

„Wer im Katastrophenzustand ist, kann nicht mehr über seine Intuition verfügen, weil er nicht mehr in sich ruht.“

Kinder- und Jugendpsychiater Michael Winterhoff im Interview mit Herausgeber Gernot Barth

Gernot Barth: Herr Dr. Winterhoff, warum werden unsere Kinder zu Tyrannen?

Michael Winterhoff: Ich habe als Kinderpsychiater mit auffälligen Kindern zu tun und mit der Frage, wenn Kinder auffällig sind, Probleme haben, liegt es dann am System Familie oder am System Gesellschaft? Die Blockaden waren bis 1995 individuelle. Sie lagen zum Beispiel an der Lebensgeschichte der Eltern, die sich als Kind beispielsweise abgelehnt gefühlt haben und das dann auf eines ihrer Kinder übertragen. Alle Kinder, die ich bis Mitte der 1990er Jahre gesehen habe, hatten den emotionalen, sozialen Entwicklungsstand ihres Alters. Damals konnten Kinder im Grundschulalter vier Stunden auf dem Stuhl sitzen bleiben, haben eine Lehrerin als solche erkannt, Aufträge ausgeführt, waren lernwillig und wissbegierig. Sie haben die Regeln der Schule sehr schnell zu ihren eigenen Regeln gemacht. Das hat sich sehr verändert. Wenn Sie heute in eine Grundschulklasse gehen, dann ist dort oft „Land unter“. Da liegen Kinder auf oder unter dem Tisch, sie sind weder lern- noch arbeitswillig, erkennen auch eine Lehrerin als solche nicht mehr. Bis 1995 gab es zwei auffällige Kinder pro Klasse. Mittlerweile sind es schon 50 bis 70 Prozent.

Also muss es ein neues Thema jenseits von Erziehung und Erziehungsstilen geben und zwar: Wie entwickelt sich die emotionale und soziale Psyche der Kinder? Wenn wir jetzt miteinander sprechen, dann ist es im Augenblick völlig egal, ob ich Hunger oder Durst habe oder müde bin. Ich muss mich auf Sie einstellen können. Das müssen Sie genauso wie ich. Das leisten wir den ganzen Tag wie selbstverständlich. Und diese Psyche haben alle Kinder bis 1995 mitbekommen. Deshalb waren sie zum Beispiel mit 6 Jahren auch schulreif oder mit 16 Jahren ausbildungsreif. Heute allerdings bleiben immer mehr Kinder auf frühen Stufen stehen, die meisten mittlerweile auf der eines 10 bis 16 Monate alten Kindes und obliegen damit der Vorstellung „Ich bin alleine auf der Welt. Ich kann jeden und alles steuern und bestimmen.“ Daraus resultieren natürlich Probleme. Die Kinder sind nicht angemessen lern- und leistungsbereit. Sobald Anforderungen kommen, verweigern sie sich. Sie

haben Schwierigkeiten im sozialen Bereich, sind nicht in der Lage, in Konflikten Zusammenhänge zu erkennen und können deshalb nicht aus Konflikten lernen. Sie haben trotz Erziehung kein Unrechtsbewusstsein und erkennen Strukturen und Abläufe nicht. Sie wissen zum Beispiel nicht: Wie verhalte ich mich in einem Unterricht? Was ist der Unterschied zur Pause?

Gernot Barth: Was ist denn da passiert?

Michael Winterhoff: Der Schlüssel für die Antwort zu dieser Frage sind die Erwachsenen. Immer weniger Erwachsene verkraften den gewaltigen technischen Fortschritt seit Anfang/Mitte der 90er. Was allein die technische Entwicklung rund um Computer, Mobiltelefon und Internet und der Wechsel von analog zu digital bewirkt haben, ist eklatant! 1990 war es noch so, dass man verschiedene Tätigkeiten nacheinander ausführte. Das war viel, viel ruhiger. Wenn ich nicht im Raum war, war ich telefonisch nicht erreichbar. Der Brief kam per Post. Heute sind die meisten Menschen permanent erreichbar und gleichzeitig stark verunsichert.

