

# Inhalt

Vorwort .....	11
<b>1. Gepackte Koffer, gemischte Gefühle:</b>	
<b>Wenn der Nachwuchs flügge wird .....</b>	13
Erziehung: Etappensiege des Loslassens .....	14
Was heißt schon »erwachsen«? Großwerden in Zeiten der Globalisierung .....	15
Zwischen Abschiedsschmerz und Freiheitsrausch – und warum die Glucke ein Klischee ist .....	19
Halten oder ziehen lassen? Vom »richtigen« Zeitpunkt ..	25
Mit Tränen, Stolz und Sorge: das mütterliche Gefühls-Karussell .....	30
<b>2. Hotel Mama: Abschied auf Raten .....</b>	37
Generation Bumerang – warum Nesthocken so »in« ist	38
Aus Mangel an Konflikten – der Spätauszug als Erziehungserfolg? .....	40
Ein Kinderzimmer ist ein Kinderzimmer – Nesthocken, psychologisch betrachtet .....	42
Neue Regeln im Hotel Mama. Wie man sich emanzipieren kann, obwohl man unter einem Dach wohnt .....	50
Hilfe, wie werde ich bloß mein Kind los? Der liebevolle Rausschmiss als letzte pädagogische Intervention .....	55
<b>3. Auf Augenhöhe: Die Eltern-»Kind«-Beziehung     neu gestalten .....</b>	62
Und nun? Tipps für einen gelungenen Neuanfang .....	62
Abgrenzung statt Ablösung: die Entwicklungsaufgaben des jungen Erwachsenen .....	66
Vertrauen, loslassen, weiterleben: Was Eltern für ihre jungen Erwachsenen tun können – und was sie lassen sollten .....	69

Miteinander ins Gespräch kommen: Wie soll's denn werden? .....	79
Was sich erwachsene Kinder von ihren Eltern wünschen: Unrepräsentative Umfrage-Ergebnisse .....	81
<b>4. Schwiegerkinder und andere Herausforderungen:</b>	
<b>Krisen und Konflikte meistern</b> .....	86
Liebeskummer und Studienqual – Wenn das große Kind Probleme hat .....	87
Loslassen für Fortgeschrittene: die provokative Partnerwahl und andere (gefühlte) Affronts .....	96
Vorwürfe und Schuldgefühle: Häufige Eltern-»Kind«-Konflikte und wie man sie löst .....	109
Tabu-Thema Kontaktabbruch: Emotionaler Super-GAU oder Chance? .....	118
<b>5. Endlich ich! Wie Sie es sich im »leeren Nest« gemütlich machen</b> .....	123
Voll das Leben im leeren Nest: Gefühle und andere freundliche Gäste .....	124
Älter werden – na und? Wechseljahre als Weg zu sich selbst .....	130
Mutig in die Krise. Und mit neuem Selbst-Bewusstsein wieder heraus .....	132
Die Liebe wiederentdecken: Glücklich zu zweit allein ....	140
<b>6. Plötzlich Oma. Wie geht Großmuttersein?</b> .....	151
Junge Omas, alte Zöpfe: Was bedeutet es, heute Großeltern zu sein? .....	152
Oma, Opa und ihr Enkelkind – eine ganz besondere Beziehung .....	156
Hilfe bei der Rollen-Findung: Was für eine Oma will ich sein? .....	158
Verwöhnen oder mit erziehen? Worauf Großeltern achten sollten .....	163
<b>Nachbemerkung und Dank</b> .....	172

# Vorwort

Sie haben das Größte hinter sich und die Pubertät Ihrer Kinder einigermaßen schadlos überstanden? Ihr großes Kind schreitet mit 7-Meilenstiefeln auf die 25 zu oder ist kurz davor, das Kinderzimmer leerräumen? Herzlichen Glückwunsch: Sie haben schon viel, sehr viel geschafft!

