

Lebensqualität

Kinder steigern das allgemeine Wohlbefinden – aber erst, wenn sie aus dem Elternhaus ausgezogen sind. Das legt eine Studie von der Universität Heidelberg und Kollegen im Fachjournal *Plos One* nahe. Die Forscher kommen zu dem Schluss, dass eine hohe soziale Vernetzung wichtig für das Gesamtwohl und die geistige Gesundheit im höheren Alter sein könnte.

Insbesondere der Partner und bereits ausgezogene Kinder spielten dafür eine Rolle. Frühere Studien hatten gezeigt, dass Kinder, die noch zu Hause wohnen, sich im Schnitt negativ auf die Zufriedenheit auswirken. Die Forscher um Christoph Becker analysierten die Lebenssituation von rund 55 000 Menschen aus 16 europäischen Ländern, die alle 50 Jahre oder älter waren. Co-Autor Becker betont allerdings, dass Kinder nur ein Teilaspekt eines zufriedenen Lebens sind: „Vor allem scheint es wichtig zu sein, dass man im Alter zumindest eine Person hat, mit der man sich regelmäßig austauschen kann. Das kann auch der Partner sein.“

naar: Die Welt, 26.08.2019