Gernot Barth: Es gibt von Richard DeGrandpre ein Buch zur Ritalingesellschaft. Er nennt diese Phänomene „Schnellfeuerkultur“. Das erinnert mich ein bisschen daran.

Michael Winterhoff: Ja. Immer mehr Erwachsene kommen in eine Art Katastrophenzustand, sind immer hochgedreht, kommen nicht mehr zur Ruhe, zu sich selbst. In diesem Daueranspannungszustand ist man in der einen Situation gedanklich schon in der nächsten, steht ständig unter Strom. Das wirkt sich eklatant auf die Kinder aus. Kleine Kinder brauchen Erwachsene, die in sich ruhen. Erwachsene im Katastrophenzustand übertragen ihre Unruhe und Spannung aufs Kind. Deshalb werden auch immer mehr Kinder im Kleinkindesalter auffällig, haben Schlaf- und Ernährungsprobleme oder sind Schreikinder. Normalerweise haben wir eine naturgegebene Anlage, mit Kindern umzugehen. Wer im Katastrophenzustand ist, kann jedoch nicht mehr über seine Intuition verfügen, weil er nicht mehr in sich ruht.



Dr. Michael Winterhoff, geboren 1955, ist Kinder- und Jugendpsychiater und Psychotherapeut. Er studierte von 1977 bis 1983 Humanmedizin an der Universität Bonn. Seit 1988 ist er als Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie in Bonn niedergelassen. Als Sozialpsychiater ist der anerkannte Facharzt auch im Bereich der Jugendhilfe tätig. Er befasst sich vorrangig mit psychischen Entwicklungsstörungen im Kindes- und Jugendalter aus tiefenpsychologischer Sicht.

Seine Thesen:

Immer mehr Erwachsene befinden sich in gravierenden, unbewussten Beziehungsstörungen gegenüber (ihren) Kindern. Dabei unterscheidet er zwischen drei wesentlichen Ausformungen: Das Kind wird wie ein kleiner Erwachsener behandelt (Kind als Partner); der Erwachsene gerät in Abhängigkeit vom Kind, da er von diesem partout geliebt werden will (Projektion); das Kind wird im Rahmen einer psychischen Verschmelzung vom Erwachsenen als Teil seiner selbst wahrgenommen (Symbiose). Gesellschaftliche Fehlentwicklungen verhindern, dass Erwachsene für Kinder ein klares Gegenüber sind – ein Gegenüber, das für eine gesunde Entwicklung der kindlichen Psyche und Persönlichkeit eine unbedingt notwendige Voraussetzung wäre. Die Folge: Immer mehr Heranwachsende zeigen Symptome, die einer allgemeinen Beziehungsunfähigkeit ähneln. Sie weisen Defizite in grundlegenden sozialen Kompetenzen auf und scheitern immer häufiger an der Integration zunächst in den schulischen Klassenverband, später in das Arbeitsleben.

Gernot Barth: Was können denn Eltern für sich tun, um dann anders mit ihren Kindern umzugehen?

Michael Winterhoff: Die Voraussetzung wäre, dass man erst einmal wieder in den Zustand kommt, dass man in sich ruht. Die meisten Erwachsenen meinen, dass dieses Hochgedrehtsein an der Überforderung in der Firma oder an der Familiensituation liegt. Das stimmt zum Glück nicht. Es liegt an der prinzipiellen Frage: Steht mein Hebel auf Normalbetrieb? Oder steht er auf Katastrophenalarm? Wenn man das herausfinden möchte, muss man sich auf das Experiment eines längeren Waldspazierganges einlassen. Man muss alleine sein, das Handy abschalten. Nicht joggen. Nicht Fahrrad fahren. Kein Buch mitnehmen. Die Schwierigkeit dabei ist, dass dieser Waldspaziergang, um zu wirken, vier bis fünf Stunden dauern muss – für Eltern im Katastrophenalarm meist undenkbar. Wer sich aber auf dieses Experiment einlässt, erlebt Folgendes: Zwei,

