

PSYCHOLOGIE HEUTE

GESUNDHEIT

Wenn Mama immer traurig ist

Depressionen treten in Familien oft gehäuft auf. Woran könnte es liegen, dass Kinder betroffener Eltern auch an der Störung erkranken?

VON SUSANNE ACKERMANN

 12. DEZ 2022

Eine depressive Mutter zu haben ist für Kinder belastend. Besonders gefährdet, selbst eine Depression zu entwickeln, sind offenbar Kinder, die das Gefühl haben, an der Traurigkeit der Mutter schuld zu sein. Bei ihnen entdeckten Psychologinnen und Psychologen, dass sie bereits selbst Symptome zeigten und zu negativen Gedanken und zum Grübeln neigten. Die Kinder, die keine Schuld bei sich dafür sahen, dass ihre Mutter traurig war, wiesen keine Symptome auf.

In zwei Studien wurden insgesamt 129 Mutter-Kind-Paare befragt. Die Kinder waren im Durchschnitt etwas über 13 Jahre alt, die Mütter Anfang vierzig und überwiegend verheiratet. Alle wurden nach ihren eigenen

Einschätzungen befragt und nach denen des jeweils anderen. Auch wurde erfasst, welche Vorstellungen die Befragten vom Grund der Traurigkeit hatten.

Ist das meine Schuld?

Die Forschenden führen die gefährliche Entwicklung auf einen speziellen Denkstil zurück, den auch Kinder schon haben können: Betroffene neigen dazu, sich für Ereignisse oder das Verhalten anderer, das sie nicht verstehen und nicht ändern können, selbst die Schuld zu geben. Dies führe womöglich dazu, dass diese Kinder sogar versuchten, die Probleme der depressiven Mutter zu lösen, erklären die Forschenden. Kinder mit einem solchen negativen Denkstil könnten diesen schon früh von ihrer Mutter übernommen haben.

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egoomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

2 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.

3 GESUNDHEIT

Dieser Genuss!

Psychologie nach Zahlen: 6 Dinge, die Sie beherzigen sollten, um besser genießen zu können