



Michael Winterhoff in seiner Praxis in Bonn.

«Eltern wollen von ihren Kindern geliebt werden»

Der deutsche Kinder- und Jugendpsychiater Michael Winterhoff warnt in seinem neuen Buch vor einer ganzen Generation entwicklungsgestörter Kinder, die nur tun, wozu sie Lust haben. Das Problem ortet er bei den Erwachsenen.

Michael Winterhoff, den Alarmismus über die verzogene Jugend gibt es seit Menschengedenken. Was ist diesmal anders?

(lacht) Mein Buch «SOS Kinderseele» basiert auf konkreten Erfahrungen, die ich in meiner Praxis mache. Und tatsächlich können Sie die Kinder von heute mit denen von vor 10 oder 20 Jahren nicht mehr vergleichen.

Worin unterscheiden sie sich?

Beispiel Schule: 1995 waren Kinder ganz selbstverständlich in der Lage, vier Stunden ruhig auf einem Stuhl zu sitzen. Sie haben ihre Lehrerin anerkannt und ihre Aufträge ausgeführt. Wenn Sie heute in irgendeine beliebige Grundschule in Deutschland reinlaufen, finden Sie diese Kinder zwar auch noch, aber als Ausnahme. Die Mehrheit liegt unter den Tischen, läuft rum und macht nicht das, was sie machen soll. Noch schlimmer: Über 50 Prozent unserer Schulabgänger sind offenbar nicht in der Lage zu arbeiten – wie wir von den Unternehmen hören. Den jungen Menschen fehlen vor allem sogenannte Soft Skills: Arbeitshaltung, Erkennen von Strukturen und Abläufen, Sinn für Pünktlichkeit. Wenn das Handy klingelt, ist das wichtiger als der Kunde, der vor ihnen steht.

Über 50 Prozent der deutschen Schulabgänger sind nicht in der Lage zu arbeiten.

50 Prozent?

Über 50 Prozent. Das fällt bisher noch nicht so auf, weil wir viele Hilfsmassnahmen haben, etwa Vorbereitungsjahre. Deren Wirkung bleibt allerdings begrenzt. Wenn wir eine Gesellschaft werden wollen mit Menschen, die als Erwachsene leben wie Kinder, also nur lustbetont und den Eltern auf der Tasche liegend, dann sind wir auf dem besten Weg. Wenn wir aber Menschen haben wollen, die Verantwortung für sich und andere übernehmen können, dann sollten wir dringend Gegensteuer geben.

Sie führen Ihre Praxis seit 1988. Seit wann stellen Sie diese Entwicklung fest?

Bis Mitte der 90er-Jahre hatten Kinder den Entwicklungsstand ihres Alters. Ab dann tauchten mehr und mehr auf, deren Auffälligkeiten in einer Entwicklungsstörung gründen. Die Jugendlichen, die heute in meine Praxis kommen, sehen aus wie Teenager, haben aber emotional und sozial den Reifegrad eines 16 Monate alten Kleinkinds. Die glauben, dass sie alles und jeden steuern können und leben rein lustorientiert. Sie stellen sich auf niemand anderen ein, sondern erwarten, dass man sich auf sie einstellt.

Das ist schwer vorstellbar.

Es geht um zwischenmenschliches Verständnis. Wenn wir hier miteinander reden, dann ist es egal, ob ich Hunger habe oder müde bin, ich führe jetzt dieses Gespräch und stelle mich auf Sie ein. Dass ich das kann, ist meiner emotionalen-sozialen Psyche zu verdanken. Bis Mitte der 90er-Jahre hat sich die bei allen Kindern wie von alleine gebildet. Heute fehlt sie bei 70 Prozent der Kinder im Grundschulbereich.

Wenn Kinder auffällig sind, liegt das immer an den Erwachsenen.

Vor 20 Jahren hat sich also etwas grundlegend verändert?

