

Einführung und Aufbau des Buches.

Die Idee zu diesem Buch entstand aus einem Vortrag von mir zur gesunden Hirnentwicklung von Kindern und Jugendlichen in Zeiten der Digitalisierung.

Beginnen wir also auch hier bei der Einführung mit dem Thema der Digitalisierung und was sie für den Menschen bedeuten kann.

Digitalisierung ist per se sicherlich nicht pathogen und andererseits auch nicht per se ein Glücksbringer, wie sie oft medial und in der Werbung daherkommt.

Da die Digitalisierung sich aber von den früheren damals neuen Technologien insofern unterscheidet, als die Digitalisierung technologisch ohne Bremsen angeboten wird, liegt das Maß und die Balance allein beim Nutzer und seiner Kompetenz dafür. Gesellschaftliche Regelwerke sind nicht vorhanden, laufen der Entwicklung hinterher oder sind unfertig, langsam und wenig wirksam.

Da wir wissen, dass die Dosis das Gift macht, gilt das natürlich auch für die Nutzung digitaler Medien ebenso wie für den Umfang der Digitalisierung im jeweiligen Alltag. Darauf nimmt die Digitalisierung allerdings keine Rücksicht und der Einzelne hat dafür Sorge zu tragen, dass die Dosis verträglich bleibt.

Ein wichtiges Ziel in der Digital-Bildung ist somit die souveräne Mediennutzung – die Medienresilienz. Das bedeutet, dass ich eine gute eigene Selbststeuerung habe, die mir erlaubt, die Medien (Fernsehen, Smartphone, Internet, Apps, Games, Virtual Reality, Internet der Dinge) in einer Weise zu nutzen, dass ich:

- auswählen kann, was mir wichtig ist,
- ich mir ein Zeitlimit vor dem Bildschirm setzen kann, ich also Kraft habe, dem Sog weiterzumachen zu widerstehen,
- ich zu einer inneren Klarheit komme, was am digitalen Angebot mir echte Freude macht bzw. tatsächlichen Gewinn auf einer mir wichtigen Ebene bringt,
- ich mir ausreichend analoge Zeit für Direktkommunikation, sinnliche Genüsse, Bewegung, Ruhe gönnen,
- also einen wesensnahen Lebensstil entwickeln kann, der im Einklang ist mit dem „Du“ und der Biosphäre.

(Was das genau heißt, schauen wir uns noch in Ruhe an).

Digitalisierung birgt in sich die einmalige und erstmalige Chance auf ein menschlicheres Leben, in dem Automaten und Roboter den Menschen harte Arbeit abnehmen und ihnen so Zeit ermöglicht für kreatives Arbeiten, Zeit für Kinder und Partner sowie für Freunde und Nachbarn, Gemeinwohlaktivitäten, Muße, Lebenspflege etc. Wir alle müssen darauf achten, dass diese Chance nicht vertan wird und in Digitalisierung als algorithmischer Selbstzweck mündet und damit für menschliche Zwecke endet. Digitalisierung braucht also die Einbindung in unser demokratisches Leben und eine grundsätzliche Gemeinwohl-Orientierung. Das ist aktuell noch nicht einmal als gesellschaftliches Ziel formuliert, wir müssen uns also darum kümmern (siehe Kapitel 3 und 5).

Es wird gesagt, dass Digitalisierung ab jetzt immer weiter und schneller fortschreitet und alle Menschen ab jetzt immer weiter digital lernen müssen – lebenslang. Aber was ist Digitalisierung und haben wir Einfluss darauf, was sie für uns jeweils persönlich ist?

Digitalisierung als eine dem Menschen dienende Technologie heißt im Zentrum **analog-digitale** Balance jedes Einzelnen. Die analog-digitale

Balance gehört als fester Bestandteil zur Digitalisierung. Das heißt, wir müssen, wenn wir Digitalisierung z. B. an Schulen oder Unternehmen lehren, außer der Vermittlung von gekonnter Nutzung digitaler Medien vor allem auch die Freude und Kreativität an analogem Erleben gleichrangig lehren. Dazu gehören z. B. Begegnungen, sinnliches Wahrnehmen mit allen Sinnen wie beim Naturerleben, aber auch von ästhetischen Faszinationen der Baukunst, von technologisch Sichtbarem, der Kunst der Darbietungen in Bild, Musik, Theater, Tanz und Sport im direkten Erleben, ohne Bild- und Video-Aufnahmen mit dem Handy anzufertigen, und schließlich gehören dazu auch die Ruhe und Muße und der erholende Schlaf, die im globalisierten Alltag leicht verloren gehen.

Digitalisierung, wenn sie dem Menschen dienen soll, darf nicht ohne das analoge Leben stattfinden. Das muss dann ebenfalls gelehrt und gelernt werden. Dabei ist lebenslanges Lernen im analogen Alltag normal und kann auf die digitale Nutzung ausgedehnt werden. Und die Lehrenden sollen dies als Vorbilder dann auch können, d. h. sie müssen selbst in guter Selbststeuerung sein und die Kinder und Jugendlichen ebenfalls, um das fassen zu können.

