

Meves Aktuell

Das Robert Koch-Institut, Berlin, hat mithilfe einer neuen Untersuchung einmal mehr festgeschrieben: Hierzulande sind 15,4 Prozent der Kinder und Jugendlichen zwischen 3 und 17 Jahren zu dick, 5,9 Prozent sogar fettleibig (1). Die Dunkelziffer ließe sich sicher verdoppeln, wie sich besonders den Aussagen von Grundschullehrern entnehmen lässt.

Haben wir durch das neu installierte Gesundheitsministerium nun vielleicht endlich einmal die Chance, dass dieser verheerenden Zahl nachgegangen wird? Denn das ist der Medizin längst bekannt: Fettleibige Menschen sind im Erwachsenenalter öfter krank, mit Herz-Kreislauf-Bluthochdruck- und Diabetesleiden im physischen Bereich, im psychischen zunehmend vor allem mit Depressionen. Öffentlich bekannt scheinen bisher allein oberflächliche Ursachen: Die Mehrzahl der Kinder nimmt zu viele Kalorien auf, sie bewegt sich zu wenig. Und eine Überwindung der Fettleibigkeit während des Längenwachstums und im jungen Erwachsenenalter gelingt immer weniger. Auch Spezialeinrichtungen mit Abspeckprogrammen verzeichnen zwar kurzzeitig Erfolg, doch im Allgemeinen wird eine zähe Rückfälligkeit ins alte Körpergewichts nach wenigen Monaten beklagt.

Besorgte Mütter schildern in der psychotherapeutischen Praxis: „Wir haben es nach vielen vergeblichen Versuchen aufgegeben, in dieser Hinsicht bei unseren Kindern etwas zu erreichen. Sie sind zwar keineswegs widersetzlich, sie möchten selbst die Pfunde los sein. Häufig werden sie sogar deswegen gemobbt, sie trinken auch brav Smoothies und nagen an rohen Mohrrüben – aber die Körperrundungen wollen und wollen sich nicht vertreiben lassen.“

Eine gut beobachtende Mutter sagte zu Recht: „Ich habe sogar das Gefühl, dass das ewige Thematisieren beim Essen für die Kinder kontraproduktiv ist. Einerseits werden sie darüber träge und unlustig, und andererseits steigert es die Esslust.“ Über sich selbst enttäuscht resümiert eine andere Mutter: „Das Gegenteil, ein ganz schlimmes stattdessen, habe ich erreicht.“ Sie habe nämlich herausfinden können, dass ihr Sohn am Kiosk neben der Schule heimlich Süßigkeiten kaufe. Darauf habe sie ihn angesprochen. Aber er leugne das hartnäckig. Ihre Recherchen hätten also nicht nur nichts, sondern ein schräges Verhältnis zu ihrem kleinen Sohn erbracht.

Ein solches Verhalten ist typisch für Kinder, die bereits in einer Esssucht gefangen sind. Sie können ihre Abhängigkeit davon nicht zugeben, sie verdrängen stattdessen manchmal sogar das Bewusstsein darüber; denn der damit verbundene Verlust ihres eigenen Willens ist für sie unerträglich.

Analytisch arbeitenden Psychotherapeuten sind die tieferen Ursachen bei einer Vielzahl von fettleibigen Menschen längst bekannt: Es ist der seelische Mangel im Bindungsbereich der so fest prägenden frühen Kinderjahre, der das Bedürfnis nach viel Essen, Naschen und süßen Getränken so übermächtig aktiviert! Es handelt sich bei diesen unerkannten Störungen letztlich um die unbewusste Ersatzbefriedigung eines lebensnötigen seelischen Verlangens. Deshalb bleibt die eigentliche seelische Sättigung aus, ja, im Gegenteil: Sie wird durch die Dezimierung des Ansehens in der Gruppe noch vermindert und das seelische Defizit dadurch geradezu angeheizt. Das

Naschen von Chips beim Fernsehen löscht infolgedessen bei diesen Kindern nicht den eigentlichen Durst ihrer Seele!