Ja. Wenn Kinder auffällig sind, liegt das immer an den Erwachsenen. Die Eltern, die mit ihren Kindern zu mir kommen, sind engagiert und tun alles für ihren Nachwuchs, sind ihm gegenüber aber gleichzeitig blockiert. Sie verhalten sich nicht wie Erwachsene gegenüber Kindern, sondern wie wenn die Kinder ein Teil von ihnen wären. Sie lesen ihnen jeden Wunsch von den Augen ab, setzen keine Grenzen, wollen unbedingt von ihren Kindern geliebt werden und vermeiden deshalb jede Art von Konflikt. Dies führt zu der beobachteten Entwicklungsstörung. Und die lässt sich nicht therapieren. Ziel muss sein, die Kinder nachreifen zu lassen, dazu müssen aber zuerst die Eltern ihr Verhalten ändern.

Wieso waren die Eltern früher anders?

Dahinter stecken gesellschaftliche Gründe. Es fehlt den Menschen zunehmend an Orientierung und einem fundamentalen Sicherheitsgefühl. Mitte der 90er-Jahre hielten zudem Computer und Internet Einzug in alle Haushalte und veränderten die Welt dramatisch. Die meisten Menschen sind diesem Wechsel von analog auf digital nicht gewachsen. 1990 war ich telefonisch nicht erreichbar, wenn ich nicht in meinem Büro sass, Rente und Arbeitsplatz waren sicher. Heute ist alles gleichzeitig, die Unsicherheit ist gewachsen, Krisen- und Katastrophenmeldungen aus aller Welt prasseln pausenlos auf uns herein. Zudem hören wir seit Jahren von allen Seiten, dass es schlimmer und schlechter wird. Wir Menschen brauchen aber eine Perspektive. Wenn die fehlt, verschwinden Glück und Zufriedenheit.

Die Psyche befindet sich im ständigen Katastrophenmodus, für viele Menschen ist eine Distanzierung und Beruhigung gar nicht mehr möglich.

Und was bewirkt das?

Die Psyche befindet sich im ständigen Katastrophenmodus, für viele Menschen ist eine Distanzierung und Beruhigung gar nicht mehr möglich. Kinder brauchen Eltern, die in sich ruhen, denn diese Ruhe überträgt sich auf sie. Heute aber überträgt sich die permanente Anspannung. Ausserdem versuchen die Eltern unbewusst, ihre Defizite über die Psyche des Kindes zu kompensieren: Das Glück des Kindes wird ihr Glück. Es kommt zu einer Verschmelzung zwischen Eltern und Kind, was letztlich die angemessene psychosoziale Entwicklung der Kleinen verhindert. Vor allem fehlen ihnen Empathie, Gewissen und Konfliktfähigkeit.



Was müssen die Eltern tun, damit diese Eigenschaften sich entwickeln können?

Die emotionale-soziale Psyche entwickelt sich am Gegenüber. Das beginnt bei der Geburt und entwickelt sich im Idealfall sukzessive weiter. Ein grosser Sprung passiert mit zweieinhalb Jahren, wo die Selbstbildung abgeschlossen sein sollte, das Kind also weiss: Ich bin ein Mensch, du bist ein Mensch. Ab dann erkennt es Vater, Mutter, Erzieher und orientiert sich an den Reaktionen der Erwachsenen, sodass ein Fünfjähriger ganz klar weiss, was richtig und falsch, was gut und schlecht ist.

Wenn das Kind jammert, ist das wie Armschmerzen. Also bekommt es, was es will, damit Ruhe ist.

Aber soweit kommen die meisten gar nicht, sagen Sie. Warum?

Es gibt zwei ganz unterschiedliche Reaktionsweisen nach aussen: auf Menschen und auf Gegenstände. Wenn mich eine Person anspricht, entscheide ich, ob und wie ich reagiere. Stosse ich mich an einer Kante, entscheide ich nichts, da reagiere ich reflexartig mit Schmerz. Wenn Eltern in eine Symbiose mit ihrem Kind rutschen, befinden sie sich ihm gegenüber im Gegenstandsmodus. Sie reagieren reflexartig auf das Verhalten des Kindes. Wenn es jammert, ist das wie Armschmerzen. Also bekommt es, was es will, damit Ruhe ist – ohne dass den Eltern diese Mechanismen jedoch bewusst wären.