Ein Merksatz schon einmal im Voraus:

Digitalisierung dient den Menschen nur, wenn die analog-digitale Balance und Selbststeuerung der einzelnen Menschen existiert und funktioniert, und nur so ist eine souveräne Mediennutzung für die Gesellschaft möglich, nur so entsteht eine Medienresilienz ohne Suchtgefahr und Kreativitätsverlust von zu vielen Menschen!

Wie und wann entsteht nun Selbststeuerung? Und da sind wir schon bei der Gehirnentwicklung in den ersten Lebensjahren der Kinder auf dieser Welt. Wenn sie gut gelingt, steht dem Kind im weiteren Leben viel Potenzial zur Verfügung auf dem Boden einer gut gebahnten Selbststeuerung, wenn nicht, ist die Impulskontrolle oft nicht ausreichend aus-

gebildet, was das Gestalten der Mediennutzung eben schwierig macht und nicht selten einer Mediensucht den Weg bahnt. Auch zum eigenen Glück ist der Weg dann oft weit.

Konsum und Sofortbefriedigung online sind dann ein letztlich schaler Ersatz mit großer Traurigkeit und Ohnmacht im Hintergrund, bewusst oder unbewusst.

Ein Gelingen braucht nun gute Randbedingungen, z. B. ausgeruhte, verlässliche Eltern, die dem neuen Erdenbürger eine dyadische Kommunikation ermöglichen (dyadisch: zwei in eins, siehe Kapitel 1).

Ausgeruht? Wie soll das gehen, wo die Mehrheit der Bundesbürger schlecht schläft bis zur Schlafstörung, wo der Stress „Allgemeingut“ ist und fast die Hälfte der Erwachsenen Bluthochdruck hat?

Und das Bildungssystem orientiert sich mehr an Erfordernissen der Wirtschaft als an der Hirnentwicklung und physiologischen Gegebenheiten. Auch der jetzt in der Corona-Pandemie beklagte Mangel an Tablets und Druckern in vielen Familien, die soziale Ungleichheit in der Kompetenz von Eltern für ein Homeschooling, dto, bei vielen Lehrern und das weitgehende Fehlen praktikabler Digitalkonzepte in der Schule ist ein verständliches Klagen über äußere Umstände.

Aber im Zentrum müsste hier stehen, dass die Beziehungsfähigkeit von Schülern und Lehrern den Boden abgibt, auf dem digitales Lernen funktioniert. Der emotionale Kontakt der Schüler mit ihren begeisterungsfähigen Lehrern ist die Basis der Freude der Schüler am Lernen und des hirnphysiologisch möglichen Lernertrags und -erfolgs. Dieser Mangel tritt bisher noch in den Hintergrund und Schule muss sich grandios wandeln in ihren Grundkonzepten, auch um z. B. digitalen Unterricht als Teil von Schule fruchtbar zu machen.

Und da die Anforderungen der Zukunft teilweise noch unscharf sind, sich noch nicht ganz deutlich herausgebildet haben, muss Schule sich auf eine große Flexibilität in den Lehrinhalten und Kommunikationswegen vorbereiten, die Lehrer müssen in guter, auch vegetativer Balance sein, um da mitgehen zu können. Und die Schüler profitieren dann hauptsächlich von Lehrern mit guter Psycho-Sozial-Kompetenz, Begeisterungsfähigkeit und persönlicher Zufriedenheit mit der Fähigkeit zur eigenen Lebenspflege.

Hier ist es eben wichtig, dass auch immer mehr Eltern, Lehrer und Politiker Kenntnis von gesunder Hirnentwicklung und dyadischer Kommunikation haben, ebenso wie Lernen im Schulalter hirnphysiologisch gut und nachhaltig funktioniert und dieses Wissen in die Gestaltung hierfür notwendiger Lebensverhältnisse umsetzen. Dabei können Eltern in ihrem Lebensraum viel gestalten und die Politik mit ihrer klaren Haltung kraftvoll anregen und fordern, indem immer mehr Eltern ihr Leben mit Lebensstilen, die einen guten Platz für Kinder hat, passend einrichten.

Dann kann sich die Gesellschaft im Interesse aller Kinder so entwickeln, dass Artikel 2II des Grundgesetzes wieder in Kraft gesetzt wird, in dem es heißt: „Jeder hat das Recht auf Leben und Unversehrtheit.“. Das ist bei behinderter Hirnentwicklung der Kinder dauerhaft verletzt. Und die Gesellschaft schadet sich mit. Eine gesunde Hirnentwicklung darf aber nicht zur Disposition stehen.

Dieses Grundrecht ist gültig, wird aber kaum beachtet, geht sozusagen derzeit noch unter bei dem Primat des Wachstums und der Renditen im liberalisierten Markt. Ohne Anbindung an das Gemeinwohl und neoliberal „entfesselt“ trägt ein solches „Markt“-Geschehen sein Ende aber schon in sich, es ist nicht zukunftsfähig, da die soziale Ungleichheit und das Misstrauen in der Gesellschaft mitwächst.

Ich möchte hierfür etwas Licht ins Dunkel bringen. Schauen wir uns also den Aufbau des Buches an.

