



## Kindheits- erinnerungen auf der Spur

Kinder können sich besser an Erlebnisse erinnern, die sie mit ihren Eltern besprechen. Gemeinsames Erinnern kann ein schönes Ritual sein – beispielsweise vor dem Zubettgehen.

Foto: Unsplash

«Die Erinnerung ist das einzige Paradies, aus welchem wir nicht vertrieben werden können», schrieb der deutsche Dichter und Pädagoge Jean Paul. In der Tat ist die Erinnerung an früher, insbesondere an unsere Kinderjahre, oft paradiesisch: Stundenlang draussen mit Freunden spielen oder beim Kuchenbacken genüsslich die restliche Kuchenmischung vertilgen. An solche Dinge können sich wahrscheinlich die meisten Menschen erinnern. Aber wie sieht es aus, wenn wir auf dem Zeitstrahl weiter zurück gehen? Die ersten wackeligen Schritte oder die Schmerzen beim Zahnen dürften kaum jemandem präsent sein.

### Vergessen für neue Hirnzellen

Für das grosse Vergessen, die sogenannte Kindheitsamnesie, gibt es unterschiedliche Erklärungen. Einerseits entwickeln sich Konzepte von Ort und Zeit sowie das Bewusstsein für die eigene Person im Alter von drei bis vier Jahren. Erst dadurch wird es möglich, Erinnerungen im autobiografischen Gedächtnis abzuspeichern. Dafür braucht es nämlich ein Wo, ein Was und ein Wann.

Andererseits könnte die Neurogenese, also die Neubildung von Hirnzellen, eine Rolle spielen. Neurowissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass sich einige der Hirnstrukturen für das autobiografische Gedächtnis noch bis ins junge Erwachsenenalter stark verändern. Diese Umstrukturierungen könnten dazu führen, dass wir frühe Erinnerungen nicht mehr abrufen können.

### Vergessen für die Sprache

Die Kindheitsamnesie könnte aber auch mit der Sprachentwicklung zusammenhängen. Im Laufe der Entwicklung lernen Kleinkinder immer mehr Wörter und können kurze Sätze bilden. Während sie sich das Erlebte davor anhand von Gefühlen, Bildern oder Handlungen gemerkt haben, speichern sie dieses ab drei bis vier Jahren zunehmend in sprachlicher Form ab. Möglicherweise erschwert das den Abruf von nichtsprachlichen Erinnerungen.

Dass die Sprache beim Vorgang des Erinnerns eine wichtige Funktion einnimmt, zeigen Studien von Harlene Hayne. Die neuseeländische Psychologin fand heraus, dass sich Menschen aus verschiedenen Kulturkreisen unterschiedlich weit zurück erinnern. Besonders frühe Erinnerungen haben die neuseeländischen Maori (durchschnittlich im Alter von zweieinhalb Jahren), gefolgt von Europäern und Amerikanern (durchschnittlich mit dreieinhalb Jahren). Noch spätere Erinnerungen haben Angehörige asiatischer Kulturen – nämlich erst mit vier Jahren. Offenbar hängt dies mit dem Erzählstil in der jeweiligen Kultur zusammen. Denn Ereignisse graben sich stärker ins Gedächtnis, wenn sie sprachlich vermittelt werden. Womöglich sprechen Maori-Eltern mit ihrem Nachwuchs häufiger und ausführlicher über die Vergangenheit.

Auch die amerikanische Psychologin Patricia Bauer konnte nachweisen, dass Kinder sich besser erinnern, wenn sie mit ihren Müttern detailliert über gemeinsame Erlebnisse sprechen. Eltern können Erinnerungen fördern, indem sie Kinder beispielsweise abends fragen, was sie den Tag durch erlebt haben und die Kinder erzählen lassen. Gemeinsames Erinnern ist gut für die Entwicklung. Kinder werden dadurch emotional ausgeglichener und zufriedener.