Ihre Aufgabe ist also, dies zunächst mal den Eltern klar zu machen. Sind die denn immer gleich einsichtig?

Nein. Die meisten sind felsenfest davon überzeugt, dass sie mit ihrem Kind kein Problem haben, dass sie alles gut machen. Sie können nicht verstehen, warum es in der Schule den Unterricht stört oder nicht auf den Lehrer hört. Ich muss also immer zuerst mit ihnen herausarbeiten, wo das Problem liegt.

Und wie schwierig ist das?

Die Herausforderung liegt darin, den Eltern klarzumachen, wie dieser Mechanismus funktioniert. Aber da habe ich mittlerweile einige Erfahrung. Es sind ja meist Leute, die mitten im Leben stehen, die diese gesellschaftlichen Mechanismen auch selbst wahrnehmen.

Als mahndendes Beispiel, was passiert, wenn man kein Gegensteuer gibt, gelten Ihnen eine Gruppe japanischer Jugendlicher, die so genannten Hikikomori.

Die japanische Gesellschaft ist in der Tat bereits eine Stufe extremer als die deutsche. Als ich 2008 mein erstes Buch schrieb, gab es in Japan schon zwei Millionen solcher 20- bis 30-Jähriger. Die halten sich nur in ihren Zimmern auf, mit einem vollen Küchenschrank und einem Computer am Internet – und wollen bei all dem nicht gestört werden. Ansonsten flippen sie aus. In Deutschland hat eine ähnliche Bewegung begonnen. In der Schweiz wohnen viele Menschen noch in ländlichen Gebieten – und diese Entwicklung spielt sich verstärkt in den Städten ab.

Wie sieht es in anderen Ländern aus? Etwa in der Schweiz?

In der Schweiz ist die Lage noch nicht so schlimm – dort erkennt man noch klar, was eine Fehlentwicklung ist und was nicht. Während in Deutschland die Fehlentwicklung bereits zur Normalität geworden ist. Hoffentlich gibt die Schweiz schon jetzt genügend Gegensteuer, damit es gar nicht erst soweit kommt.

Weshalb läuft es in der Schweiz so anders? Derart dramatisch sind die Unterschiede bei der gesellschaftlichen Entwicklung ja nicht.

In der Schweiz wohnen viele Menschen noch in ländlichen Gebieten – und diese Entwicklung spielt sich verstärkt in den Städten ab. Je bodenständiger und stabiler der Erwachsene ist, desto später reagiert er auf diese gesellschaftlichen Strömungen, das sieht man auch in Österreich. Grundsätzlich aber findet sich dieses Problem in allen Wohlstandsländern, einfach in unterschiedlicher Ausprägung. Eine Ausnahme ist Frankreich, weil dort die Kinder schon früh ausser Haus betreut werden, in einem System, das stark auf die Beziehung zu den Lehrern setzt.

Sie diagnostizieren diese Entwicklung bei rund 50 Prozent der deutschen Jugendlichen, aber was ist mit den anderen? Haben die einfach besseren Eltern?

Ja. Das Problem ist aber, dass jetzt auch die Schulsysteme kippen. Das war eigentlich das Hauptmotiv für mein Buch. Kindergarten und Grundschule entwickeln sich immer mehr weg von Beziehungen. In Deutschland nennt man das lernzentrierten Unterricht. Eine fatale Entwicklung, weil sich auch in der Beziehung zum Lehrer die emotionale-soziale Psyche des Kindes entwickelt. Aber hier in den Kindergärten ist heute alles offen und frei, es gibt nur noch Räume: Toberaum, Bastelraum, Café. Die Lehrer sind lediglich Coaches im Hintergrund. Verkauft wird das als hoch wertvoll, aber es ist fatal. So wird die durch die Eltern verursachte Fehlentwicklung bei den Kindern nicht nur nicht korrigiert, sondern sogar noch verstärkt.