Hinweis:

Viele aktuelle Entwicklungen laufen derzeit so schnell, dass man eher Momentaufnahmen erstellen kann, klar prognostizierfähig sind sie nicht. Sie passen daher letztlich nicht recht in ein Buchformat, weil sie zu rasch überholt sein können. Das betrifft z. B. die Entwicklung der Corona-Pandemie, den Bürgerrat und anderes. Daher verfolge und begleite ich dies weiter in „Neltings Welt“ unter der Rubrik „Offensichtlich“. Sie gelangen dorthin, wenn Sie den QR-Code auf der Rückseite des Buches scannen. Ich lade Sie nach Lektüre des Buches dazu herzlich ein.

Aufbau des Buches

Kapitel 1

In Kapitel 1 will ich erst einmal beispielhaft die gesunde Hirnentwicklung eines neuen Erdenbürgers darstellen, die später mit großer Sicherheit volles Potenzial ermöglicht.

Es folgt, eng damit verbunden, die Bedeutung der Telomere, den schützenden Endkappen der Chromosomen aus dem Gebiet der Epigenetik (um die Gene herum, z. B. An- und Abschaltfaktoren für Gene). Die Telomere sind wichtig, weil sie eine große Rolle spielen dafür, ob die Hirnentwicklung unter Stress und Angst oder eher stress- und angstarm stattfinden kann und welche Gene dafür ein- bzw. abgeschaltet werden (Ja, so etwas passiert tatsächlich in den Zellkernen!).

Kinder sind ja grundsätzlich sehr verschieden, „unvergleichlich“, und sie fordern ihre Eltern auch ganz unterschiedlich, daher schaue ich in diesem Zusammenhang auch auf sogenannte hochsensible und resiliente Kinder.

Kapitel 2

Dann möchte ich in Kapitel 2 die Situation der Eltern darstellen, einmal für sich als Menschen, dann aber gerade für ihre Elternschaft, beginnend mit der Empfängnis. Dafür ist ihr Stress-Level hochbedeutsam, der u. a. von ihrer eigenen Kindheit und Einstellung zum Leben, ihrem Lebensstil, ihrer Haltung, ihrer Arbeit und ihrer eigenen Kompetenz in Sachen Kommunikation mit Menschen und bei Medien abhängt und weiterhin von ihrer sozialen Situation. Aber hierher gehören auch viele Fragen, besonders zum Thema des Mutterseins, natürlich auch des Vaterseins, persönlich und in der Gesellschaft. All das bedingt mit, wie sie ihrer Aufgaben als Eltern nachkommen und ob sie ihren Kindern Liebe geben können.

Kapitel 3

Dann kommen wir in Kapitel 3 zu den Tabus und schauen uns an, was den Verrat an den Kindern eigentlich ausmacht. Dies betrifft die Themen der Gewalt ebenso wie die Wirkung der Frühpädagogik und Ausrichtung des Schulsystems. Ganz folgerichtig kommen wir dabei auf gesellschaftliche Fragen, also was die konsequente Umsetzung des Grundgesetzes Art. 2 II eigentlich behindert und schauen uns die aktuelle Lage der Kinder in Deutschland an, die wir für viele verbessern müssen, ja, hier verwende ich einmal das Wort „müssen“. Denn Verwahrlosung und Gewaltformen gegenüber Kindern sind eben auch bei uns für viele Kinder trauriger Alltag.

Insofern trägt der häufige Verweis auf die Zustände in der sogenannten Dritten Welt eine Überheblichkeit in sich, die wir nun gar nicht brauchen können, zumal sie falsch ist und wir von Menschen aus anderen Ländern in Deutschland auch viel lernen können. Denn unsere aktuelle westliche Lebensweise ist trotz Redefreiheit, freien Wahlen und recht verlässlichem Justiz-System, die als demokratische Errungenschaften unbedingt zu erhalten sind, oft eher eng, hohl und weithin inhuman, wie man an den Bedingungen für viele Kinder sieht.

Die westliche Lebensweise ist ein durchaus fragwürdiges Exportprodukt für andere angeblich unterentwickelte Länder, in denen wir neben den erkannten Missständen dort, an denen die westliche Welt früher im Kolonialismus und ebenso in unseren aktuellen Wirtschaftsbeziehungen einschneidend beteiligt war und ist, z. B. auch eine Freundlichkeit, Gastfreundschaft, Kooperation und naturnahe Kultur und Strukturen, z. B. in Familien, erleben können, die uns in Deutschland in unserer Überindividualisierung im Neoliberalismus fremd geworden ist. Wir brauchen also gerade hier bei uns die Kraft des interkulturellen, wertschätzenden und kooperativen Austausches mit anderen Ländern.

Wir sehen also, dass es so vielen Kindern hier bei uns in ihren Familien nicht gut geht. Daher verwende ich u. a. auch die Schreibweise „heim“lich, weil im Heim, also zu Hause, für so viele Kinder sowohl die Hirnentwicklung behindert wird als auch so viel Leid entsteht, dies meist schweigend, ohne dass etwas nach draußen dringt und ohne das Verantwortliche, die vielfach darüber Bescheid wissen, dies im Blick halten und bessere politische Rahmenbedingungen zur Abhilfe schaffen (darüber ausführlich mehr in Kapitel 4 und 5).