drei Stunden besteht ein enormer Druck, tausend Gedanken drehen sich im Kreis, weil man keine Ablenkung hat. Und dann, von jetzt auf gleich, ist dieser Zustand vorbei. Der Hebel stellt sich automatisch irgendwann auf Normalbetrieb um. Der Druck und die Gedanken sind weg. Man ruht wieder in sich. Glücksgefühle haben wieder Platz. Und man nimmt automatisch eine gesunde Distanz zu bisherigen Problemen ein, kann Entscheidungen leichter treffen. Damit können Sie auch Ihr Kind auf einmal ganz anders sehen und ganz anders mit ihm umgehen. Die Symbiose, die Eltern im Katastrophenzustand mit ihrem Kind verbindet, löst sich auf. Die Eltern können dann wieder klar sehen: „Was macht das Kind mit mir?“ Ein ganz wichtiger Perspektivwechsel! Wenn ich die Kinder dann wieder hier sehe, sind sie plötzlich entspannt. Wer das einmal erlebt hat, geht freiwillig in den Wald. Auf dem Weg dorthin erlebe ich allerdings viel Abwehr bei den Eltern. Die Leute erst mal in den Wald zu kriegen, das ist meine größte Anstrengung.

Gernot Barth: Dabei ist das ja eine sehr praktische und einfache Idee.

Michael Winterhoff: Ja. Später reichen vielleicht auch zwei bis drei Stunden im Wald, dann ruht man wieder in sich.

Gernot Barth: Ist dann alles wieder gut? Oder wie geht es dann weiter?

Michael Winterhoff: Nicht ganz. Die emotionale und soziale Psyche umfasst alles Zwischenmenschliche, also wie wir mit anderen Menschen umgehen. Sie kann sich nur am Gegenüber entwickeln, ganz im Vordergrund steht die Beziehung. Ich bin als Erwachsener für das Kind die Orientierung. Nach einem solchen Waldspaziergang ist es wichtig, dass ich das Kind viel um mich habe und Abläufen im Alltag mehr Zeit gebe, den Druck rausnehme, Termine streiche. Gehen Sie bewusst einmal auch mit Ihrem Kind in den Wald. Gehen Sie wandern. Fahren Sie die Elektronik herunter. Genauso wichtig sind immer gleiche Abläufe. Routinen und Gewohnheiten geben Sicherheit. Wichtig ist auch, dass Sie das Kind in einer Sequenz anleiten, begleiten, Reihenfolgen bilden. Dabei geht es nicht um ein Beibringen, sondern es geht darum, dass sich die Ner-

venzellen an der Basis der Psyche überhaupt vernetzen können. Offene Konzepte in Kindergärten und Schulen sind dafür eher hinderlich.

*Die Eltern können dann wieder klar sehen:
„Was macht das Kind mit mir?“ Ein ganz
wichtiger Perspektivwechsel!*

Gernot Barth: Wie gehen Sie mit der These um, dass sich das Kind das sucht, was es braucht?

Michael Winterhoff: Es geht nicht darum, dass ich alles direktiv vorgebe, aber grundsätzlich muss ich als Erwachsener eine Struktur vorgeben. Darin kann es durchaus eine freie Sequenz geben, in der das Kind für sich entscheiden kann, was es macht. Aber in der Realität sind wir bei einem Extrem angekommen, bei dem das Kind alles entscheiden soll. Da gibt es keine Orientierung mehr in einer Bezugsperson. Das Entscheidende für die Bildung der emotionalen und sozialen Psyche ist die Person. Es ist ein großes Missverständnis, zu sagen: „Die Kinder sollen sich frei entfalten und entwickeln.“, ihnen aber gleichzeitig die Orientierung am Menschen, an der Bezugsperson zu nehmen. Da laufen wir gesellschaftlich in die völlig falsche Richtung.



SOS Kinderseele

Was die emotionale und soziale Entwicklung unserer Kinder gefährdet – und was wir dagegen tun können

Erschienen 2013 im C. Bertelsmann Verlag

ISBN 978-3-570-10172-8 | 223 Seiten

Warum unsere Kinder Tyrannen werden Oder: Die Abschaffung der Kindheit

Erschienen 2008 im Gütersloher Verlagshaus

ISBN 978-3-442-17128-6 | 191 Seiten

