

Exposé: Familie, Lebensgefühl und Gesundheit junger Erwachsener

Die Familie stellt, auch in einer globalisierten Welt, nach wie vor das kleinste aber auch wichtigste soziale Gefüge unserer Gesellschaft dar. Jedes Kind lernt auf individuelle Weise, dass es Werte und Normen sowie Grenzen gibt, die es zu beachten gilt. Die Verantwortung der Eltern ist es, diese Inhalte entsprechend ihrer eigenen Wertevorstellungen zu vermitteln. Längst haben sich neben dem „klassischen“ Mutter-Vater-Kind Modell mannigfaltigste Konstellationen herauskristallisiert: Alleinerziehung, Patchwork, gleichgeschlechtliche Lebenspartnerschaften. Die Familie steht synonym für Einheit und Zusammenhalt, Geborgenheit und Wärme, Schutz und Wegweisung. Das Prinzip des gemeinschaftlichen Lebensvollzugs enthält die vier Kriterien Abgrenzung, Privatheit, Nähe und Dauerhaftigkeit (Oerter, Montada 1987). Zerbricht das Gefüge der Familie, wie auch immer es gestaltet sein mag, durch eine Trennung oder Scheidung, bedeutet dies für alle Beteiligten immer eine große Veränderung in ihrem Leben. In dieser Arbeit lege ich den Fokus auf mögliche gesundheitliche Folgen für die Kinder solcher Familien. *„Einerseits wird davon ausgegangen, dass kurzfristige, massive Reaktionen der Kinder zu beobachten sind, nach ein bis zwei Jahren jedoch ein Erholungsprozess einsetzt (vgl. Hetherington & Kelly, 2003) und die Betroffenen anschließend relativ gut mit dem Ergebnis umgehen können. Andererseits beschreiben Wallerstein et al. (2002) in ihrer Studie die langfristigen Auswirkungen einer elterlichen Scheidung, die bis ins Erwachsenenalter reichen können.“ (Glatz, 2011).* Trennung oder Scheidung der Eltern kann zu negativen Auswirkungen auf das psychische und physische Befinden der betroffenen Kinder führen und beispielsweise eine Depression im Erwachsenenalter bewirken (Ross & Mirowsky, 1999). In Studien zum Zusammenhang der emotionalen Beschaffenheit und der Herzratenvariabilität wurde nachgewiesen, dass Personen mit Angstsymptomen, Phobien, posttraumatischer Belastungsstörung, trauernde Personen, Patienten mit Major Depression sowie mit bipolarer Störung eine reduzierte HRV aufweisen. Weiterhin konnte ein Zusammenhang zwischen Depression und Herzkrankheiten aber auch ein Anstieg der HRV nach erfolgreicher Behandlung von Depressionen nachgewiesen werden. (de Vries, 2013).

Diese Arbeit beschäftigt sich, vor dem Hintergrund des bio-psycho-sozialen Krankheitsmodells, mit den Zusammenhängen von Familie, Lebensgefühl und Gesundheit bei jungen Erwachsenen. Hierbei wird der soziale Faktor *Familie* mittels eines demografischen Fragebogens ermittelt. Zur Erhebung des psychologischen Faktors *Lebensgefühl* kommt die *die Allgemeine Depression Skala* (Hautzinger & Bailer) zum Einsatz. Der biologische Faktor wird in dieser Arbeit die Herzratenvariabilität sein, die mittels Elektrokardiogramm erfasst werden wird.

Literatur

- de Vries, S. (2013). Erfassung der Herzratenvariabilität- ein Leitfaden für Psychologen. Bachelorarbeit, Studiengang Psychologie, Technische Universität Chemnitz.
- Glatz, A. E. (2011). *Scheidung/Trennung der Eltern und ihre Folgen für das psychische Befinden von Jugendlichen unter besonderer Berücksichtigung von Depressivität* (Doctoral dissertation, uni-wien).
- Ross, C. E., & Mirowsky, J. (1999). Parental divorce, life-course disruption, and adult depression. *Journal of Marriage and the Family*, 1034-1045.
- Oerter, R. (2002). *Entwicklungspsychologie*. Weinheim: Beltz PVU.