Dabei kommt hier auch in den Fokus, weshalb es vielen Eltern aktuell nicht gelingt oder gar nicht gelingen kann, ihren Kindern Schutz und Liebe zu geben. Denn viele Eltern sind schon für ihr eigenes Leben überfordert, viele selbst verletzt oder traumatisiert. Diese Wunden werden vielfach transgenerational weitergegeben, auch dies gilt es zu unterbrechen und zu heilen. Hier setzt das Buch an, beleuchtet die Tabus, zeigt die Zusammenhänge und wie wir im Alltag gestalten und grundlegend ändern können.

Dabei ist, wie gesagt, auch ein Blick auf den Sinn von Frühbetreuung und Kitas wichtig, und die Schule muss natürlich in den kritischen Fokus. Denn wir haben, wie schon erwähnt, große Aufgaben im Schulsystem zu gestalten, damit die Schule nicht das kreative Potenzial der Schüler einschränkt, wenn nicht gar vielfach vernichtet.

Kapitel 4

Nach diesem Blick auf die Realität der unterschiedlichen Lebensräume und Entwicklungs-Möglichkeiten bzw. -Behinderungen von Kindern schauen wir uns in Kapitel 4 die tieferen Ursachen und Folgen von Schutzlosigkeit bei Kindern in der Gesellschaft an. Dabei kommt auch die große Bedeutung zur Sprache, die einerseits die wirtschaftlichen Gegebenheiten für die Familien-Atmosphären haben, andererseits die ersten Kinderjahre und die wirksamen Erziehungsansichten der Eltern für

die Gesellschaft bis hin zu entsprechenden Lebensgefühlen und Menschenbildern sowie politischen Meinungsbildungs-Prozessen.

Dabei geht es insbesondere um die Auswirkungen von Eltern-Begleitung der Entwicklung der Kinder in Liebe und Vertrauen und im Gegensatz dazu die autoritär-kontrollierende Erziehung mit der strengen Forderung nach Gehorsam, Unterordnung sowie ggf. der Anwendung von Strafen, Liebesentzug oder Prügel. Die meisten Eltern werden sich aktuell vermutlich als liebende Eltern einordnen. Es geht aber auch darum, warum die Annahme begründet ist, dass tatsächlich zunehmend mehr Kinder in eine liebevolle Kindheit kommen können und warum dies die Demokratie stärken wird.

In unser Blickfeld kommen dabei natürlich auch die Politiker, die wir gut auswählen und auf unsere Seite als Bürger ziehen sollten, um dahin zu kommen, wie wir leben wollen. Dabei ist es für unsere Wahlentscheidungen wichtig, dass wir solche Politiker wählen, die persönliche Macht steuern können und gefestigt sind gegen bürgerfernen, korruptionsnahen Lobbyismus und autoritäre Gesinnungen und mit Liebe ihren Dienst tun.

Kapitel 5

Nach dieser Vorbereitung gelangen wir nun in Kapitel 5 in die Gestaltungsräume, die Erwachsene haben: Zuerst privat und dabei insbesondere als Vorbilder für ihre Kinder, denn **wenn es den Erwachsenen gut geht, geht es meist den Kindern auch gut**. Wir schauen uns dann aber auch die Gestaltungsräume in der Region und natürlich der Politik an. Dabei werden wir uns zwangsläufig immer wieder an dem aktuellen Primat von Wirtschafts-Wachstum und Finanzmacht stoßen, was aber unsere Gestaltungs-Ideen kreativ anregen wird.

Dieses Stoßen ist aber unumgänglich, weil so unser Gespür für die grundsätzliche Frage, wie wir gegenwärtig eigentlich leben wollen, umso mehr,

wie wir bzw. unsere Kinder zukünftig leben können, nach ihren kreativen Vorstellungen sensibilisiert und innerlich etabliert wird.

Die Corona-Pandemie hat sehr vielen von uns diesbezüglich ja im Lockdown auch eine kollektive Erfahrung in Mitmenschlichkeit und Kooperation beschert, weiterhin die Bedeutung von verfügbarer Zeit ins Erleben gebracht sowie uns die Notwendigkeit und den Zwangs-Charakter ausufernden Konsums hinterfragen lassen. All das hat in der Gestaltung Bedeutung.

Der Mensch ist in seiner Physiologie und seinem Sein zwar an naturgesetzliche Entwicklungen gebunden (die Gene selbst werden sich nicht in kürzester Zeit ändern), die aktuellen Verhältnisse sind allerdings menschengemacht, daher eben nicht unveränderlich. Bedenken wir, dass die sogenannte Liberalisierung der Märkte und der Finanzwelt in Deutschland um das Jahr 1990 begann und es das Smartphone erst seit 14 Jahren gibt.

Wir schauen uns also auch bei den Gestaltungsräumen in Kapitel 5 das Wissen um den Status quo der gesellschaftlichen Verhältnisse an, die wir in Kapitel 4 herausgearbeitet haben, weil wir ein Engagement von vielen brauchen, damit es nicht weiter zu den vielen Bindungsstörungen, Impulskontrollstörungen, Vernachlässigung und Gewalt in Familien und Suchtverhalten bei Drogen und im Medienbereich kommt.

