

# Wo die Depression zuhause ist

## Die Rolle der Familie bei der Entstehung von depressiven Störungen

*Stimmungsschwankungen hat wohl jeder schon einmal erlebt. Wenn gefühlsmäßige Verstimmungen aber zur Last werden und die Lebensqualität abnimmt, dann handelt es sich mit großer Wahrscheinlichkeit um Depressionen. Die Ursachen für depressive Störungen sind vielfältig, gemeinsam ist ihnen, dass den Betroffenen die Kraft fehlt, sich selber zu helfen. Bei der Entstehung von Depressionen nimmt das familiäre Umfeld, insbesondere die Herkunftsfamilie, eine besondere Rolle ein. Jürgen Horn, Facharzt für Psychiatrie und für Psychosomatische Medizin, zufolge kann die Familie in zweifacher Weise zur Entstehung von depressiven Störungen beitragen: als "Respekt einflößende Oase" oder als "Schlachtfeld, auf dem Machtkämpfe ausgetragen werden".*

Bei der Beschreibung der Krankheit Depression gibt es seit jeher Unschärfen. So wird sie beispielsweise als Verlustsyndrom erklärt: der bzw. die Betroffene verliert über den äußeren Anlass hinaus "seine Bindungs- und Liebesfähigkeit, seine Aggressionsfähigkeit, sein Selbstwertgefühl, seinen Appetit, seinen Sinn fürs Schöne, die Hoffnung, kurz alles, das zur Selbst-, Welt- und Zukunftsverwaltung nötig wäre". Die Freud- und Lustlosigkeit bei Depressiven endet in Gefühllosigkeit, Bettlägerigkeit und Lebensmüdigkeit.



Prinzip" bringen das Selbstwertgefühl zum Sinken (episodische Depression).

**Familie als "Schlachtfeld, auf dem Machtkämpfe ausgetragen werden":** über Jahre hinweg führen Konflikte in der Ehe, Trennungen und Versöhnungen, Gewalt und Intrigen etc. zu wachsenden Angst- und Schuldgefühlen und ständigem Unbehagen - bis ein Familienmitglied "aussteigt" in die Depression (reaktive bzw. chronische Depression).

Trotz dieser unterschiedlichen Szenarien weisen Familien mit depressiven Mitgliedern gemeinsame Merkmale auf, die von der Heidelberger systemischen Schule als **harte Beziehungsrealitäten** beschrieben werden. Dem Gründer und Leiter des systemischen Instituts Heidelberg, Arnold Retzer, zufolge kommen Depressionen dann zum Tragen, wenn es zu einer sozialen Mechanisierung kommt, "wo Neues, Zufälliges, Anstoßerregendes und ‚Dissidentes‘ nicht möglich erscheint". Es geht dabei um folgende Merkmale:

- Alle in der Familie sind von allen abhängig. Ein Alleinleben ist unmöglich, aber auch individuelle Aktivitäten werden gemieden. Selbstunsicherheit macht sich breit. Wer derart abhängig ist und jedes Risiko meidet, wird früher oder später enttäuscht werden. Es folgt die Entwertung der eigenen Person und damit Gefühle der Verlorenheit, Bedeutungslosigkeit, des Abgestorbenseins, was wiederum Abhängigkeit bedingt. Oder man opfert sich selbstlos für andere bis zur Erschöpfung auf, eine Leere und ein Ausgebranntsein machen sich breit.