Aber es gibt ja noch die anderen 50 Prozent, die mit all dem offenbar irgendwie klar kommen.

Noch, aber es wird immer schlimmer. Ich erwarte, dass wir in drei Jahren in Deutschland 70 Prozent Schulabgänger haben, die nicht arbeitsfähig sind. Und hier noch eine andere Zahl: 1993 wurden in Deutschland 36 Kilogramm Ritalin verordnet, 2010 1,8 Tonnen. Jedes zweite Kind ist vor der Einschulung schon in irgendeiner Form von Behandlung.

Was die «Tiger Mom» propagiert, ist eine Angst machende Erziehung, die auf rigidem Drill basiert. Aus meiner Sicht ist das nicht Gewinn bringend.

Asiatische Eltern, das wissen wir spätestens seit dem Buch der «Tiger Mom» erziehen anders. Wäre das eine Lösung?

Nein. Es handelt sich eben gerade nicht um ein Erziehungsproblem und ist deshalb auch erzieherisch nicht behebbar – es geht also nicht um autoritär versus antiautoritär. Sie können mit diesen Kindern noch so viel Nachhilfe machen, das Problem beheben Sie damit nicht. Was die «Tiger Mom» propagiert, ist eine Angst machende Erziehung, die auf rigidem Drill basiert. Aus meiner Sicht ist das nicht Gewinn bringend. Die Kinder, die zu mir kommen, sind meist bestens erzogen und freundlich. Man kann sich nicht vorstellen, dass sie ihre Eltern zu Hause regelmässig beschimpfen oder gar bedrohen – nämlich jedes Mal, wenn sie das nicht bekommen, was sie haben wollen. Es geht also nicht um Erziehung sondern um Beziehung.

Was aber kann man tun? Werdende Eltern in Erziehungskurse stecken?

Man muss die Erwachsenen dazu bringen, dass sie die permanente Überforderung in der heutigen Zeit wahrnehmen. Und sich auf das Experiment einlassen, etwas zu tun, das Ruhe in den Alltag bringt. Zum Beispiel Waldspaziergänge.

Waldspaziergänge?

Richtig. Man geht alleine los, Handy abgeschaltet, Hund zu Hause, ohne ein bestimmtes Ziel möglichst rasch erreichen zu wollen, einfach spazieren und mit sich gemütlich allein sein. Beim ersten Mal muss man sich vier bis fünf Stunden Zeit dafür nehmen, nur dann passiert etwas. Am Anfang spürt man erst noch viel Druck und hat tausend Gedanken, weil man keine Ablenkung hat. Wenn man dennoch weitergeht, verschwindet das nach einer Weile recht plötzlich. Die Gedanken beruhigen sich, man ruht wieder in sich und realisiert, wie angespannt man vorher war. Man kann reale Probleme plötzlich mit einer gewissen Distanz anschauen und kommt auf ganz andere Lösungsmöglichkeiten. Und das gilt eben auch für die Beziehung zu den eigenen Kindern.



Immer mehr Kinder und Jugendliche leben rein lustorientiert und erwarten, dass man sich auf sie einstellt, sagt Michael Winterhoff.

Entwicklungsstörungen lassen sich nicht therapieren, die verschwinden nur durch eigenes Erleben.

Und das alles aufgrund eines mehrstündigen Waldspaziergangs?

Das ist der Einstieg. Es braucht vier weitere Spaziergänge von zwei bis drei Stunden, um die Symbiose zum Kind zu lösen. Und wem es um Lebensqualität geht, der baut diese Spaziergänge regelmässig in seinen Alltag ein. Man muss etwas für sich tun, um psychisch gesund zu bleiben. Ich gehe alle zwei Wochen ein paar Stunden in den Wald. Es kann aber auch ein anderer Ort der Ruhe sein, eine Kirche. Oder Yoga.

Bei den meisten Ihrer Patienten lässt sich die Störung dann beheben?

