

Null Bock **oder** depressive Störung?

Jeder zehnte Jugendliche erkrankt bis zu seinem 18. Lebensjahr an einer behandlungsbedürftigen Depression, schätzen die Experten der Psychotherapeutenkammer Nordrhein-Westfalen. Was als Depression gilt und was Eltern tun sollten, dazu haben wir den Präsidenten der Kammer, Diplom-Psychologe Gerd Höhner, befragt.



Foto: Psychotherapeutenkammer NRW

Gerd Höhner, Diplom-Psychologe sowie Psychologischer Psychotherapeut und Präsident der Kammer für Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten Nordrhein-Westfalen.

Herr Höhner, was wird bei Kindern und Jugendlichen als Depression eingestuft?

► **GERD HÖHNER:** Jedes Kind und jeder Jugendliche fühlt sich ebenso wie Erwachsene schon einmal traurig und niedergeschlagen, ist müde und schlapp, verspürt wenig Lust und Interesse und kann sich über nichts richtig freuen. Dies gehört bei uns allen zur normalen Gefühlswelt. Dauern diese Stimmungen bei einem Kind jedoch länger an und sind sie stärker ausgeprägt, sollte man aufmerksam werden. Die Diagnosestellung bei Kindern und Jugendlichen wird dadurch erschwert, dass das Erscheinungsbild der Depression in diesem Altersspektrum sehr heterogen ist. Kinder drücken sich anders aus als Jugendliche. So gibt es entwicklungstypische Anzeichen der depressiven Störung, die in ihrem Erscheinungsbild nicht sofort an eine Depression denken lassen. Dazu gehören Reizbarkeit, häufige körperliche Beschwerden (z. B. Bauch- und Kopfschmerzen), Trennungsängste und motorische Unruhe.

Kann man Altersbereiche abgrenzen, in denen Depressionen häufiger auftauchen?

► **HÖHNER:** Ja, das Jugendalter kann als kritische Phase bezeichnet werden. Im frühen bis mittleren Jugendalter, also etwa zwischen dem zwölften und 15. Lebensjahr, steigt die Häufigkeit depressiver Störungen deutlich an und erreicht nahezu Zahlen wie im Erwachsenenalter.

Was sollten Eltern tun, wenn ihr Kind an einer Depression erkrankt ist?

► **HÖHNER:** Häufig werden Depressionen übersehen, weil andere Verhaltensprobleme wie beispielsweise gereiztes und aufsässiges Verhalten im Vordergrund zu stehen scheinen. Nehmen Eltern Symptome an ihrem Kind wahr, die möglicherweise mit einer Depression in Zusammenhang stehen, sollten sie einen Fachmann (z. B. Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut, Kinder- und Jugendpsychiater) aufsuchen.

BERATUNG UND UNTERSTÜTZUNG

finden Angehörige und Betroffene unter anderem bei der Stiftung Deutsche Depressionshilfe

*Semmelweisstraße 10,
04103 Leipzig
Tel: 0341 9724 493*

*E-Mail:
info@deutsche-
depressionshilfe.de*

*Info-Tel.:
0800 3344533*

*Mo., Di., Do.: 13-17 Uhr,
Mi., Fr.: 8:30-12:30 Uhr*



Foto: Fotolia/Wrangler

Dies frühzeitig zu tun, ist meiner Meinung nach besonders wichtig, denn viel zu häufig suchen Eltern oder auch die Jugendlichen selbst aus Angst vor Stigmatisierung spät Hilfe. Man geht davon aus, dass immer noch circa 50 Prozent der Kinder und Jugendlichen mit Depressionen unbehandelt sind.

Nimmt die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die Depressionen haben, Ihres Erachtens tatsächlich zu, oder wird die Erkrankung seit einigen Jahren einfach besser diagnostiziert?

► **HÖHNER:** Ich denke, dass beide Aspekte eine Rolle spielen. In verschiedenen wissenschaftlichen Studien haben sich Hinweise darauf ergeben, dass in den letzten Jahrzehnten in der Gesamtbevölkerung und insbesondere im Kindes- und Jugendalter ein Anstieg in der Verbreitung depressiver Erkrankungen zu verzeichnen ist. Als Gründe dafür werden verschiedene gesellschaftliche Phänomene diskutiert wie beispielsweise eine erhöhte Stressbelastung bei gleichzeitig geringerer Unterstützung, aber eben auch methodische Aspekte. So ist davon auszugehen, dass die Diagnose einer depressiven Störung heute besser gestellt werden kann. Sowohl die Allgemeinbevölkerung als auch Fachleute wie beispielsweise die Kinder- und Jugendmediziner sind besser informiert und aufgeklärter als früher und dadurch aufmerksamer.

Augen auf bei solchen Auffälligkeiten

Zeigt Ihr Kind vergleichbare Symptome, sollten Sie aufmerksam sein:

- vermindertes Selbstvertrauen, Ängste, Lustlosigkeit, Konzentrationsmangel
- tageszeitabhängige Stimmungsschwankungen
 - Rückzug
 - Appetitlosigkeit
 - Gewichtsverlust
 - Schlafstörungen
- psychomotorische Hemmung (z. B. langsame Bewegungen, in sich versunkene Haltung)
- Schulleistungsstörungen

Quelle: Stiftung Deutsche Depressionshilfe