Doch nun müssen Sie stark sein. Denn jetzt kommt die Zeit, in der Sie eigentlich nicht mehr mitreden dürfen, aber dennoch immer mal wieder »irgendwie« gefordert sind. Aber wie gestalten wir die Beziehung zu unseren erwachsen werdenden Kindern? Wofür stehen wir noch zur Verfügung, in welchen Situationen sollten wir uns angemessen zurückziehen? Wann einmischen, wann raushalten? Was tun, wenn der 25-jährige Filius gar nicht ausziehen will und es völlig normal findet, dass abends das gebratene Schnitzel auf dem Tisch steht? Wenn die 20-jährige Tochter Liebeskummer hat und nur noch verheult durch die Gegend läuft? Wie verhalte ich mich, wenn sich die Geschwister streiten oder der Schwiegersohn seine überdimensionalen Turnschuhe am liebsten auf dem Couchtisch parkt? Und wie geht eigentlich »Oma«-Sein? Mit all diesen Fragen stehen erfahrene Mütter (an die dieses Buch sich hauptsächlich richtet – aber natürlich dürfen sich auch Väter angesprochen fühlen) oft recht alleine da. Es wird von uns älteren Eltern ganz einfach erwartet, dass wir irgendwie damit klar kommen. Aber wie das geht, das sagt uns niemand.

Dabei ist es kein Geheimnis, dass auch die Zeit nach der Pubertät für Eltern viele Überraschungen und Herausforderungen bereithält. Darüber wird wenig gesprochen und noch weniger geschrieben. In diesem kleinen Ratgeber für (sehr weit) fortgeschrittene Eltern geht es also um die ganz normalen Dramen und Konflikte zwischen Eltern und ihren (fast) erwachsenen Kindern. Und natürlich darum, wie man sie einigermaßen souverän meistert. Ganz ohne Bereitschaft, sich auf die ein oder andere kleine Selbsterkenntnis einzulassen, geht das wohl nicht. Doch um einer gelungenen Beziehung zwischen uns und unseren erwachsenen Kindern willen lohnt sich diese Mühe allemal. Denn es ist schließlich nicht nur die Aufgabe unserer Kinder, sich sukzessive von uns abzuna-

beln – wir selbst müssen sie ganz bewusst gehen lassen, uns innerlich von ihnen abgrenzen und dann selbstbewusst unser Leben weiterleben.

Sie als Eltern zu ermuntern, sich an diesem Prozess des gegenseitigen Loslassens aktiv zu beteiligen und es sich selbst dabei möglichst gut gehen zu lassen, ist Anliegen dieses Buches. Ich hoffe, dass es Ihnen eine kleine Stütze sein möge bei all den Aufgaben, die das Leben für uns erfahrene Eltern noch so parat hält.

Hamburg, 30. September 2011

*Felicitas Römer*

## I. Gepackte Koffer, gemischte Gefühle: Wenn der Nachwuchs flügge wird

»Mama, ich ziehe aus!« Dieser Satz kommt für Eltern meistens ganz plötzlich und unverhofft. Zumindest gefühlt. Es ist ja nicht so, dass sie nicht gemerkt hätten, dass ihre Kinder volljährig geworden sind und zwischenzeitlich die Schule abgeschlossen haben. Sie haben schon wahrgenommen, dass aus dem kleinen Bobbycar-Racker von einst ein stattlicher junger Mann geworden ist, der seinen ganz eigenen Kopf und ein gewisses männliches Selbstbewusstsein entwickelt hat. Und sie haben natürlich auch registriert, dass aus der niedlichen Tochter längst eine attraktive junge Frau geworden ist, die sich seit geraumer Zeit sehr ernsthaft mit ihren beruflichen Wünschen und Möglichkeiten auseinandersetzt. Meistens sind sie auch darüber informiert, wenn die Tochter sich um einen Studienplatz in einer anderen Stadt beworben hat oder der Filius seit längerem einen WG-Platz sucht. Und trotzdem kommen die Worte »Mama, ich ziehe aus« dann sehr überraschend. Und treffen sie bis ins innerste Mark.

