

leicht gar nicht mehr so fantastisch, vielleicht eher realitätsadäquat ... Ein Einhorn also.

Was tun als Eltern? Ein Einhorn kann ich in der analogen Welt nicht herbeizaubern, auch meine Tochter nicht wirklich in eines verwandeln.

Mit dem Institut für Generationenforschung widme ich mich dieser scheinbaren *mission impossible* zwischen den Anforderungen der digitalen Welt und dem Bemühen von uns Eltern, unsere Kinder fit für die digitale und analoge Welt zu machen. Ich möchte die grundlegenden Veränderungen, die wir in unserer Welt beobachten, verstehen. Aus der Rolle als Forscher, aber viel wichtiger auch in meiner Verantwortung als Vater in einer analogen und digitalen Zukunft.

Ein wichtiger Hinweis noch vorab

Alle Namen, Orte und Personenmerkmale in den in diesem Buch geschilderten Fallbeispielen sind fiktiv. Allerdings habe ich auf der breiten Datenbasis unserer langjährigen Forschungen kumulierte Familienbeispiele herausgearbeitet, die die in den Studien beobachteten Entwicklungen und Begleitphänomene möglichst typisch und nachvollziehbar wiedergeben.

Die Geburt der Verunsicherung

Unsere Kinder werden in eine digital-analoge Zwischenwelt hineingebo-
ren. Am Beispiel eines Paares, das bei unseren Studien mitgewirkt hat,
– nennen wir sie Martina und Johannes – zeigt sich, wie die digitale und
die analoge Welt aufeinanderprallen und schließlich für unsere Kinder
verschmelzen.

Martina und Johannes gaben an, sich mit Mitte 30 über die Da-
ting-App Tinder⁷ kennengelernt zu haben. Heute nichts Ungewöhnli-
ches, eigentlich sogar der Normalfall. Denn Dating-Apps und vor allem
das Internet im Allgemeinen sind in Deutschland der zweithäufigste
Kennenlernort für Paare, das ergab eine Studie, die im Statista Research
Department 2021 veröffentlicht wurde. Etwa 28 Prozent der Deutschen
gaben ebenfalls an, regelmäßig oder zumindest ein paarmal auf einer

7 *Tinder ist eine der am weitesten verbreiteten Dating-Apps. Inzwischen wurden einige psycho-
logische Studien, jedoch mit geringer Stichprobengröße, durchgeführt, um beispielsweise ver-
schiedene Nutzertypen zu klassifizieren oder um festzustellen, wie sich das Selbstwertgefühl
und das Körperbild von Tinder-Nutzern verhalten. So konnten Hinweise dafür gefunden wer-
den, dass Tinder-Nutzer weniger zufrieden mit ihrem Gesicht und ihrem Körper sind und sich
häufiger für ihren Körper schämen. Weiter sehen Tinder-Nutzer ihren Körper stärker als sexu-
elles Objekt. Geschlechterunterschiede zeigten sich im Selbstwertgefühl, bei dem Männer gerin-
gere Werte aufwiesen. Eine andere Studie fand Geschlechterunterschiede auch bezogen auf das
Körperbild von Dating-App-Nutzern (66 Prozent nutzten Tinder). Hier schämten sich vor al-
lem die Männer für ihren Körper, je aktiver sie die Dating-Apps nutzten. Weiter konnte eine
Studie Anhaltspunkte dafür finden, dass Tinder-Nutzer stärkere Wesenszüge der Dunklen Tri-
ade (Machiavellismus, Narzissmus, Psychopathie) und Soziosexualität zeigen. Die Nutzer mit
höheren Werten für die Dunkle Triade und Soziosexualität verwenden Tinder auch stärker für
kurzfristige Beziehungen. Dies legt die Vermutung nahe, dass Tinder vor allem Personen mit
stärkeren Wesenszügen der Dunklen Triade eine Möglichkeit bietet, kurzfristige Beziehungen
zu finden.*

Die Geburt der Verunsicherung

Online-Dating-Plattform aktiv gewesen zu sein. Man lernt sich heute also zuerst digital kennen, bevor man analog wird.