Ebenso möchte ich das Gerechtigkeitsthema eines ausreichenden Einkommens für die vollständige Teilhabe an der Gesellschaft und an den Grundrechten an verschiedenen Stellen des Buches ansprechen, und was das für die Kleinsten bedeutet. Dabei werde ich auch vielfach erklären, wieso Kinder, die mit viel Liebe aufgewachsen konnten, deutlich weniger verführbar sind für Drogen und Konsumwerbung, aber auch kaum Resonanz zeigen auf Fremdenfeindlichkeit, Ausgrenzung und autoritäres und rechtsextremes Gedankengut.

Ich spreche aus der Praxis. In unseren psychosomatischen Kliniken entwickelt jeder einzelne Mensch in unserer Begleitung mit uns zusammen passende Lösungen für das weitere Leben. Dabei kommen auch immer die familiären und gesellschaftlichen Probleme ins Visier, die Menschen krank werden lassen und an der Entstehung ihrer Krankheiten mitbeteiligt sind bzw. sie bei der Gesundung behindern können. Dies nehme ich an verschiedenen Stellen auch hier im Buch auf.

Die zu erwartenden disruptiven Entwicklungen in der Arbeitswelt und im gesellschaftlichen Alltag und wie wir damit menschlich und zukunfts-fähig umgehen können, kommen natürlich ebenfalls kapitelübergreifend zur Sprache.

Ich verwende im Text vielfach die Worte „Wirtschaft“ und „Politik“ in einer verallgemeinerten systemischen Bedeutung. Dies soll natürlich keine Aussage zu dem einzelnen Unternehmer und Politiker sein. Ich sehe viele und kenne einige persönlich, die sich in klarer Haltung gemeinwohlorientiert zu Wort melden und handeln. Hierzu habe ich Näheres in Kapitel 5 auf Seite 503 ausgeführt.

Kapitel 6

Eine Gesellschafts-Skizze, wie sie bald aussehen könnte, schließt das Buch ab.

Die Kapitel habe ich am Ende jeweils kurz zusammengefasst.

Spektrum – Kinderschutz weltweit

Danach folgt eine kurze Erweiterung der Thematik auf die Situation der Kinder international, die Themen der Überbevölkerung, der gesundheitlichen Bedrohungen von Kindern und wie wir gemeinsam Kinderrechte in der Welt umsetzen und sichern können. Hier sind insbesondere die UN und der Weltzukunftsrat mit Sitz in Hamburg sowie die Aktivitäten von Auma Obama im Weltzukunftsrat und ihrer Stiftung „Sauti Kuu“ sowie die von ihr angeregte Sansibar-Erklärung, wichtige und hoffnungsvolle Institutionen und Projekte, die die Augen nicht verschließen und viele gute Entwicklungen weltweit initiiieren.

Nach der Danksagung folgen „Letzte Worte“, der QR-Code für eine Leser*innen-Botschaft und der Anhang mit diversen Informationen.

Wir haben an einigen Stellen im Buch (hauptsächlich in Kapitel 5) **QR-Codes** zum Scannen mit Ihrem Handy abgedruckt, die einzelne Themen noch einmal positionieren und unterfüttern. Sie können auch nach der Lektüre im Anhang in der QR-Code Liste ausgesucht und angeschaut werden.

Wir und andere haben Zuversicht und viele Ideen, von denen wir viele schon erfolgreich ausprobiert haben. Und ich denke, das macht vielen Lust darauf hin, in dieses menschliche, kooperative Handeln zu kommen und ein Leben mit mehr Zeit und Platz auch für Kinder zu gestalten. Viele der hier genannten Gestaltungsideen sind im Alltag praktikabel, Sie werden sie auf Ihre eigene Art und Weise aufgreifen, abwandeln oder ergänzen. Lassen Sie sich inspirieren und anregen!

Vorwort Dr. Auma Obama

Ich fühle mich sehr geehrt, meine Stimme – meine starke Stimme – zu der Diskussion um das Wohlergehen beziehungsweise Nicht-Wohlergehen von Kindern beitragen zu dürfen.

Es geht hier um die Auseinandersetzung mit dem Verrat der Gesellschaft an den Kindern, die vorgibt, sie zu schützen; darum, dass sich um diesen Verrat ein Schleier des Wegschauens, Verdrängens und Schweigens ausbreitet, den es aufzudecken gilt. Darum geht es in diesem Buch – darum, was dagegen getan werden muss.

Laut Dr. med. Manfred Nelting gibt es im reichen Land Deutschland sehr viele Kinder, denen es „weniger gut oder skandalös schlecht“ geht. Von frühester Kindheit an werden ihnen die Lebensgrundlagen durch einen Mangel an Liebe, Zuneigung und Schutz durch die eigenen Eltern genommen. Vernachlässigten Kindern, die eine bedrückende emotionale Kälte, emotionale und körperliche Gewalt oder Missbrauch erfahren haben, fehlt das Grundvertrauen in das Leben. Die hirnphysiologische Selbststeuerung kann nicht ausgebildet werden. Seine These: Um die Rahmenbedingungen einer gesunden, natürlichen, unbehinderten Hirnentwicklung eines Kindes als Grundbedingung für sein künftiges psychisches Wohlergehen zu ermöglichen, braucht ein Kind in den ersten Lebensjahren Liebe, emotionale Wärme und eine schützende Umgebung.