Manche Eltern werden dann von starker Wehmut geplagt oder sie verfallen kurzfristig in einen schockähnlichen Verwirrungszustand: »Zwickt mich, ich glaub ich träume! Das kann doch nicht wahr sein!«, möchten manche Eltern rufen. Und manche Mutter fragt sich beunruhigt: »Kann ich mein Kind wirklich schon allein in die Welt schicken? Wird es dort draußen ohne meinen Schutz und meine Hilfe zurechtkommen?«

Auch wenn wir genug Zeit hatten, uns allmählich an den Gedanken zu gewöhnen, dass die Kindheit unserer Kinder zu Ende geht und wir sie ihrer Wege ziehen lassen müssen, so geht dann letztlich doch alles viel zu schnell. War unser Kind nicht eben noch klein? Posierte es nicht erst kürzlich stolz mit seiner Schultüte vor der Kamera? Gefühlt kann es doch keine 18 oder 20 Jahre her sein, dass wir dieses wunderschöne Wesen auf die Welt gebracht haben!

## Erziehung: Etappensiege des Loslassens

Doch warum ist der Auszug eines Kindes eigentlich ein so bedeutender Schnitt, nicht nur für die jungen Erwachsenen, sondern besonders auch für Eltern?

Einerseits wird nun besonders deutlich, dass es kein Zurück mehr gibt, dass der Lauf der Zeit eben nicht aufzuhalten ist. Andererseits sollten wir uns klar machen, dass der Auszug des Kindes ganz sicher nicht der erste Abschied ist, mit dem wir als Eltern konfrontiert werden. Die ganze Kindesentwicklung ist schließlich ein kontinuierlicher Ababelungsprozess, der täglich in vielen kleinen Schritten geübt wurde. Schon die Geburt ist eine Art »Entlassen« des Babys aus dem schützenden Raum Gebärmutter in die Welt. Sind Mutter und Kind in den ersten Monaten noch symbiotisch miteinander verwoben, so lernt das Kind zunehmend, sich als selbstständiges Subjekt wahrzunehmen. Der Reiz des Selbstständig-Werdens kollidiert dabei immer wieder mit der Verlustangst des kleinen Kindes. Und so kommt es, dass höchst unternehmungslustige Krabbelkinder immer wieder den Kontakt zu Mutter oder Vater suchen, nur um sich zu vergewissern, dass die vertrauten Menschen noch da sind und ihnen zum emotionalen Auftanken zur Verfügung stehen. Das Bedürfnis nach Sicherheit und Schutz ist beim kleinen Menschen mindestens ebenso ausgeprägt wie sein Bedürfnis nach Lernen, Wachstum und Selbstständigkeit. Wenn beide Bedürfnisse gleichermaßen befriedigt werden, kann das Kind sich psychisch bestens entwickeln.

Auch später üben Eltern mit ihren Kindern immer wieder das Wechselspiel zwischen »Loslassen« und »Halt geben«, etwa wenn die Kleinen in den Kindergarten eingewöhnt werden oder in die Schule kommen. Der erste Schultag oder die erste Klassenfahrt sind für viele Mütter eine echte Hürde, die sie mit sehr gemischten Gefühlen nehmen. So lernen Eltern im Laufe der Zeit immer mehr, ihre Kinder selbstständig werden zu lassen. Und die Kinder lernen, dass sie einerseits unabhängiger werden dürfen, aber auch zu Hause einen sicheren Heimathafen haben, in den sie bei Bedarf einlaufen und wo sie jederzeit mental und emotional »andocken« können.