Martina hat Grafikdesign, Johannes BWL studiert. Beide haben je ein Auslandssemester in den USA absolviert, Martina an der Westküste und Johannes in New York. Direkt nach dem Studium haben sie an ihrer Karriere gearbeitet. Stück für Stück hat Martina sich zur Teamleiterin hochgekämpft, sich gegen die männliche Konkurrenz durchgesetzt. Johannes ist Niederlassungsleiter und steht vor dem nächsten Sprung: Er wird die Gebietsleitung übernehmen. Ein Paar, das nicht nur Ehrgeiz und Strebsamkeit miteinander teilt, sondern auch viele gemeinsame Hobbys. Sie sind beide begeisterte Social-Media-Nutzer, haben immer das neueste Smartphone zur Hand und die neuesten Apps. Gleichzeitig joggen und verreisen sie sehr gern. Und am liebsten verbinden sie beides: Beim Reisen füttern sie ihre Social-Media-Kanäle mit neuen Fotos und Updates. Sogar einen Video-Blog haben Martina und Johannes gestartet, bei dem sie ihre Zuschauer so oft es geht mitnehmen – auf ihren Reisen und daheim.

Martina liebt YouTube, Instagram und Pinterest, Johannes nutzt immer noch Facebook und blüht seit Neustem auch bei Instagram und TikTok⁸ auf. Beide mögen aber auch Kinobesuche, Theater, die moderne Kunst. Sie wohnen in ihrer Lieblingsstadt: München, wo sie sich mit Leidenschaft und Ehrgeiz ihren Berufen widmen, die aber auch beide fordern. Deshalb bleibt leider wenig Zeit für Bar-Hopping oder Diskobesuche, und mit Mitte 30 fühlen sie sich eh zu alt dafür. Auch deshalb brauchte es eine Dating-App, damit sie sich irgendwo kennenlernen konnten; im Digitalen.

Beide waren in einem Alter, in dem sie wussten, was sie wollten, und irgendwie auch spürten, wen sie wollten. Lange hatten sie zuvor nach dem richtigen Partner gesucht, dann ging alles ganz schnell. Schon nach

8 *TikTok ist eine Social-Media-App, auf der Kurzvideos hochgeladen und angesehen werden können. Häufig werden auch Challenges auf TikTok veröffentlicht, die zum Nachahmen einladen. Beispielsweise versuchten sich viele an der Challenge, den Tanz zum Lied »Savage Love« von Jason Derulo nachzuahmen. Sich jedoch gegenseitig herauszufordern, birgt auch einige Gefahren. Ein Trend in den USA war beispielsweise die »Skullbreaker-Challenge«, zu Deutsch »Schädelbrecher-Wettbewerb«. Hierbei springen drei Jugendliche gleichzeitig in die Luft, wobei die äußeren beiden frühzeitig landen. In der Luft ziehen sie dem mittleren die Beine weg, sodass dieser zu Boden fällt und mit dem Rücken und Kopf auf dem Boden aufschlägt. Es kam so weit, dass viele Jugendliche ins Krankenhaus gefahren werden mussten. Ein anderes Beispiel: In Pakistan starben Jugendliche bei dem Versuch, ein Kurzvideo für TikTok vor einem fahrenden Zug zu drehen.*

Die Geburt der Verunsicherung

einem halben Jahr zogen sie zusammen. Martina und Johannes leben am Münchner Stadtrand und können sich zusammen eine relativ große Wohnung leisten. Es brauchte weitere zwei Jahre und viele gemeinsame Reisen, bis sie heirateten.

Jetzt sind sie Ende 30, und der nächste Schritt steht an: die Familiengründung. Es klappt schneller als gedacht, Martina ist schwanger. Arbeit und Karriere sollen darunter nicht leiden, da sind sie sich einig. Damit teilen Martina und Johannes die Einstellung von etwa 30 Prozent der Deutschen in dieser Altersgruppe. Mit etwa 30 Jahren das erste Kind zu gebären, entspricht heute dem Durchschnitt.⁹

Auch mit Ende 30, wie Martina, oder gar mit Anfang 40 Mutter zu werden, ist heute keine Seltenheit mehr. Laut der deutschen gynäkologischen Statistik war im Jahr 2019 jede elfte Frau bei der Geburt ihres ersten Kindes 40 Jahre alt oder älter.

