

SEELISCH BELASTET ODER KERNGESUND? KINDERGESUNDHEIT IN MEHRKINDFAMILIEN

DGKJ-SYMPIOSIUM – DIE DREI IST DIE NEUE ZWEI - KINDERREICHE
FAMILIEN SIND IN DER MITTE DER GESELLSCHAFT

DR. INÉS BROCK – KINDER- UND
JUGENDLICHENPSYCHOTHERAPEUTIN

2 GLIEDERUNG



- Gesundheitszustand Kinder
- Grundannahmen über Geschwister
- Einfluss auf körperliche Gesundheit
- Einfluss auf seelische Gesundheit
- Sozialkompetenz als Gesundheitsfaktor
- Geschwister rund um die Geburt
- Risiken für Geschwister
- Fazit

3 GESUNDHEITZUSTAND KINDER

- Gesundheitszustand der Kinder in Deutschland insgesamt sehr gut
- alarmierende Zahlen über hohe Erkrankungsraten – Adipositas 15,4 % (rel. stabil)
- neue Krankheitsbilder – Asthma und Allergien, Diabetes, chronische Erkrankungen
- Psychische Auffälligkeiten (milieuunabhängig) auf hohem Niveau – 20 %
 - leichte Veränderungen im Lebensverlauf (3- 17 Jahre)
 - geschlechtsspezifische Unterschiede in der Prävalenz
 - krankheitswerte psychische Störungen werden noch nicht adäquat psychotherapeutisch versorgt

4 GRUNDANNAHMEN ÜBER GESCHWISTER

- Geschwister zu haben kann als eine psychischen Kapazität definiert werden, die als ein emotionales Kapital wirkt, das bei sozial relevanten Situationen abrufbar ist. Kinder stärken sich in Belastungssituationen gegenseitig und werden damit unabhängiger von der permanenten Zuwendung der Eltern... Ältere Kinder bieten für jüngere Geschwister eine emotionale Sicherheitsbasis, sie sind in Gegenwart des älteren explorativer, angstfreier und zeigen positive Attachmentqualitäten. Dabei unterstützt sie die Rollenübernahmefähigkeit und Perspektivenübernahmekompetenz (Mentalisierungsfähigkeit, Empathie).



5 EINFLUSS AUF KÖRPERLICHE GESUNDHEIT

- Kinder mit jüngeren Geschwistern geringere Wahrscheinlichkeit Fettleibigkeit zu entwickeln (University of Michigan)
 - drei mal so hohes Risiko für Kinder ohne Geschwister zu dick zu werden
 - Veränderungen im Lebensstil: erhöhte körperliche Aktivität in der Interaktion mit dem Geschwisterkind, Selbstregulation, Veränderung des Essverhaltens, flexiblere familiäre Freizeitgestaltung, mit Bewegung verknüpft
- in Familien mit höherer Kinderzahl sind die jüngeren Geschwisterkinder seltener von Asthma und Allergien betroffen (unspezifische Immunstimulation)
- weniger Krankheiten beim Übergang in außerfamiliäre Institutionen (Abwehrstabilisierung)

6 EINFLUSS AUF SEELISCHE GESUNDHEIT

Zwillinge verbindet zudem eine spezifische emotionale Nähe und Verbundenheit, die als lebenslanger Schutzfaktor bewertet wird

- Individualität bildet sich dennoch aus!



- Selbstwirksamkeitserfahrungen – mehr Zeit miteinander als mit Eltern
- freies selbstbestimmte Spiel stärkt Affektregulation und fördert Kreativität – Gesundheitsfaktor im Lebensverlauf
- Übergänge können leichter bewältigt werden – Transitionskompetenz
- bessere Regulation von Freundschaften und Peer-Kontakten
- Trennung der Eltern kann leichter verarbeitet werden
- Geschwister als sichere Bindungspersonen – Pufferfunktion bei funktionalen Schwächen der Eltern

7 SOZIALKOMPETENZ ALS GESUNDHEITSAKTOR



- Konflikte und Rivalität unter Geschwistern sind normal - Entwicklung von Frustrationstoleranz, Erlernen von Bewältigungskräften bei subjektiv empfundenen Ungerechtigkeiten und zur Herausbildung von Konfliktlösungsstrategien mit Umgang mit Gleichaltrigen
- „Verglichen wird die Lebenszufriedenheit von Eltern mit zwei, drei, vier oder mehr Kindern jeweils mit den Eltern mit nur einem Kind. Für die Frauen aus Paarfamilien ergibt sich, dass die Wahrscheinlichkeit, eine hohe Lebenszufriedenheit aufzuweisen, in einem Haushalt mit zwei oder drei Kindern signifikant höher ist als in einem Haushalt mit einem Kind.“ (Studie der BR zu Mehrkindfamilien)

8 GESCHWISTER RUND UM DIE GEBURT

- **normative Krise im Lebensverlauf**
- Faszination der unbedingten Bedürfnisäußerung des Säuglings jenseits der Enkulturation der vorgeborenen Geschwister
- erzeugt frühinfantiles Probehandeln (einnässen, nuckeln, Brust oder Fläschchen trinken)
- Transitionsphase mit Eifersucht und erhöhtem Aufmerksamkeitsbedürfnis (Störung wäre eher, wenn dieses Verhalten nicht auftritt)
- Akzeptanz von affektiver Überflutung (Trauer, Wut)
- besondere Bedeutung des Vaters als triangulierendem Dritten



9 RISIKEN FÜR GESCHWISTER

- niedriger sozioökonomischer Status der Familien ist Risikofaktor für ungesundes Essverhalten und damit für Adipositas
- negative Gesundheitsbiografien von armutsbetroffenen Kindern stellen eine individuell folgenschwersten und fatalsten Auswirkungen von Kinderarmut dar
- Geschwister von chronisch kranken, behinderten oder von lebenszeitverkürzenden Erkrankungen betroffenen Kindern leiden oft unter der familiär angespannten Situation, einer latenten Rücksichtnahme und einem hohen Anspruchsniveau
 - Psychosomatische und psychische Erkrankungen erhöht
- Geburtrisiken bei Mehrlingen (mehr als Hälfte Frühgeburt) und bei Nachgeborenen nach Kaiserschnitt erhöht

Guter
Bildungsstand
und
funktionales
Elternhaus
neutralisieren
Effektstärke.

Alle dysfunktionalen Geschwisterrivalitäten, Inzest und Mobbing verweisen auf unzureichendes Elternhandeln bzw. Störungen der parentalen Qualitäten!

10 FAZIT

- Geschwisterschaft als gesundheitsbezogener Schutzfaktor in den professionellen Blick integrieren (somatisch und psychisch)
- Forschungsdesiderat – selbst bei KIGGS – wenige Studien berücksichtigen Geschwisterstatus
- Kinderreiche Familien (3 Kinder plus) sind Garant für gesamtgesellschaftliche Solidarität, emotionale Kompetenz, innerfamiliäre Fürsorge und psychische Gesundheit