Es ist also keineswegs so, dass wir es mit Abschied und Abschiedsschmerz erst zu tun bekommen, wenn die Kinder endgültig ihre Koffer packen. Jeder kleine Schritt des Kindes in Richtung Unabhängigkeit und Reifung hat uns stolz gemacht, aber uns auch verdeutlicht, dass unser Einfluss Jahr um Jahr schwindet. Spätestens in der Pubertät werden die

Meinungen und Gedanken andere Menschen weitaus wichtiger für unsere Kinder als die der Eltern. Streitereien, Konflikte und Diskussionen mit unseren Teenies haben uns ja schon schmerzlich darauf vorbereitet, dass wir nur noch bedingt als Ideale angesehen oder als »Bestimmer« akzeptiert werden. Die Ablösung der Kinder von uns Eltern wird hier meistens sehr heftig vorbereitet, und manche Pädagogen behaupten, dass sich Pubertisten mitunter so grässlich benehmen, damit wir sie irgendwann so unerträglich finden, dass wir sie aus vollem Herzen, zur Not auch mit Wut und Enttäuschung, endlich gehen lassen können.

Doch auch wenn wir das Loslassen und Gehen-Lassen unserer Kinder schon jahrelang eingeübt haben, ist dann ihr Auszug auf der gemeinsamen Wohnung ein einschneidender Schritt für alle Beteiligten. Das Kinderzimmer hat endgültig ausgedient, auch wenn es längst nicht mehr wie ein niedliches Kinderzimmer aussieht, sondern zum chaotisch vollgerümpelten Teenager-Domizil mutiert ist. Psychologisch betrachtet hat es eine große symbolische Bedeutung, wenn ein Kind sein ehemaliges Kinderzimmer auflöst: Es beendet damit eine ganze Ära, in der es sich in einer bestimmten Rolle befunden hat, nämlich in der Rolle des Schutzbedürftigen und Abhängigen. Genau genommen kündigt Ihr Kind Ihnen nicht nur die Wohnung, sondern auch die Rolle des Kindes. Diese Kündigung sollten Sie dankend annehmen, denn sie bedeutet nichts anderes, als dass Sie Ihren Job sehr erfolgreich erledigt haben.

Herzlichen Glückwunsch, Sie haben es geschafft! Irgendetwas müssen Sie verdammt richtig gemacht haben!

## **Was heißt schon »erwachsen«? Großwerden in Zeiten der Globalisierung**

Erwachsen zu werden ist heutzutage kein Kinderspiel mehr. Denn obwohl Kinder immer früher in die Pubertät kommen und die Kindheit mit 10 Jahren für beendet erklärt wird, so heißt das noch lange nicht, dass die Jugendlichen auch früher erwachsen werden. Das Gegenteil ist der Fall.

Da sich das gesellschaftliche Leben drastisch verändert hat, hat sich auch die Lebensphase »Jugend« gewandelt. Ging man früher davon aus, dass die Jugend eine recht kurze Übergangsphase zwischen Kindheit und Erwachsenenalter war, so wird sie mittlerweile für eine eigene Lebensphase gehalten, die unterschiedlich lang sein kann und als individueller

Prozess angesehen wird. Im Soziologen-Deutsch nennt man diese recht neue Lebensphase »Post-Adoleszenz«.

Durch die Individualisierung unserer Gesellschaft und die Veränderung unserer Arbeitswelt gibt es zudem keinen festgelegten Ablauf einer bürgerlichen Normalbiografie mehr. Früher war der Lebenslauf mehr oder weniger vorgezeichnet: Schule, Ausbildung oder Studium, Einstieg in den Beruf, Gründung einer Familie. Und zwar in dieser Reihenfolge. So einfach ist das heute nicht mehr. Die Normen sind aufgeweicht, es gibt viele verschiedene gesellschaftlich mehr oder weniger akzeptierte Lebensmodelle: Ob Kleinfamilie oder Doppelverdiener ohne Kinder, Singles oder gleichgeschlechtliche Paare, getrennt lebende Ehepaare, Alleinerziehende oder Patchwork-Familie – die Bandbreite an Möglichkeiten ist groß geworden. Das bietet einerseits viele tolle Chancen zur individuellen Selbstverwirklichung, andererseits erfordert es aber auch ein Höchstmaß an individuellem Engagement, Flexibilität und Entscheidungsbereitschaft.