## Hilflos in der Familie

Die Familie, insbesondere die Herkunftsfamilie, spielt eine starke Rolle bei der Entstehung depressiver Störungen. Jürgen Horn stellt in seinem Beitrag zwei unterschiedliche Familienmilieus dar:

**Familie als eine "Respekt einflößende Oase":** Hinter der Fassade einer heilen, geordneten Welt erkrankt scheinbar grundlos ein Familienmitglied an Depression. Das depressive Familienmitglied befindet sich häufig in einer abhängigen oder zurückgesetzten Position bei gleichzeitig hohen Anforderungen. Betroffen sind häufig Hausfrauen oder mittlere Geschwister. Verwöhnung oder das "Liebe-durch-Leistung-

■ Die Werteverbindlichkeit ist in Familien mit depressiven Mitgliedern hoch. Werte sind unhinterfragbare Naturgesetze, aber auch der Familienpatriarch (oder -matriarchin) wird nicht hinterfragt, sondern als Vorbild verehrt. Rituale wie pünktliches Mittagessen oder immer derselbe Urlaubsort "schützen" vor Zufällen. Der gute Ruf und die achtbare Fassade sind wichtig. Die Regeln selbst werden nicht in Frage gestellt, dafür aber die Wahl des Einzelnen. Das führt zu Widersprüchlichkeiten und letztlich zur Depression.

■ Regeln und Traditionen machen es nicht mehr notwendig, das Leben unmittelbar zu erfahren. Das, was man schon immer getan hat, ist gut und richtig, das, was man noch nie getan hat, ist höchstwahrscheinlich böse oder falsch und wird gemieden oder bekämpft. Wenn das Neue oder Andere aber unausweichlich ist (z. B. aus Triebgründen), so kommt dasselbe Meidemuster zum Tragen. "Die Sehnsucht nach der idealen Liebe lebt von der Distanz und wird jedes Mal enttäuscht beim näheren Kennenlernen, weil dann kleine Schönheitsfehler das Ideal verderben". Dieses Zurückbleiben hinter den idealen Anforderungen und die Enttäuschung aufgrund zu hoher Erwartungen sind der Nährboden für die Depression.

■ Der potenziell Depressive ist ständig in Gefahr an der Unfähigkeit zu scheitern, "emotionale wichtige Beziehungen so instruktiv zu gestalten, wie er das für notwendig hält". Wenn das Risiko gemieden

wird, ist es auch riskant, seinen Gedanken und Gefühle freien Lauf zu lassen. "In depressiven Milieus soll sich deswegen zwar jeder *gut* fühlen, aber bitte nicht *gut fühlen*." Handlungen und Gefühle wie Ärger, Trauer, Wut und Angst müssen auch beim anderen kontrolliert werden und führen zur emotionalen Beeinflussung: "Tu es mir zuliebe" oder "Hör auf zu heulen, sonst ...".

Jürgen Horn spricht von vier Säulen, "die das Individuum in der Familie letzten Endes hilflos und ohne interne Kontrollmöglichkeit zurücklassen":

- Entwertung einer authentischen Emotionalität
- Exklusivität der Familienbeziehungen
- Tyrannei der Werte
- Katastrophisierung jeglichen Scheiterns.

Ein typisches Problem in "depressiven Familien" ist: wer aufgegeben hat, fühlt sich aufgegeben. Und wer aus dem familiären Spiel aussteigt, soll natürlich zurückgeholt werden. | red

**INFO**  
 Literatur: Jürgen Horn: Depressive Störungen - Ursachen und Behandlung (Teil I) In: Arnold Retzer et al. (Hrsg.): Familiendynamik. 30. Jg. Heft 4. Stuttgart 2005. S. 390-412.  
 Kontakt: Jürgen Horn, Facharzt für Psychiatrie und für Psychosomatische Medizin, Klinik Berus - Zentrum für Psychosomatik und Verhaltensmedizin  
 E-Mail: jhorn@ahg.de

## Familienbilder im Fernsehen

### Familienpolitische Debatte ist in deutschen Sendungen kaum wiederzufinden

*Familie in all ihren unterschiedlichen Ausprägungen ist auch im deutschen Fernsehen überall präsent. Doch die familienpolitische Debatte, die in Deutschland inzwischen alle gesellschaftlichen Gruppen erfasst hat, findet sich in den elektronischen Medien kaum wieder. Zu diesem Ergebnis kommt eine Studie des Grimme-Instituts im Auftrag des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ), die das Bild der Familie in fiktionalen und non-fiktionalen Formaten im deutschen Fernsehen untersucht und dafür rund 500 Programmstunden deutscher Fernsehsender analysiert hat. Lesen Sie hier eine Zusammenfassung des Grimme-Instituts.*

