

## „Hotel Mama“

Der seelische Klebstoff, der Junge Erwachsene weiter im Elternhaus bleiben lässt



### Inhalt

1. Allgemeines zum Thema
2. Ein Beispiel
3. Wie kann man vorbeugen?
4. Was ist zu tun?

### Allgemeines zum Thema

Man stößt überall auf sie: Eltern, deren längst erwachsenen Söhne und Töchter in scheinbar trauter Harmonie Jahr um Jahr weiter im Elternhaus leben. Teilweise haben diese „großen Kinder“ qualifizierte und sichere Arbeitsplätze. Manche von ihnen weisen hingegen eine lange Misserfolgs-Bilanz in Schule und Berufsausbildung auf. Partnerbeziehungen gibt es entweder gar nicht oder nur in Minimalausführung: beispielsweise als e-Mail- oder Wochenend-Kontakte.

Was ist los mit diesen „Nesthockern“, dass sie es nicht schaffen, das Elternhaus dauerhaft zu verlassen?

Naheliegende Gründe sind die gewöhnten Bequemlichkeiten im Elternhaus, sowie die Möglichkeit, bei den Ausgaben für Miete und Lebensunterhalt sparen zu können.

Daneben spielen oft jedoch auch Kontaktprobleme eine Rolle sowie Angst und Unbehagen vor der Übernahme von Verantwortung für das eigene Leben. Es fehlt an einer altersgemäßen Selbstständigkeit im geistig-seelischen, sozialen und finanziellen Sinne.

Eine wichtige Rolle spielt dabei jedoch auch die Haltung der dazugehörigen Eltern, die das Verbleiben der Kinder im Elternhaus fördert. Nicht selten schreiben sie ihren erwachsenen Kinder immer noch eine existentielle Wichtigkeit für das eigene Leben zu. Sie haben vielleicht Angst vor der Zukunft, vor Einsamkeit oder dem Gefühl der Leere. Eltern mit diesen inneren Mangelerscheinungen vermitteln ihren Kindern keine glaubhafte und deutliche „Erlaubnis“, von zu Hause weg zu gehen. Und noch viel schwerer fällt ihnen die klare Botschaft oder Aufforderung: „Wir möchten, dass Du Dein Elternhaus verlässt und Dir da draußen ein eigenes, von uns unabhängiges Leben schaffst!“

### Ein Beispiel

Fast alle dieser Erwägungen trafen auch bei dem 38jährigen Betriebswirt Jörg B. zu, der schon vor Jahren – ohne eine Partnerbeziehung – zu seinen über 70-jährigen Eltern zurückgekommen war, und dort wieder in seinem früheren „Kinderzimmer“ lebte.

Eltern und Sohn richteten sich miteinander ein und eine Trennung erschien beiden Seiten mit zunehmender Dauer dieses Zustandes immer unvorstellbarer. Krankheiten

und Beschwerden des Alters auf Seiten der Eltern erzeugten beim Sohn in immer stärkerem Maße das Gefühl, für seine Eltern sorgen zu müssen. Umgekehrt fühlten sich die Eltern zunehmend verpflichtet, ihn bei sich zu behalten, da seine Kontaktarmut und mangelnde Eigenständigkeit immer augenfälliger wurde. Als er plötzlich seinen Arbeitsplatz verlor, entstand zusätzlich auch eine finanzielle Abhängigkeit, indem der Sohn Unterstützung aus der Rente seiner Eltern erhielt.

Es ist vorhersehbar, dass spätestens nach dem Tod der Eltern für diesen Menschen große Probleme entstehen werden.

### **Wie kann man vorbeugen?**

Solche Entwicklungen zeichnen sich in vielen Fällen schon im Jugendlichenalter ab. Eltern sollten sich bei der Erziehung ihrer Kinder fragen, ob sie in genügendem Maße Selbständigkeit und Kontaktaufnahme zu „der Welt draußen“, also außerhalb der Kernfamilie, fördern. Zur Entwicklung von Autonomie und zur Vermeidung von ungesunder Gebundenheit sind klare räumliche und seelisch-geistige Abgrenzungen notwendig. Dies beinhaltet Achtung vor Privatsphären von Kindern wie auch Akzeptanz von eigenständigen Meinungen und Zielvorstellungen.

Weder können Eltern ihren Söhnen und Töchtern die Herausforderungen und die Schwierigkeiten des Lebens abnehmen, noch können Kinder für ihre Eltern Lebensfragen lösen.

### **Was ist zu tun?**

Wird das „Hotel Mama“ als Problem erkannt, ist die Prognose dann am günstigsten, wenn alle Betroffenen an Veränderung interessiert sind. Aber auch dann, wenn nur eine Seite diesen Wunsch hat, ist – schrittweise – eine Umgestaltung der Beziehung möglich.

Erste Voraussetzung ist dabei, dass die eigene Unzufriedenheit ernst genommen und innerhalb der Familie angesprochen wird. Wenn dies nicht weiter führt, sollten Gespräche mit hilfreichen Außenstehenden, wie z.B. Verwandten, Freunden oder professionellen Helfern gesucht werden.

*© Beratungsstelle ZeitRaum, 2006*

*Autor: Wolfgang Catterfeld, Beratungsstelle ZeitRaum*

Dieser Text wurde im Rahmen einer Artikelserie mit Erziehungstipps der Beratungsstelle ZeitRaum erstellt. Er erschien in der Westfälischen Rundschau (Hagener Teil) am 16.02.2006.