

## »EINE MAUS IN MEINEM BAUCH«

Wenn Kinder ihre Empfindungen nicht steuern können, ist der Psychiater Michael Schulte-Markwort gefragt.



**SPIEGEL:** Herr Professor Schulte-Markwort, wie viele kleine Patienten leiden unter einer affektiven Dysregulation?

**Schulte-Markwort:** Etwa zwei bis drei Prozent aller Kinder können ihre Emotionen nicht steuern, werden nach Frustrationen sehr wütend oder wenden sich ab. Sie leiden unter einer Störung, die es bisher nur im englischen Diagnosesystem gibt, dort nennt sie sich »Disruptive Mood Dysregulation Disorder«. Sie beschreibt jedoch ein bekanntes Krankheitsbild. In der Schule etwa gelten diese Kinder als Störenfriede, nicht erziehbar. Das ist aber keine Verweigerung, sondern Überforderung.

**SPIEGEL:** Ein Unterschied, den kaum jemand erkennt.

**Schulte-Markwort:** Es handelt sich um eine übersehene Kindergruppe. Die Störung wird oft mit ADHS verwechselt. Manchmal kommt auch noch eine Überempfindlichkeit hinzu, wenn Kinder bestimmte Kleidungsstücke nicht auf der Haut ertragen. Andere sind schwellensensitiv, wissen also zum Beispiel nicht, wie sie von einer Situation in die nächste kommen: von der Schlafanzug hose in die Unterhose, in die Strümpfe. Motorisch können die das natürlich, aber nicht affektiv. Solche Kinder sind für das Nein in dieser Welt nicht geschaffen, und die Welt hält viele Neins bereit.

**SPIEGEL:** Spüren Eltern das intuitiv?

**Schulte-Markwort:** Generell gilt: Wenn Eltern unsicher sind, sollten sie mit dem Kind zu einem Facharzt gehen. Eltern von dysregulierten Kindern wird oft vorgeworfen, ihr Nachwuchs sei schlecht erzogen. Für diese Eltern ist es schwer, sich den ständigen Forderungen nach Sanktionen zu widersetzen. Doch bei einer Regulationsstörung hilft nicht Härte, sondern Trost.

**SPIEGEL:** Jedes Kind muss lernen, seine Gefühle zu regulieren. Wie funktioniert das denn normalerweise?

**Schulte-Markwort:** Kinder lernen das über die Interaktion mit den Eltern. Diese nehmen die Emotionen des Säuglings auf, übersetzen sie und geben sie übersetzt zurück. Das machen Eltern intuitiv, wenn sie sagen: »Du hast aber schlecht geschlafen heute« oder »Du hast jetzt Hunger«. Das Kind erfährt, dass die Mutter oder der Vater fühlt, dass es Hunger hat, und ihm deshalb etwas zu essen gibt. So passen Gefühl und Reaktion der Eltern zusammen.

---

### MICHAEL SCHULTE-MARKWORT

*61, arbeitet und lehrt als Kinder- und Jugendpsychiater an Hamburger Kliniken. Zuletzt hat er den Ratgeber »Kindersorgen – Was unsere Kinder belastet und wie wir ihnen helfen können« veröffentlicht (Droemer; 19,99 Euro).*

---

**SPIEGEL:** Heißt das, Eltern von emotional dysregulierten Kindern haben deren Gefühle zu wenig gespürt?

**Schulte-Markwort:** Nein, die Kinder kommen so zur Welt, und nach meiner Erfahrung sind deren Eltern psychisch gesund und bindungssicher.

**SPIEGEL:** Und wie sieht dann die Erziehung aus?

**Schulte-Markwort:** Man muss dem Kind einen Schutzraum geben. Ein achtjähriger Junge sagt morgens: »Ich kann heute nicht in die Schule gehen, der Wind ist zu stark.« Die Mutter hat gelernt, dass dies heißt, das Kind fühlt sich nicht gut. Sie schickt den Jungen nicht in die Schule, weil sie nur dann sicher sein kann, dass keine Stühle durch die Klasse fliegen.

**SPIEGEL:** Einfühlen statt drohen und durchsetzen?

**Schulte-Markwort:** Ja, man nimmt den emotionalen Schritt des Kindes auf, geht ihn mit und führt das Kind allmählich in eine neue Richtung.

**SPIEGEL:** Können Sie das konkreter beschreiben?

**Schulte-Markwort:** Ein Mädchen erzählt, die Leggings fühlen sich an wie tausend Nadeln. Ich schlage vor, die Leggings nachts ins Gefrierfach zu legen, damit sie später beim Anziehen kühl sind. Indem die Eltern den Kindern demonstrieren: »Ich verstehe, dass du nicht absichtlich so etwas Schräges machst«, entlasten sie die Kinder. Und das führt dazu, dass sie sich ändern. Oft hilft es auch, ein Wort für das Gefühl zu finden.

**SPIEGEL:** Zum Beispiel?

**Schulte-Markwort:** Ein vierjähriger Junge sagte: »Mama, da ist eine Maus in meinem Bauch.« Die Mutter antwortete: »Dann gehen wir zu Schulte-Markwort, und der operiert sie heraus.« Der Junge erwiderte: »Mama, das geht nicht, die Maus gehört zu mir.« Super Junge, denn genau so ist es.

**SPIEGEL:** Kann das Kind die Maus kontrollieren?

**Schulte-Markwort:** Ja, indem man das Kind selbst zu seinem eigenen Experten macht und es fragt: »Wie geht es der Maus denn heute? Was braucht sie, damit sie nicht ausflippt?« So kann man dem Kind zur Seite stehen.

INTERVIEW: MARIANNE WELLERSHOFF