Ich berate die Eltern, wie sie aus der Beziehungsstörung herauskommen und wie sie sich dann verhalten müssen, damit das Kind das erfährt, was ihm fehlt für die psychische Reifeentwicklung. Das funktioniert auch mit Jugendlichen in relativ kurzer Zeit, wenn sie fachlich gut begleitet werden.

Also doch Informationsveranstaltungen für werdende Eltern?

Ich würde mir eine Vorschule wünschen mit kleinen Klassen und einer engen Beziehung zu einem Lehrer, der sie anleitet. Das würde automatisch zu jener Nachreife führen, die im Elternhaus nicht stattfindet. Mir scheint aber, wir müssen den Wechsel von analog auf digital als ein gesamtgesellschaftliches Problem ansehen und anpacken. Mein nächstes Buch wird sich damit eingehender befassen. Ein Beispiel: Der VW-Konzern hat vor einigen Jahren den Mitarbeitern um 18 Uhr ihre Mobiltelefone abgeschaltet, damit sie Feierabend machen und nicht bis tief nachts noch ihre Geschäftsmails beantworten. Sowas müsste es mehr geben, damit uns das digitale Zeitalter nicht überrollt. Es geht mir aber nicht um Panikmache, und ich bin auch kein Pessimist: Wir können die Probleme lösen, wenn wir verstehen, worin sie wurzeln.

Wie war das eigentlich für Ihre Kinder, mit einem Kinderpsychiater aufzuwachsen? Fühlten die sich die ganze Zeit analysiert und beobachtet?

Nein, ich habe die beiden Rollen immer klar getrennt. Unsere Kinder sind auch in einer Zeit aufgewachsen, wo es die aktuellen Probleme noch nicht gab. Es kann höchstens sein, dass andere Eltern ihre Kinder ein bisschen ferngehalten haben, weil sie befürchteten, sie würden bei uns im Haus dann gleich analysiert. (lacht)

Erschienen in MM-Ausgabe 5

26. Januar 2015

Autor Ralf Kaminski

Fotograf Christoph Papsch

Kinderpsychiater und Autor

Michael Winterhoff (60) ist Kinder- und Jugendpsychiater mit einer eigenen Praxis in Bonn. Seit 2008 hat der Deutsche mehrere Bücher verfasst, das jüngste heisst «SOS Kinderseele» und beschäftigt sich mit der Frage, weshalb es so viele Kinder gibt, die sich emotional und sozial nicht richtig entwickeln. Winterhoff ist verheiratet und hat zwei erwachsene Kinder.

Michael Winterhoff: «SOS Kinderseele», C. Bertelsmann Verlag, bei [Ex Libris](#) für Fr. 21.50

Kommentar

Janine Candinas [Gast]

Geschrieben vor 3 Stunden

Super zutreffender Artikel. Also krass kurz gesagt: Machtübernahme der Eltern gefragt und Gleichgültigkeit abschaffen!



Erwarten, dass man sich auf sie einstellt:

Jugendpsychiater Michael Winterhoff über die Jugend von heute. (Bild: Getty Images)

Migromagazin, 26.01.2015

Auseinandersetzungen austragen

Wie baut man eine Beziehung zum Kind auf, damit es Verantwortung lernt und sich später selbständig in der Gesellschaft bewegt? Rezept gibt es zwar keines, fünf zentrale Ansätze helfen jedoch.

Fachleute wie der Jugendpsychologe Michael Winterhoff (*im Interview: Eltern wollen geliebt werden*) zweifeln zunehmend an der Arbeits- und Beziehungsfähigkeit der jungen Generation. Auch wenn sein Fazit für die Schweizer Jugend (noch) nicht so gravierend ausfällt wie für die deutsche, legen auch Stellungnahmen und Bücher von Schweizer Fachleuten nahe, dass bei der Erziehung Handlungsbedarf besteht.

