfältig und karikieren es mit viel Humor. Manchmal ziehen sie weit hinaus in den Busch und entdecken geheime, versteckte Orte. Indem sie laufen, haschen, springen, klettern, werfen und tanzen, entwickeln sie gesunde Körper und eine gute Koordination. Sie bauen Musikinstrumente, spielen die vertrauten Lieder der Ju/'hoansi und erfinden neue. All dies tun sie, weil sie Lust dazu haben. Niemand sagt ihnen, sie müssten es tun. Niemand fragt sie ab. Kein Erwachsener versucht, ihr Spiel anzuleiten, obwohl sich manchmal besonders die jüngeren Erwachsenen zum Spaß daran