Doch was heißt das überhaupt: Erwachsensein? Darüber streiten sich die Geister bis heute, eine einfache Definition gibt es hier nicht. Klar ist, dass man bei einem gesunden Erwachsenen von einer gewissen körperlichen und kognitiven Reife ausgeht, die ihn zu einem selbstständigen und verantwortungsvollen Leben befähigt. Was das im Einzelnen bedeutet, bleibt allerdings recht vage und bietet jede Menge Stoff für interessante Diskussionen.

Einfacher ist das schon mit der Volljährigkeit. Volljährigkeit ist das Alter, ab dem eine Person im juristischen Sinne als mündig gilt, also als voll geschäftsfähig. In Deutschland ist ein Mensch mit 18 Jahren volljährig. Aber kaum jemand würde ernsthaft behaupten, dass er auch schon wirklich erwachsen sei. Im deutschen Jugendstrafrecht wird dies insofern berücksichtigt, als dass 18–20-Jährige als Heranwachsende gelten und je nach (per psychologischem Gutachten) festgestelltem Reifegrad eventuell milder bestraft werden als ältere Straftäter.

In den Sozialwissenschaften geht man davon aus, dass jemand dann erwachsen wird, wenn er bestimmte Reifegrade erreicht hat, etwa wenn er eine berufliche Tätigkeit aufnimmt, finanziell von den Eltern unabhängig wird oder eine eigene Familie gründet. Wenn es allerdings nach diesen Kriterien ginge, würde das ja bedeuten, dass eine junge arbeitslose Akademikerin oder ein fleißiger, unfreiwilliger »Dauerpraktikant« auf der Suche nach einer Festanstellung noch nicht erwachsen sei. In der Tat zwingt der komplizierte Arbeitsmarkt junge, gut ausgebildete Menschen



länger denn je in finanzielle Abhängigkeitsverhältnisse und hält sie so oft länger unselbstständig, als ihnen lieb ist. Aber ist ein studierter Mensch, der noch nicht in einem Vollzeitjob angekommen ist, tatsächlich noch nicht erwachsen, nur weil er noch kein eigenes Einkommen hat? Wohl kaum. Hier muss die Wissenschaft ihren Begriff den neu geschaffenen Realitäten anpassen. Der Erziehungswissenschaftler Martin R. Textor spricht zum Beispiel von einer besonderen Diskrepanz zwischen ökonomischer Unselbstständigkeit einerseits und einer »hohen intellektuellen, politischen und sozialen Reife«<sup>1</sup> andererseits. Soll heißen: Intellektuell und moralisch sind diese jungen Menschen zwar sehr reif, aber mangels adäquater Jobs noch nicht finanziell unabhängig.

Für viele junge gebildete Menschen mag es demütigend sein, trotz hoher Kompetenzen finanziell noch am Tropf der Eltern oder des Staates hängen oder sich mithilfe von Aushilfsjobs über Wasser halten zu müssen. Aber immer mehr junge Menschen ereilt dieses Schicksal, oft zum Glück nur vorübergehend. Wie verschiedene Studien belegen, ist der Einstieg ins Berufsleben für junge Menschen durch die Globalisierung und die mit ihr einhergehenden Veränderungen auf dem Arbeitsmarkt nämlich sehr viel holpriger geworden. Die Globalisierung stellt uns auch hier vor neue politische und wirtschaftliche Probleme, die wir leider zunächst irgendwie privat lösen müssen.

Wichtige psychologische Kriterien für das Erwachsensein sind hingegen die Entwicklung eines eigenen Wertesystems (das unter Umständen von dem der Eltern abweicht) sowie die Fähigkeit zu verantwortungsbewusstem Handeln und einer gewissen Form von Autonomie. Doch auch diese Kriterien bieten jede Menge Interpretationsspielraum.

Denken Sie einmal darüber nach: Was bedeutet es für Sie, »erwachsen« zu sein?

