

# Traurig, ängstlich, aggressiv: Kleine Seelen leiden heimlich



„ICH BIN SO TRAURIG“  
Wenn Kinder unglücklich sind, ist viel Liebe und Unterstützung durch die Eltern besonders wichtig

**PSYCHOLOGIE** ■ Alarmierende Studien decken auf: Jedes 5. Kind leidet unter einer seelischen Störung. Was Eltern jetzt wissen müssen. Und wie sie dem Nachwuchs helfen können

Deutschlands Kinderärzte schlagen Alarm: Rund 18 Prozent der Vier- bis 18-Jährigen sind psychisch gestört. Die Ursachen: Leistungsdruck in der Schule, familiäre Probleme, fehlende Bezugspersonen. Aber nicht nur äußere Faktoren bestimmen, ob ein Kind verhaltensauffällig wird. Oft hat das seelische Leid auch eine organische Ursache. Egal, ob Sie Mama, Oma oder große Freundin sind: Das können Sie für Ihre kleinen Lieblinge tun.

### Bettnässen

Das Einnässen in der Nacht (Enuresis nocturna) gehört zu den häufigsten Störungen im Kindesalter: Rund 20 Prozent der Vierjährigen und noch zehn Prozent der Siebenjährigen sind davon betroffen. Die Kids stehen dabei unter einem enormen Leidensdruck. Sie schämen sich und haben Angst, dass jemand von ihrem Problem erfährt. War ein Kind nachts schon trocken, kann eine Änderung der Lebenssituation wie die Scheidung der Eltern, Umzug oder Schulwechsel zu einem „Rückfall“ führen. Schimpfen hilft jetzt gar nichts. Viel Liebe, Verständnis und Geduld sind die beste Medizin. Häufigster Grund aber ist ein Hor-

monmangel, der die Nieren nachts zu viel Harn für die kleine Blase produzieren lässt. Diesen Mangel stellt der Kinderarzt durch völlig schmerzfreie Untersuchungen fest. In der Regel wird dann für ein halbes Jahr ein Medikament mit Desmopressin (z.B. Minirin in Tablettenform) verschrieben. Dieser Wirkstoff reduziert genau wie das natürliche Hormon die Harnmenge. Kind und Eltern haben wieder ruhige Nächte (Infos siehe Kasten).

### Aggression & Depression

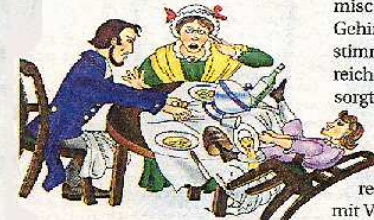
Kinder sind in ihrem Charakter und Verhalten so verschieden wie die Farben des Regenbogens. Impulsiv und kontaktfreudig. Oder eher ruhig und nachdenklich.

Deswegen reagieren sie auch ganz unterschiedlich auf seelische Verletzungen. Bei kleinen Temperamentsbündeln kann sich das durch unkontrollierte Wutausbrüche, Zerstörung von Gegenständen oder gar Gewalttätigkeit äußern. Die stillen Denker dagegen werden mit großer Traurigkeit, häufigem Weinen oder innerer Leere reagieren. In beiden Fällen – sowohl bei aggressivem Verhalten als auch bei einer Depression – liegt eine ernste Störung vor, die unbedingt behandelt werden muss. Am besten von einem erfahrenen Kinderpsychologen, der zuerst nach den Ursachen forschen wird: Leidet das Kind unter massivem Schulstress, hat es Probleme mit Lehrern, wird es gemobbt, ausgegrenzt? Und natürlich müssen sich die Eltern Fragen stellen: Habe ich mein Kind – vielleicht auf Grund eigener Probleme – vernachlässigt, ihm zu wenig Wärme und Geborgenheit



**TRETEN, SCHLAGEN, BEISSEN** Jedes Kind hat Aggressionen. Geraten die außer Kontrolle, braucht es dringend Hilfe

geschenkt? Aber auch Stoffwechselstörungen im Gehirn, das Fehlen von Botenstoffen wie etwa dem Gute-Laune-Macher Serotonin können krank machen. Die einen Kin-



**DER ZAPPELPHILIPP** Das Märchen kennt jeder. Die Krankheit, die dahinter steckt, nur wenige

der sind dann feindselig zu ihrer Umwelt, andere ziehen sich ganz von ihr zurück. Je nach Diagnose wird der Arzt sich für eine medikamentöse oder Psycho-Therapie, meist für eine Kombination aus beiden entscheiden. Ganz wichtig bei einer psychotherapeutischen Behandlung ist die Einbeziehung der Eltern: Sie müssen lernen, ihr Verhalten gegenüber dem Spross zu ändern. Dann hat das Kind die besten Heilungschancen.

### Das Zappelphilipp-Syndrom

Hyperkinetische Störung, ADHS, Hyperaktivität – es gibt etliche Namen für eine Krankheit, die vielen Eltern Angst einjagt. Fünf Prozent aller Kids ab sechs Jahren sind davon betroffen, Jungen häufiger als Mädchen. Sie sind besonders unruhig, können sich nicht konzentrieren, nicht still sitzen bleiben („Zappelphilipp“), rennen z. B. ohne zu schauen über die Straße, sind ungeduldig und haben heftige, plötzliche

Gefühlsausbrüche. Andererseits sind ADHS-Kinder besonders kreativ, freundlich und hilfsbereit. Schuld an ihrem Aufmerksamkeitsdefizit ist wahrscheinlich eine biochemische Funktionsstörung im Gehirn. Das bedeutet, dass bestimmte Hirnzellen nicht ausreichend mit Botenstoffen versorgt werden, das Kind Sinneseindrücke und Informationen nicht richtig verarbeiten kann. Erfolgreich behandelt wird ADHS mit Verhaltenstherapie, in der die kleinen Patienten lernen, ihre Wahrnehmung zu steigern. Und mit Medikamenten, die die Verhaltenskontrolle unterstützen. Neue Forschungsergebnisse haben jetzt gezeigt, dass auch Nahrungsergänzungsmittel (z. B. Cellagon vital, Info-Tel.: 040/34994532) das Gehirn bei der Bildung von Botenstoffen stimulieren. Gerade für Kinder sind sie eine gesunde und nebenwirkungsfreie Alternative zu den üblichen Psychopharmaka. **af**

### INFO

#### Hier bekommen Eltern Hilfe

- **Bettnässen** Tipps für Betroffene gibt die „Initiative Trockene Nacht – Guter Tag“, Internet: [www.initiative-trockene-nacht.de](http://www.initiative-trockene-nacht.de), Tel.: 0180/500 64 98
- **Aggression & Depression** Infos über den „Berufsverband der Ärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie“ unter [www.bkjpp.de](http://www.bkjpp.de)
- **ADHS** Ratschläge vom „Bundesverband Aufmerksamkeitsstörung/Hyperaktivität e.V.“, Tel.: 0919/70 42 60