In Politik, Wirtschaft und Gesellschaft herrscht weitestgehend Konsens über die Herausforderungen der demographischen Entwicklung: Deutschland braucht mehr Kinder, dafür müssen vordringlich die Fragen der Vereinbarkeit von Familie und Beruf geklärt, das Bildungsniveau der Kinder gehoben, die Erziehungskompetenz der Eltern gestärkt und das Armutsrisiko der Familien reduziert werden. Das

sind Fragen, die nicht nur die betroffenen Familien und familienpolitische Akteure umtreiben, sondern für die Zukunft der gesamten Gesellschaft von großer Bedeutung sind. Sowohl in den fiktionalen wie in den informationsbezogenen Formaten des deutschen Fernsehprogramms werden diese Themen aber kaum aufgegriffen.

So ist das vorherrschende Lebensmodell der Serien, Krimis und Fernsehfilme das großstädtische Singledasein; Familien mit Kindern, insbesondere mit kleinen Kindern, kommen kaum vor. Die klassische Kleinfamilie mit zwei leiblichen Kindern, wie sie in der bundesdeutschen Realität vorherrschend ist, erscheint in der TV-Fiktion praktisch gar nicht. Das Familienbild im Fernsehen wird stattdessen geprägt von weitverzweigten Großfamilien in den Serien, von alleinerziehenden und multi-tasking-begabten Power-Frauen im Fernsehfilm und von melancholischen einsamen Wölfen und Wölfinnen im Krimi. Die Geburtenrate der weiblichen und männlichen Kriminal-Ermittler und Filmprotagonisten liegt noch weit unter der bereits sehr niedrigen deutschen Geburtenrate von 1,3 Kindern pro Frau. Sie erreicht im Krimi knapp ein Viertel (0,29), im Fernsehfilm gerade knapp die Hälfte (0,48) dieser Fortpflanzungsrate. Bis zu Dreiviertel aller Protagonisten in den fiktionalen Formaten sind kinderlos!

Kein Wunder, dass die zentralen Themen der familienpolitischen Debatte sich hier nicht wiederfinden. Selbst wenn Kinder da sind, bleiben die Fragen von Vereinbarkeit von Familie und Beruf, von Bildung und Erziehung, von Kinderbetreuung und innerfamiliärer Arbeitsteilung außen vor. Obwohl inzwischen fast alle Frauen und auch so gut wie alle Mütter in Serien und Filmen berufstätig sind, spielt die Frage, wie die Berufstätigkeit und die Betreuung der Kinder unter einen Hut gebracht werden kann, selten eine Rolle. Und auch wenn der Bildschirm bevölkert wird von beruflich erfolgreichen Powerfrauen - Erziehung und Haushalt bleiben nach wie vor weibliches Ressort. Dem modernen Frauenbild auf dem Schirm entspricht das Männerbild noch lange nicht. Hier tummelt sich immer noch der eher traditionell geprägte Mann, der sich gern aus solch vermeintlich weiblichen Zuständigkeiten raushält. Besonders auffällig ist auch, dass die soziale Frage, die unser Land im Moment umtreibt, in der Fernsehfiktion keine Rolle spielt. Hier dominiert die wohl situierte Mittelschichtsfamilie, die keine existenziellen Sorgen kennt - auch und vor allem nicht die Alleinerziehenden-Familien. Und Erziehungsfragen, die in der Doku-Soap zurzeit Furore machen, quälen solche Mittelschichtsfamilien schon gar nicht! In der Welt der Fernsehfiktion finden die Themen des wirklichen Familien-Lebens kaum statt.