Wenn Sie Lust haben, können Sie im Folgenden Ihre ganz persönliche Prioritätenliste anfertigen:

**Was sind für Sie untrügliche Zeichen dafür, dass jemand »erwachsen« ist?**

Zum Beispiel:

- Verantwortung für sich und seine Handlungen zu übernehmen;
- Konsequenzen des eigenen Handelns zu tragen;
- eigenständig sein Alltagsleben zu bewältigen, also etwa pünktlich aufstehen, Termine einhalten usw.;

- einen eigenen Haushalt führen zu können (kochen, Wäsche waschen, einkaufen etc.);
- eigene berufliche und private Pläne und Ziele zu entwickeln und an ihrer Umsetzung zu arbeiten;
- Probleme eigenständig lösen zu können;
- sein eigenes Geld zu verdienen;
- Rücksicht auf andere zu nehmen;
- sich als Teil der Welt und nicht als deren Mittelpunkt zu verstehen;
- sich in eine Gemeinschaft integrieren zu können;
- ein (einigermaßen) realistisches Weltbild zu besitzen;
- ein gewisses Selbstbewusstsein entwickelt zu haben – also ein Bewusstsein der eigenen Möglichkeiten, Stärken und Schwächen;
- beziehungsfähig zu sein, Kompromisse einzugehen, die Bedürfnisse anderer Menschen zu respektieren.
- Was fällt Ihnen noch ein?
- ...

### Test: Wie erwachsen ist Ihr Kind?

Im folgenden spielerischen Test können Sie sich einen kleinen Überblick darüber verschaffen, für wie »erwachsen« Sie Ihr Kind halten. Bedenken Sie: Es ist Ihre subjektive Beobachtung, die Sie hier eintragen. Gut wäre es, eventuell Ihren Partner, Ihre Partnerin oder einen Freund diesen Test auch machen zu lassen und die Ergebnisse dann miteinander zu vergleichen. Sie können dann vielleicht zu einer noch realistischeren Einschätzung gelangen.

Tragen Sie einfach die Kreuzchen an der Stelle ein, die Sie spontan als passend empfinden.

<i>Mein »Kind« ...</i>	<i>sehr gut</i>	<i>gut</i>	<i>geht so</i>	<i>nicht so gut</i>	<i>schlecht</i>
kann sich gut organisieren					
kann einen Haushalt versorgen					
ist pünktlich und zuverlässig					
kann Probleme meistern (mit oder ohne Hilfe)					

## 2. Hotel Mama: Abschied auf Raten

Macht Ihr volljähriger Sohn keinerlei Anstalten, das kuschelige Elternhaus baldmöglichst gegen eine Junggesellenbude einzutauschen? Zaudert Ihre 20-jährige Tochter, ihr Teenie-Zimmer aufzugeben, weil es doch zu Hause so gemütlich ist?

Willkommen im Club. Sollten Sie ein solch entzückendes Ü20er-Exemplar bei sich beherbergen, befinden Sie sich heutzutage in bester Gesellschaft. Wollten Sie eine ortsnahe Selbsthilfegruppe für geplagte Nesthocker-Mamis gründen, hätten Sie im Handumdrehen mehr Mitglieder als Stühle im Raum. Vorbei die wilden Zeiten, in denen es lässig war, gleich nach dem Abi oder der abgeschlossenen Ausbildung das Nest zu verlassen und in ferne Länder zu ziehen – oder zumindest in die nächste Großstadt. Und das, obwohl der jungen Generation dank Globalisierung die ganze Welt offensteht!