Vor allem für die Erstgebärende hat das höhere Alter Folgen. Folgen nämlich für das eigene wahrgenommene Wohlbefinden und das empfundene Glück. Das hat eine Studie von Forschenden des Max-Planck-Instituts und der University of Pennsylvania herausgefunden. Dazu haben sie Erstgebärende in Deutschland befragt. Je älter eine Frau bei der Geburt ihres ersten Kindes ist, desto wahrscheinlicher ist es, dass das wahrgenommene Wohlbefinden der frisch gebackenen Eltern, vor allem aber das der Frau, nachlässt.¹⁰

Psychologisch lässt sich dieser Effekt mit Blick auf das menschliche Gehirn erklären. Bei den meisten Menschen über 30 Jahren sorgen der präfrontale Cortex¹¹ und das limbische System¹² im Gehirn dafür, dass mehr Angst empfunden wird und folglich die Personen mehr Risiken verhindern möchten.

Martina und Johannes gehören zur ersten Generation, die zuerst googelt, wenn sie eine Frage hat. 2018 gaben laut einer Studie der Bertelsmann-Stiftung 46 Prozent der Deutschen an, sich regelmäßig im Inter-

9 *Das durchschnittliche Alter der Mütter bei Geburt des ersten Kindes lag im Jahr 2019 bei 31,5 Jahren. Vgl. Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung 2021*

10 *Vgl. Margolis & Myrskylä 2015*

11 *Der präfrontale Cortex ist für Selbstkontrolle, emotionale Bewertungen und Integration von Gedächtnisinhalten zuständig.*

12 *Das limbische System dient der Funktionssteuerung von Gedächtnis, Emotionen, Antrieb, Lernen sowie der vegetativen Regulation der Nahrungsaufnahme oder der Verdauung und vielem mehr.*

net über ihren Gesundheitszustand zu informieren.¹³ Dies ist auch kein spezifisch deutsches Phänomen: Schon 2015 betrafen 5 Prozent der weltweiten Suchanfragen auf Google Gesundheitsthemen.

Das ist das Neue bei der Elterngeneration von Martina und Johannes: Nahezu alles, was noch vor zehn Jahren das Bauchgefühl entschieden hat, kann nun Google beantworten. Google spielt das immer höhere Alter der Erstgebärenden in die Karten. Denn biologisch tendieren wir dazu, immer rationaler zu denken, je älter wir werden. Wir werden immer risikoscheuer. Psychologen sprechen dabei von einer Steigerung der Risikoaversion (man scheut immer mehr das Risiko, »zerdenkt« alles und macht sich Sorgen). Ein absoluter Teufelskreis. Social Media und Co. leisten dabei ganze Arbeit. Im negativen Sinne: Die Zahl der Beiträge im Netz erschlägt den gewöhnlichen User. Jetzt stellen Sie sich einen verängstigten User vor: Für jedes düstere Szenario findet sich eine passende Meinung. Aber auch eine Gegenmeinung. Schuld ist die Flut an Informationen, wodurch schon rein statistisch die Wahrscheinlichkeit gegeben ist, zu jedem Fakt einen widerlegenden Kontrafakt zu finden. Hinzu kommt, dass sehr viele Inhalte im Netz im Absoluten dargestellt werden. Alle Meinungen, Perspektiven, Diagnosen sind gleich viel wert und werden gleichwertig behandelt. Das Internet kann keine Nuancen abbilden, es agiert ausschließlich aus einer totalen Perspektive heraus. Wie sollen sich die werdenden Eltern hier noch auskennen?

Ihre Tochter werden sie Emma nennen. Sie ist zwar noch nicht auf der Welt, aber Martina und Johannes haben jede erdenkliche Auffälligkeit bereits gegoogelt: Das häufige Erbrechen von Martina, was kann das sein? Durchfall während der Schwangerschaft, was hat das zu bedeuten? Vitaminmangel, Eisenmangel, Schnupfen, falsche Kleidung, schlechte Luft, Kopfschmerzen, spuckt Google aus. Über alles, was ihnen suspekt erschien, haben sie etwas im Internet gelesen und Internet-Ärzte befragt, die ihr Wissen in Blogbeiträgen teilen. Je mehr die beiden suchen, desto mehr Gefahren und scheinbare Antworten und Erklärungen finden sie.¹⁴

13 Vgl. Bertelsmann Stiftung 2018

14 *Das Durchforsten des Internets nach Krankheitssymptomen wird auch als »Cyberchondrie« bezeichnet. Cyberchondrie ist eine Form der Hypochondrie. »Hypochondrie« bezeichnet die übertriebene Neigung, seine eigene Gesundheit zu betrachten. Allerdings bilden sich Menschen, die an Cyberchondrie leiden – anders als bei Hypochondrie – keine Symptome ein, sie deuten diese nur falsch.*