Es ist besonders verheerend, dass dieser Mangel sich in den ersten drei Lebensjahren einschleicht, in einer Phase, in der die Bindung an die pflegende Hauptperson (und das ist normalerweise die Mutter) einen Reifungsschritt von unermesslicher Wichtigkeit darstellt: Denn durch die erlebte Bindung sprießen im noch unausgebildeten Gehirn die Synapsen. Daraus ergibt sich ein grundlegendes Gefühl von Zufriedenheit. Wenn diese fehlt, entsteht bei unverwahrten Kindern sehr viel öfter eine gesteigerte Esslust und darauf aufbauend Fettleibigkeit. Denn sie haben lange schon versucht, ihre Unzufriedenheit über den Mangel an Gemeinsamkeit mit einem Du auf diese Weise zu beseitigen. Und etwas Verheerendes tritt darüber hinaus als Folge auf, wenn der Weg erst in die Ersatzbefriedigung eingeschlagen ist: Solche Versuche machen nur sehr kurzfristig zufrieden! Sie wecken stattdessen ein Bedürfnis nach mehr, mehr und mehr. Dahinter aber gähnt eine unglücklich machende Falle für das gesamte Leben: Die unbewussten Selbstheilungsversuche machen süchtig, später dann aber in aller Verzweiflung nicht nur mithilfe von heimlich Genaschem, sondern mit nur scheinbar Besserem: mit Zigaretten, mit Alkohol und schließlich mit einem noch schlimmeren Verfallensein, mit Rauschgiften, also mit einem noch größeren Verlust der Willensfreiheit. Längst lässt sich bei Langzeitbeobachtungen erfahren, dass hier Verläufe mit vielfältigen Aufsplitterungen vorliegen, die ihre Ursache in einer einzigen fundamentalen, das Leben letztlich schwerst beeinträchtigenden Störung haben. Mit dem eigenen Willen ist bei manchen dann längst nichts mehr zu machen, und erst recht ist dann das wichtigste Lebenselement des Menschen kaputt: das eigene Selbstwertgefühl.

Unsere dicken Grundschul Kinder suchen in der Tiefe ihrer Seele nicht den Döner, sondern die Liebe, die Anerkennung einer, der **EINEN** wichtigsten Person! Dass diese sie mag, dass diese sie seelisch satt macht! Dass diese ihnen durch ihre Gegenwart signalisiert: Ich freue mich, dass du da bist, du bist mir wert, du bist mir teuer!

Aber Klassenlehrer mit 20 bis 30 Schulkindern, mit häufigem Wechsel obendrein, können nicht in der Lage sein, solche Defizite bei immer mehr Kindern aufzulösen, zumal die Störung deren Leistungsfähigkeit mindert. Das ist auch mit ein Grund, warum unsere 10-Jährigen dann insgesamt nur ein so jämmerliches Unterrichtsniveau erreichen.

Erfahrene Kinderpsychotherapeuten kennen solchen Hintergrund unruhiger, unkonzentrierter, „fauler“ Kinder längst. Die unerkannte seelische Not unserer scheinbar noch glücklichen Kinder hat bisher in unserer Gesellschaft ungehört zum Himmel schreien müssen; denn im Grunde ist der Mensch „von Kopf bis Fuß auf Liebe programmiert“ - jeder von uns!

Diese Erkenntnis der tiefsten Ursachen bei den meisten fettleibigen Kindern lässt ein weiteres Ergebnis des Robert Koch-Institutes in einem besser erklärenden Licht erscheinen: Die Untersuchungen des Instituts hatten bereits ergeben, dass Kinder aus sozial schwachen Familien eher zu Übergewicht neigen als ihre Altersgenossen aus

besser gestellten Familien (2). Nun zeigt sich, dass es vor allen Dingen die weniger direkt bewahrten Kleinkinder sind, die diesen Mangel später durch orale Ersatzbefriedigungen auszugleichen suchen. Und eine weitere Praxiserfahrung lässt sich hinzufügen: Kinder, die in heile Familien eingebunden sind, haben eher Chancen, übersteigerte Esslust auf ein gesundes Maß zu reduzieren.

Müssen diese Beobachtungs- und Forschungsergebnisse denn nun aber nicht endlich einmal zu echt wirksamen sanierenden Maßnahmen führen?

Bilanz: Ein weiteres Kurieren an den Symptomen wird Zeitverschwendung bleiben. Die Voraussetzung zu einer Heilung dieser Störung im Urbereich des Menschen kann nur

- a) mit einer Einstellungsänderung über das Wesen von uns Menschen beginnen.
- b) Es bedarf der gesellschaftlichen Voraussetzungen, die es den Müttern möglich macht, bei den Kleinkindern gegenwärtig zu sein, sodass diese den fundamentalen Reifungsschritt zur Bindungsfähigkeit vollziehen können.
- c) Denn nur so wird es einer Vielzahl von Vertretern der jungen Generation ermöglicht, gesunde, leistungs- und liebesfähige Erwachsene zu werden.
- d) Das setzt voraus, dass es der modernen emanzipierten Mutter nach der „Kinderphase“ durch gesellschaftliche Maßnahmen ermöglicht wird, dass sie auch ihr Recht auf ein verselbstständigtes Leben durch Erwerbstätigkeit und Rentenversorgung erreichen kann.

(1)

https://www.rki.de/DE/Content/Gesundheitsmonitoring/Gesundheitsberichterstattung/GBE_DownloadsJ/FactSheets/JoHM_01_2018_Adipositas_KiGGS-Welle2.pdf?__blob=publicationFile

(2) <https://www.mamiweb.de/familie/studie-arme-kinder-sind-haeufiger-dick/1>