Was die vielbeschworene Mobilität angeht, zeigen die jungen Menschen eindeutige Tendenzen: Sie bleiben erst mal möglichst lange bei Mami und Papi. Und wenn das aus irgendwelchen Gründen nicht geht, dann parken sie ihre Siebensachen ganz in der Nähe des Elternhauses, am liebsten im selben Ort, zur Not auch im Nachbardorf. 2010 wohnten laut Statistischem Bundesamt in Deutschland 64 Prozent der 18–24-Jährigen noch im Hotel Mama. Globalisierung hin oder her: Die große, weite Welt kann warten. Die laut Shell-Studie 2010<sup>7</sup> von den jungen Leuten so gepriesene Freiheit, in der ganzen Welt reisen, studieren und arbeiten zu können, bleibt derzeit weitgehend ungenutzt. In einer groß angelegten Studie von Spiegel, studiVZ und McKinsey wurden im Jahr 2010 die Umfrageergebnisse von knapp 130 000 Studierenden und Jungakademikern ausgewertet. Ergebnis: Ein eklatanter Mangel an juveniler Reise- und Umzugsfreudigkeit. Die meisten Studierenden ziehen die heimischen Gefilde der Fremde vor, sie studieren am liebsten in ihrem Heimatort, in der Nähe von Familie und Freunden. Die Mehrzahl der deutschen Studierenden will laut Spiegel vom 11.10.2010 »in ihrer kleinen Welt bleiben.« Und weiter heißt es: »Die Umfrage zeigt, dass es mit ihrer Mobilität nicht weit her ist, dass sie oft nicht mal aus dem eigenen Land-

strich herauskommen.«<sup>8</sup> Warum in die Ferne schweifen, wenn man es auch bei Mutti nett haben kann?

## Generation Bumerang – warum Nesthocken so »in« ist

Der Trend, immer länger bei den Eltern zu wohnen, ist keineswegs auf Deutschland beschränkt: In ganz Europa ist das durchschnittliche Auszugsalter in den letzten 15 Jahren deutlich gestiegen, Ähnliches zeichnet sich auch in den USA ab. In der wissenschaftlichen Fachsprache werden die auszugsunwilligen jungen Menschen als »unvollständig abgelöste junge Erwachsene« bezeichnet, in Großbritannien etwas weniger freundlich als »Kippers« – eine Abkürzung für »Kids in Parent's Pockets Eroding Retirement Savings« – was sehr frei übersetzt etwa so viel heißt wie: »Kinder, die ihren Eltern die Haare vom Kopf fressen« bzw. etwas präziser übersetzt: »Kinder, die die Rentenersparnisse ihrer Eltern aufbrauchen«. Besonders lange hängen die volljährigen Kinder ihren Müttern in Italien und Spanien am Rockzipfel.

Dabei sind es überwiegend Männer, die das elterliche Dach über dem Kopf (und vermutlich die damit verbundenen Serviceleistungen) nicht missen möchten. Frauen ziehen tendenziell früher weg – entweder wegen eines guten Jobs oder eines Partners. Der typische Nesthocker ist männlich, gut ausgebildet und weitaus häufiger im ländlichen Gebiet denn in der Großstadt anzutreffen.

Insgesamt scheint das Nesthocker-Syndrom ein Phänomen der Mittelschicht zu sein. Schließlich ist ein Studium teuer und langwierig, zumal jetzt noch vielerorts Studiengebühren eingeführt wurden, und in einem Reihen- oder Einfamilienhaus ist schließlich oft genug Platz, um sich nicht allzu heftig gegenseitig auf die Füße zu treten. »Je komfortabler die Wohnbedingungen im Elternhaus, desto höher die Wahrscheinlichkeit, dass junge Erwachsene den status quo lange aufrecht erhalten«, resümiert die Entwicklungspsychologin Christiane Papastefanou, die sich intensiv mit dem Nesthocker-Phänomen beschäftigt hat. »Der erwartete Gewinn des eigenständigen Wohnens ist nicht hoch genug, um diesen Schritt in die Ungewissheit zu vollziehen.«<sup>9</sup>

Bezahlbarer Wohnraum ist vor allem in großen Städten ohnehin ein knappes Gut, da ist es unter dem Dach bei Mama und Papa günstiger – auch für die Eltern, die dann nicht allzu tief in die eigene Unterhaltstasche greifen müssen.