Das gilt auch für die informationsbezogenen Programme des deutschen Fernsehens. Familienpolitische Meldungen und Themen machen nicht einmal ein Prozent aller Beiträge in Nachrichten und Magazinen aus. Auffallend ist auch die entpolitisierte Behandlung des Familienthemas. Als Akteure

in familienpolitischen Nachrichten und Beiträgen treten überwiegend Privatpersonen auf, selten Politiker. Hinzu kommt, dass die Themen der familienpolitischen Beiträge überwiegend aus dem familiären Nahraum stammen, also insbesondere familiäre Schicksale, Familie und Kriminalität oder Partnerschaft und Eltern-Kind-Beziehungen aufgreifen. Anlässe für familienpolitische Berichterstattung im engeren Sinne sind insbesondere Gerichtsurteile und Gesetze. Prozessorientierte Politik, wie sie eine nachhaltige Familienpolitik zur langfristigen Steigerung der Geburtenrate insbesondere auszeichnet, findet kaum die Aufmerksamkeit der elektronischen Medien. Die Themen der demographischen Entwicklung, der Vereinbarkeit von Familie und Beruf, von Kinderbetreuung oder Erziehung, die inzwischen in den Printmedien durchaus ihren regelmäßigen Niederschlag finden, führen im Fernsehen nach wie vor ein Nischendasein. Auch die verstärkt in Shows und Doku-Soaps auftretenden Familien schaffen hier keine Abhilfe. Zum einen finden sich auch hier ausschließlich Themen aus dem familiären Nahbereich - gesellschaftlich bedingte Probleme von Familien werden nicht aufgegriffen. Zudem erzeugen die voyeuristische Herangehensweise und das Erteilen zweifelhafter Lebenshilfetipps in diesen Sendungen tendenziell ein eher negativ geprägtes Familienbild.

Ursachen für die relative Lebensferne der fiktionalen Formate und die familienpolitische Abstinenz der informationsbezogenen Formate vermutet die Studie zum einen in einem Mangel an Informationen über die tatsächliche demographische, soziale und sozio-psychologische Lage der Familien in Deutschland. Zum anderen verhindert ein insbesondere beim Fernsehen vorherrschender enger und event-orientierter Politikbegriff das Aufgreifen mittel- und langfristiger familienpolitischer Prozesse, die für die gesamtgesellschaftliche Entwicklung Deutschlands von eminenter Wichtigkeit sind. Die Studie regt deswegen eine besser auf das Medium abgestimmte Informationsaufbereitung einschlägiger familienpolitischer Daten, familienwissenschaftlicher Forschungen und Aktivitäten, sowie einen intensivierten Austausch zwischen familienpolitischen Akteuren und Medienmachern an. | **Grimme-Institut**

**INFO**

Studie: Irmela Hannover, Arne Birkenstock  
Familienbilder im Fernsehen. Familienbilder und  
Familienthemen in fiktionalen und nicht-fiktionalen  
Fernsehsendungen. 2005

Studie zum Herunterladen: [www.bmfsfj.de](http://www.bmfsfj.de)

Kontakt: Friedrich Hagedorn  
Adolf Grimme Institut, D-45768 Marl  
E-Mail: [hagedorn@grimme-institut.de](mailto:hagedorn@grimme-institut.de)