An erster Stelle sind wir Eltern (ich zähle mich dazu) dazu aufgefordert – als fundamentale Voraussetzung – darauf zu achten, dass unsere Kinder diese Liebe und Zuneigung bekommen. Das ist das Fundament einer Elternschaft.

Unsere Aufgabe als Eltern müssen wir sehr ernst nehmen und ihr nachkommen. Wir müssen unsere Prioritäten richtig setzen, und unsere Kinder sollten an erster Stelle stehen.

In dem Moment, in dem wir Eltern werden, nimmt unser Lebensstil, unsere Haltung, unser Verhältnis zur Arbeit eine neue bedeutende Di-

mension an. Unsere ganze Einstellung zum Leben, unsere soziale und finanzielle Situation wird infrage gestellt. Alles hat einen Einfluss darauf, wie oder ob wir unseren Kindern die Liebe, Zuneigung und den Schutz schenken können, die oder den sie brauchen. Leider gelingt es vielen Eltern nicht, da sie in den meisten Fällen selbst Betroffene sind und verletzt oder traumatisiert aufwachsen mussten. Überfordert vom eigenen Leben können sie nur ihre Wunden (vielfach transgenerational) weitergegeben.

Es gilt, dieses Muster zu durchbrechen und zu heilen. Nur so können wir eine gesunde Gesellschaft schaffen. Die Kinder sind das Potenzial dieser Gesellschaft und wenn wir nicht darauf achten, dass es unseren Kindern gut geht, wird die Stabilität unserer Gesellschaft gefährdet und wir schaden uns selbst.

Kinder kommen mit vollem Potenzial in die Welt. Mit ihrer Geburt sind schon alle Voraussetzungen, alle Eigenschaften vorhanden, ein gut wohlfunktionierendes, ausgeglichenes Mitglied der Gesellschaft zu werden. Wir, die Eltern, die Gesellschaft beeinflussen und bestimmen, inwiefern diese Eigenschaften positiv entwickelt werden. Wir können sie nähren und fördern oder wir können sie unterdrücken, sogar kaputt machen.

Dass dies so vielen Kindern angetan wird und was ihnen damit an Potenzial verwehrt wird, ist eben dieser Verrat der Gesellschaft an den Kindern.

Das Problem, so Dr. Nelting, muss sehr ernst genommen werden. Wir Eltern – und hiermit meine ich tatsächlich WIR, die Normalverbraucher (Es braucht ein Dorf, um ein Kind zu erziehen¹), und die Gesellschaft – stellvertretend für Soziales, Politisches und Wirtschaftliches sind gefragt, sich intensiv mit dem Thema zu beschäftigen und notwendigerweise unser Verhalten zu ändern.

Damit sich die Gesellschaft im Interesse der Kinder entwickeln kann, müssen wir unseren Lebensstil passend einrichten, damit für die Kinder ein guter, sicherer und liebevoller Platz geschaffen wird. Jedes Handeln, jede Veränderung muss darauf abzielen, unseren Kindern Liebe und

Vertrauen in ihr Leben und die Welt zu geben. Letztendlich kommt es uns und unserer Gesellschaft zu Gute.

Im Allgemeinen wird davon ausgegangen, dass die Kinder in den sogenannten Entwicklungsländern gefährdeter und benachteiligter sind. Und ja, in Zusammenhang mit der westlichen Definition von Wohlbefinden, das auf materiellem Wohlstand basiert ist, könnte man so argumentieren. Materieller Wohlstand ist jedoch nicht das einzige Maß für das Wohlbefinden. Tatsächlich ist es eher ein Zusatz, und das nur, wenn die anderen wichtigeren Komponenten Liebe, Zuneigung und Schutz vorhanden sind.

Wir in den sogenannten Entwicklungsländern neigen dazu, die westliche Welt, d. h. Europa und Nordamerika als Maß aller Dinge zu betrachten, auch im Hinblick darauf, wie wir Wohlbefinden definieren. Und immer mehr tendieren wir dazu, unser Wohlergehen und das unserer Kinder darauf basieren zu lassen, wie die westlichen Länder unseren Wohlstand und die Entwicklung definieren – eine Definition gemessen an materiellen Wohlstand und stark gefördert durch die klassische Entwicklungshilfe-Politik. Was dazu geführt hat, dass wir uns als arm und unentwickelt sehen. Und das, obwohl die westliche Lebensweise in vieler Hinsicht – insbesondere in Bezug auf die Kindererziehung – nicht notwendigerweise für uns geeignet ist. Immer häufiger glauben Kinder und Jugendliche in den sogenannten Entwicklungsländern, dass ihre Probleme darauf zurückzuführen sind, dass sie finanziell bzw. materiell benachteiligt sind. Aber nur, weil man keinen Strom und fließendes Wasser hat, heißt es noch lange nicht, dass man arm und unglücklich ist. Liebe, Zuneigung und Schutz brauchen keinen Strom und fließendes Wasser. Konsum und sofortige Bedürfnisbefriedigung ist keine Grundlage für ein Grundvertrauen in die Welt. Sie garantieren nicht das Glück. Auch die Freiheiten, die in den sogenannten entwickelten Ländern genossen werden, sind oft sehr stark zugunsten der Bürokratie konzipiert. Das System muss sich dem Menschen anpassen und nicht umgekehrt. Sich an ein System anpassen bedeutet in vielen Fällen Einengung und Mangel an Mitgefühl.