Migromagazin.ch stellt *fünf Grundideen* vor, die mithelfen, Kinder und Jugendliche als eigenständig wahrzunehmen und zu behandeln. Denn für das grösste Übel halten auf Heranwachsende spezialisierte Psychologen, dass Eltern sich zu radikal mit dem Nachwuchs identifizieren, dessen Leben mitbestimmen, ja gar mitleben wollen. Ihm auch sämtliche Hindernisse und Probleme aus dem Weg räumen möchten. Das kann auf Dauer nicht gut gehen, da die junge Generation so emotional abhängig bleibt und wichtiger Entwicklungsschritte in die Selbständigkeit beraubt wird.

Stark vereinfacht gilt es für Eltern, ihre Schützlinge zu begleiten, sie aber als eigene Personen anzuerkennen, Grenzen zu setzen und sich mit ihnen auseinanderzusetzen.

A. Sich abgrenzen

Verstehen Sie Kinder trotz aller Ähnlichkeit mit Ihnen nicht als ein jüngeres, zweites Ich – gar ein weiter entwickeltes. Füllen Sie sie nicht einfach mit Ihren Hoffnungen und Erwartungen. Geben Sie ihnen die Chance, jemand (ganz) anderer zu werden.

Nebenbei: So erscheinen Ihnen gewisse Ähnlichkeiten noch sympathischer, sie werden nicht selbstverständlich.

B. Reibungen nicht aus dem Weg gehen

Sicher bleiben die Bedürfnisse von Kindern für die Eltern zentral. Doch schon früh gilt es auch, ihnen Grenzen zu setzen. Und den Protesten und dem Streit nicht aus dem Weg gehen, sollten die erzieherischen Leitplanken beim Nachwuchs nicht auf Verständnis stossen. Kinder wachsen gerade auch daran, mit Erwartungen und Bedürfnissen der Erwachsenen konfrontiert zu werden. Erspart man ihnen diese Reibungen, lernen sie den Disput nicht, das Nachgeben – und schaffen es prompt auch nicht, sich einmal durchzusetzen.

C. Selbst Konsequenzen tragen lassen

Unterstützen Sie das Kind wo nötig, übernehmen Sie aber ja nicht dauernd die Verantwortung dafür, wenn es Mist anstellt. Bis zu einem gewissen Punkt soll es schon nach ein paar Jahren für das eigene Tun geradestehen: Sich entschuldigen, dem Alter entsprechend mit den Folgen leben, vielleicht auch etwas Wiedergutmachung leisten. Sonst sind mit der Zeit bloss noch Sie schuld an seinem Fehlverhalten – es dies aber selber gar nicht mehr richtig wahrzunehmen vermag.

D. Präsent bleiben

Früh mehr Verantwortung ermöglichen heisst jedoch keineswegs, immer öfters abwesend zu sein. Gerade ein Wachsen an Selbständigkeit und Verantwortung lässt es sinnvoll erscheinen, erreichbar zu sein, wenn doch einmal Not an der Frau/dem Mann ist. Und bestimmte Grenzen zu ziehen macht erst Sinn, wenn man überhaupt weiss, woran sich das Kind stösst, womit es Mühe hat.

E. Eigene Ansprüche anmelden

Für einige Eltern fast das Schwierigste: Begründen Sie nicht jedes Tun mit dem Verweis, dass es für das Kind das Beste sei – wenn es darum geht, dass auch Sie einmal zu Ihrem Recht kommen. Formuliert man auch einmal eigene Ansprüche und Bedürfnisse und verlangt gewisse Rücksicht vom Nachwuchs, lernt dieser überhaupt, dass andere neben Pflichten auch Rechte haben, auf die es bisweilen Rücksicht zu nehmen gilt. Genau so wird es im Berufs- und Erwachsenenleben später nämlich auch sein.

BUCHTIPPS auf ExLibris.ch

Michael Winterhoff: *SOS Kinderseele* (2014)

Nina Heinrichs, Sabine Härtel, Lars Behrmann: *Kinder richtig erziehen – aber wie?*

Ein wertvoller Ratgeber zur Flut der Erziehungsratgeber und die Übersicht zu vielen verfolgten Ansätzen (2007).

Erschienen in MM-Ausgabe 5

26. Januar 2015