## S · E · R · V · I · C · E

BUCH

**Kinder & Scheidung**

Eine Scheidung ist für alle Beteiligten schwer, insbesondere für die betroffenen Kinder. Erschwert wird die Situation zusätzlich durch das rechtliche "Hick-Hack" um Obsorge, Besuchsrecht und Unterhalt. Der vom Familienrichter Ewald Maurer erstellte Ratgeber soll etwas Licht in rechtliche Angelegenheiten bringen. Dabei wird die Perspektive der Kinder geschiedener Eltern besonders berücksichtigt. Dieser Ratgeber bietet leicht verständliche Grundinformationen über die verschiedenen Rechtsgebiete des Themenkreises (Scheidungs-)Kinder, Obsorge und Scheidungsrecht und eignet sich daher gut für NichtjuristInnen. Hinweise auf Paragraphen, Gesetze, Rechtssprechung und weiterführende Literatur machen das Buch aber auch für JuristInnen brauchbar. U. a. wird folgenden Fragen nachgegangen: Welche Rechte haben Eltern und Kinder? Welche Punkte sollten schon vor der Scheidung beachtet werden? Wie kann das Besuchsrecht geregelt werden? Gemeinsame oder alleinige Obsorge, was ist besser? Was darf der neue Lebenspartner in Bezug auf die Kinder? Welche Rolle spielt das Jugendamt?

Ewald Maurer: **Kinder & Scheidung. Obsorge auf österreichisch. Was Sie vor und nach einer Scheidung beachten müssen.** MANZ'sche Verlags- und Universitätsbuchhandlung GmbH. Wien 2005. ISBN 3-214-08077-6

BUCH

**Kinderbetreuung außer Haus**

So heterogen und pluralistisch die heutigen Familienkonstellationen und so unterschiedlich die Situationen sind, so vielfältig ist auch der individuelle Bedarf von Eltern für die Betreuung und Erziehung ihres Kindes. Die eigenen Bedürfnisse, diejenigen des Kindes und die Anforderungen durch die Erwerbstätigkeit müssen dabei in Einklang gebracht werden. Es stellt sich die Frage, welche Betreuungsform für welches Kind und welche Eltern in welcher Familienphase am besten geeignet ist. Neueste Untersuchungen zeigen, dass familienergänzende Betreuung sich sehr positiv auf die Entwicklung kleiner Kinder auswirkt, sofern sie guter Qualität ist. Dieses Buch gibt eine Übersicht über die aktuelle Situation der familien- und schulergänzenden Betreuung in der Schweiz, geht aber auch auf die Situation in Deutschland ein.

Andrea Lanfranchi, Ria Elisa Schrottmann (Hrsg.): **Kinderbetreuung außer Haus - eine Entwicklungschance.** Haupt Verlag Bern 2004. ISBN 3-258-06748-1

**Offenlegung nach Mediengesetz § 25**

Medieninhaber, Verleger und Herausgeber: Österreichisches Institut für Familienforschung  
Gonzagagasse 19/8, A-1010 Wien

Geschäftsführerin: Mag. Dr. Brigitte Cizek

Präsident: Univ.-Prof. Dr. Wolfgang Mazal

1. Vizepräsident: wHR i.R. Dkfm. Werner Höffinger

2. Vizepräsidentin: Univ.-Prof. Dr. Anita Rieder

Weitere Mitglieder des Kuratoriums: Univ.-Prof. Dr. Reiner Buchegger, Univ.-Prof. Dr. Christian Korunka, Dr. Peter Pitzinger, Sektionschef a.D. Mag. Ronald Rosenmayr, Dr. Gertraude Steindl, Univ.-Prof. Dr. Herbert Vonach

Der Informationsdienst des ÖIF informiert 14-tägig in kurzer und verständlicher Weise über familienrelevante Themen aus Wissenschaft und Praxis - unabhängig, wissenschaftlich, interdisziplinär und anwendungsbezogen.

IMPRESSUM

Medieninhaber: Österreichisches Institut für Familienforschung |

1010 Wien | Gonzagagasse 19/8

Hrsg: Mag. Dr. Brigitte Cizek, Mag. Rudolf K. Schipfer

Chefredaktion: Mag. Christina Luef

Foto: Mag. Christina Luef

DVR: 0855561

Österreichische Post AG / Sponsoring: Post Verlagspostamt: 1010 Wien

Zulassungsnr. 02Z031820S

KONTAKT: christina.luef@oif.ac.at | Tel: +43-1-5351454-21

Gefördert durch das Bundesministerium für soziale Sicherheit, Generationen und Konsumentenschutz (BMSG)