Der häufige Verweis auf den schrecklichen Zustand der Kinder, die in den sogenannten Entwicklungsländern aufwachsen, erwähnt selten die Tatsache, dass viele dieser Kinder trotz materieller Armut (im europäischen Sinne) viel Liebe und Zuneigung erfahren. Sie wachsen in einer Umgebung auf, die Werte wie Respekt, Gastfreundschaft, Familien-Ethik und das Wohlergehen der Kollektive, u. a. die Grundwerte, sehr hoch schätzt. Ihre Lebensgrundlage ist von frühestem Lebensalter an durch Liebe und Zuneigung geprägt. Erst im Umgang mit „europäischen“ Verhältnissen kommen Gefühle der Benachteiligung und des Versagens auf, die dann auch zu psychischen Problemen führen.

Mit dieser Aussage will ich nicht behaupten, dass wir in den sogenannten Entwicklungsländern nicht auch Fälle haben, wo Liebe, Zuneigung und Schutz fehlen. Auch wir erleben eine Einengung und mangelnde Empathie in unseren modernen gesellschaftlichen Strukturen. Auch unsere Systeme orientieren sich immer mehr an den Erfordernissen der globalen Wirtschaftsstrukturen. Ihre Entwicklung wird beschleunigt durch den immer größer werdenden Einfluss der Digitalisierung. Es hat zur Folge, dass eine Diskussion um das psychische Wohlergehen der Menschen, insbesondere der Kinder, und die Grundlagen für eine gesunde Hirnentwicklung in den ersten Lebensjahren in dieser Umgebung nicht stattfindet.

Nichtsdestotrotz müssen wir eine dauerhafte, zukunftsfähige Grundlage für unsere Kinder schaffen, müssen ihren Lebensraum schützen, bewahren und lebenswert machen. Auch wenn viele glauben, dass sie nichts an den Zuständen ändern können, wir Eltern und die Gesellschaft können und müssen für das unverzügliche Schaffen von Bedingungen für eine körperlich-emotionale Unversehrtheit unserer Kinder mit gesunder Hirnentwicklung in den ersten Kinderjahren als Grundlage späterer Gesundheit, sozialer Widerstandskraft und souveräner Mediennutzung sorgen. Das können wir aber nur dann tun, wenn wir aufhören, sie einer Welt, die für Geldpolitik und ein profitorientiertes individualistisches ökonomisches System mit sinnlosem Konsum und sofortiger Bedürfnis-

befriedigung steht, vorzuziehen. Wir müssen mehr Verantwortung für unsere Kinder übernehmen, wenn wir bessere Lebensbedingungen für sie im Heute und in der Zukunft schaffen wollen.

Erst dann werden wir die aktuellen globalen Probleme und Herausforderungen, die den Schutz der Menschheit und die Bewahrung des Planeten Erde gefährden, wie beispielsweise Umweltzerstörung, Klimawandel, Kriege, Gewalttaten und bittere Armut, bewältigen. Sie sind Teil der Lösung.

Wir wissen, was zu tun ist. Es geht nur um das Wie. Wichtig ist, dass die Lösungen nicht nur aus dem industrialisierten Westen kommen, sondern von überall auf der Welt – auch von den sogenannten Entwicklungsländern. Ich fordere den Status Quo des westlichen Blickes auf die Dinge heraus, um auch insbesondere in den Ländern des Südens nach Lösungen zu suchen. Die Kraft des interkulturellen, wertschätzenden und kooperativen Austausches darf nicht unterschätzt werden. In der globalisierten Welt von heute können wir nur gemeinsam die Herausforderungen und Probleme meistern, da sie uns alle gleichermaßen betreffen. So wie wir alle Teil des Problems sind, so sind wir alle auch Teil der Lösung.

Ich appelliere an unser Verantwortungsgefühl, nicht nur gegenüber unseren Kindern heute, sondern auch für zukünftige Generationen. Unser Selbsterhaltungstrieb muss über unsere Generation hinaus und auch für unsere Kindeskinder gelten. Es reicht nicht aus, sich darauf zu verlassen, dass die Politik schon alles richten wird. Ja, wir müssen darauf achten, dass sie verantwortungsvolles und nachhaltiges Handeln effektiv verbreitet und umsetzt, aber wir sind ebenso dafür verantwortlich – und das ist unsere vordringlichste Aufgabe – unseren Kindern Liebe, Zuneigung und Schutz zu schenken. Jeder Einzelne von uns muss mitverantworten, dass zukünftige Generationen ein besseres Leben führen. In meiner Stiftung, die Auma Obama Foundation Sauti Kuu („Starke Stimmen“ auf Kiswahili) arbeiten wir mit Kindern und Jugendlichen im Alter zwischen 4 – 25 Jahren, um ihnen eine Stimme zu geben. Mit einer

starken Stimme können sie Teil der Gestaltung gesellschaftlicher Prozesse sein. Es geht um die Förderung und Entfaltung der eigenen Persönlichkeit und des kreativen Potenzials des Kindes, geistig wie körperlich, um sie für das Erwachsenenleben mit allen Herausforderungen auszurüsten, d. h. die Erlangung eigenen Glücks und Zufriedenheit.

Die abrupte gesellschaftliche „Vollbremsung“, die die COVID-19-Pandemie uns unterzogen hat, gibt uns die Gelegenheit für ein anderes neues Denken und die Gelegenheit, eine Kurskorrektur unseres gesellschaftspolitischen Leitbildes in Erwägung zu ziehen. Es ist eine Gelegenheit, weltweit daran zu arbeiten, die besten politischen Konzepte einzusetzen; Themen entsprechend in politischen und gesellschaftlichen Entscheidungsprozessen zu verankern, die entscheidend für das Leben und das Überleben jetziger und zukünftiger Generationen sind. Und daran sollen sich alle beteiligen: privat und öffentlich engagierte Menschen, Bürgerrechtler, Politiker, Akademiker und Humanisten.

Ich freue mich sehr, für dieses so wichtige Werk einen Beitrag leisten zu können und ich wünsche Dr. Manfred Nelting und seiner Frau Elke Nelting viel Erfolg mit der Verbreitung ihrer so wichtigen Gedanken.

Nairobi, Juni 2020 Dr. Auma Obama
Gründerin/ Direktor, Sauti Kuu Foundation



Dr. Auma Obama ist Gründerin und Vorsitzende der Auma Obama Foundation Sauti Kuu, internationale Keynote Speakerin, Buchautorin und Gastdozentin für die Themen ökologische und ökonomische Nachhaltigkeit sowie soziale Verantwortung. Die Schwester des 44. US-Präsidenten Barack Obama möchte mit ihrer Stimme insbesondere auch benachteiligten Menschen eine Stimme verleihen, die auf der ganzen Welt gehört wird.

Dr. Obama wurde in Kenia geboren und wuchs dort auf. Sie studierte in Deutschland, wo sie einen Masterabschluss an der Universität Heidelberg erhielt. Nach diesem Masterstudium schloss sie ein Studium an der Deutschen Film- und Fernsehakademie in Berlin ab und promovierte gleichzeitig an der Universität Bayreuth. Im Anschluss an ihre erfolgreiche Promotion zog sie nach England und arbeitete dort für ein lokales Jugendamt, das „Children's Services Department“. Es folgte ein Umzug nach Kenia, wo Dr. Obama knapp 5 Jahre für die internationale Hilfsorganisation CARE tätig war. Zu Ihren Aufgaben gehörte u. a. die Koordination des Programmes „Sport for Social Change“, einer Initiative aus Sport und Bildung zur Stärkung des Selbstbewusstseins von Kindern und Jugendlichen. Hier wurde ein besonderer Fokus auf Mädchen aus benachteiligten Verhältnissen gelegt.

Dr. Obama ist Vorsitzende der Kinder- und Jugendlichen-Kommission des World Future Councils („Weltzukunftsrat“) rsp. Ratsmitglied des World Future Council. Außerdem Mitglied des Organisationsrats der Kilimandscharo-Initiative, die junge verbrechensgefährdete Menschen dabei unterstützt, ihr Leben gewaltfrei zu verbringen und sich und ihre Gemeinden positiv zu entwickeln, sowie für mehrere Jahre im Kuratorium der Stiftung Lesen und Schirmherrin des Storymoja-Lesefestival in Nairobi.

Dr. Auma Obama ist Gründerin und Vorsitzende der Auma Obama Foundation Sauti Kuu. Sauti Kuu stammt aus der Sprache Kiswahili und bedeutet

auf Deutsch „Starke Stimmen“. Die Stiftung möchte benachteiligten Kindern und Jugendlichen eine Stimme geben und ihre Potenziale wecken und stärken. Dies geschieht durch praxisnahe Schulungen, welche für die Kinder und Jugendlichen ökonomisch nachhaltig sind. Die Stiftung basiert auf dem Prinzip „Hilfe zur Selbsthilfe“ durch Unterstützung und Motivation, damit junge Generationen ihr Schicksal selbst in die Hand nehmen und so erfolgreich ihre Zukunft steuern.

Als bekannte Buchautorin (u. a. „Das Leben kommt immer dazwischen: Stationen einer Reise“) und Vortragsrednerin wird Dr. Auma Obama als Key Noterin und Speaker zum Thema ökologische, ökonomische und soziale Nachhaltigkeit in ganz Europa und weltweit gebucht.

Vortragsthemen: You are Your Future – Impulse für Verantwortlichkeit

Preise & Ehrungen:

- Hans-Rosenthal-Ehrenpreis
(für ihr soziales und humanitäres Engagement),
Mai 2019
- Internationaler TÜV Rheinland Global Compact Award,
Oktober 2017
- Fit4Future Ehrenaward, Juni 2017
- Kiwanis Award 2016, Kiwanis Club Stuttgart,
März 2016
- World Human Rights Award, Magazin Look, Austria,
November 2015
- German Speakers Award, GSA German Speakers Association,
September 2015
- International B.A.U.M Special Award,
September 2015
- Prix Courage Award, ZDF Mona Lisa und Clarins Paris,
Oktober 2014