



Was Corona mit der Seele macht

Kinder sind die **Verlierer** der Pandemie

Depressionen, selbstverletzendes Verhalten, Essstörungen – immer mehr Kinder und Jugendliche zeigen in der Corona-Pandemie Zeichen einer ernsthaften psychischen Erkrankung. Die Anfragen nach Therapieplätzen sind in den vergangenen Monaten extrem gestiegen – die Kapazitäten mehr als gering. Doch die Politik nimmt die Bedürfnisse von Kindern immer noch nicht ernst.

Eine Warteliste? So etwas führt Bernhard Moors mittlerweile gar nicht mehr, denn der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut (KJP) aus Viersen käme nicht dazu, diese abzuarbeiten. Bis zu zehn Anfragen zu einem Therapieplatz gehen täglich in seiner Praxis ein – und das seit Herbst letzten Jahres. „Es ist schrecklich, so viele verzweifelte Menschen abweisen zu müssen“, sagt Moors, der nur einen kleinen Teil der Bitten über die Notfallsprechstunde abdecken kann. Alle anderen mit starker Gefährdung muss er an die psychiatrische Klinik des Landschaftsverbands Rheinland im Kreis verweisen.

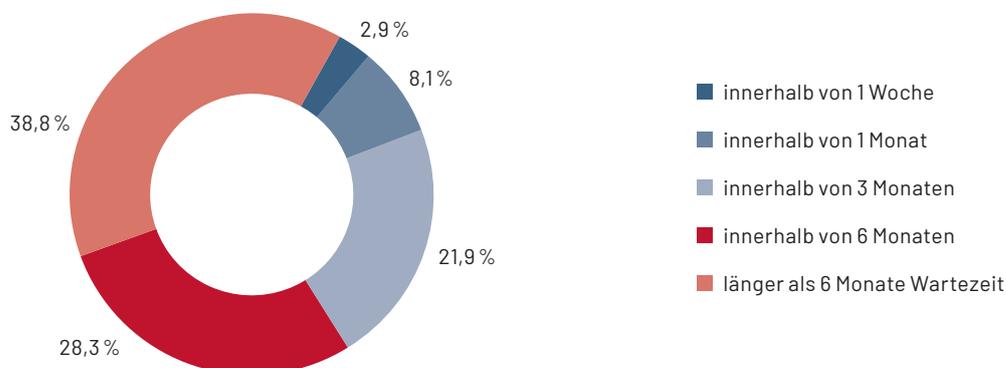
Mit Beginn der zweiten Welle im letzten Jahr ist der Bedarf an Therapieplätzen in der Praxis von Moors um mindestens 50 Prozent im Vergleich zum Vorjahreszeitraum 2019 gestiegen, bundesweit sogar um rund 60 Prozent. Das zeigen Ergebnisse einer Mitgliederumfrage der Deutschen Psychotherapeutenvereinigung (DPTV) von Anfang 2021. Demnach erhält zwar über die Hälfte der anfragenden Kinder und Jugendliche innerhalb eines Monats ein Erstgespräch, 40 Prozent der Suchenden müssen jedoch länger als ein halbes Jahr auf den Therapiebeginn warten (siehe Abb. 1). Ein Trend, der sich auch bei der Terminservicestelle 11 6 11 7 abzeichnet: Die Buchungen im Bereich KJP sind vergangenes Jahr in Nordrhein deutlich gestiegen, von 779 (2019) auf 1232 Vermittlungen in 2020.

Ängste und Verunsicherung

Warum waren die letzten Monate für Kinderseelen so belastend und wie erklärt Bernhard Moors die starke Zunahme der Fallzahlen mit dem zweiten Lockdown? „Zu Beginn war es für die Kinder wie verlängerte Ferien, was zunächst positiv assoziiert war.“ Doch diese Stimmung kippte, als klar wurde, dass die Pandemie noch eine ganze Weile bleiben wird. Das Schlimmste war aber dann: Es war plötzlich nicht absehbar, wann sie enden würde. Das führte dazu, dass Ängste und die Verunsicherung weiter zunahmen – ein wesentlicher Aspekt im filigranen Gefüge seelischer Gesundheit. Denn je länger die psychischen Belastungen andauern, ohne die Möglichkeit der Kompensation durch soziale Kontakte in Schule oder Sportverein, desto mehr Kinder werden laut Moors psychisch krank. Im Praxisalltag erlebt der Viersener, dass die Lebensfreude verloren geht: „Kinder, die ich behandle, erzählen, dass sie keinen Sinn mehr im Leben sehen, dass sie sich wünschen, tot zu sein.“

Die Pandemie-Situation ist dynamisch, Erkenntnisse zu den Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche zurzeit nur Momentaufnahmen. Viele der bislang verfügbaren Studien sind aufgrund ihrer noch kurzen Beobachtungszeit in ihrer Aussagekraft und Übertragbarkeit begrenzt. Eine Reihe von Erhebungen gibt aber Hinweise auf erlebte Belastungen – wie die Studie COPS (Corona und Psyche) des Universitätskli-

Wartezeit auf einen Behandlungsplatz in KJP-Praxen



Quelle: Umfrage des Deutschen Psychotherapeuten Verbands, Februar 2021; 685 befragte Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten

nikums Hamburg-Eppendorf. Die erste bundesweite Längsschnittstudie befasst sich mit den Folgen der Pandemie für Kinder und Jugendliche im Alter zwischen elf und 17 Jahren. Die Anfang 2021 veröffentlichten Ergebnisse der zweiten Befragung ergaben, dass sich die Lebensqualität und die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland im Verlauf der Corona-Pandemie weiter verschlechtert hat. Jedes dritte Kind leidet mittlerweile unter psychischen Auffälligkeiten. Auch der Anteil von Kindern mit einer geminderten Lebensqualität ist nach der Copsy-Studie besorgniserregend hoch (siehe Abb. 2). Depressive Störungen, psychosomatische Beschwerden sowie Sorgen und Ängste bei Heranwachsenden im Pandemie-Verlauf haben zugenommen.

Normale Entwicklung erschwert

Bernhard Moors wundert das alles nicht: „Kinder wurden massiv in ihren sozialen Kontakten beschränkt – und soziale Kontakte sind elementar für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen und damit auch für ihr Wohlbefinden.“ In der Interaktion mit Gleichaltrigen lernen Jugendliche beispielsweise den Umgang mit Rivalitäten und Konflikten. Kleine Kinder, aber auch Grundschüler erfassen die Beziehungsqualität über die Mimik. Durch das ständige Tragen von Masken war das kaum noch möglich. Es kommt vieles zusammen, was Kinderseelen belastet. „Anfangs wurden Kinder sogar als Virenschleudern bezeichnet – was mittlerweile widerlegt ist – aber das macht was mit Kindern, wenn sie so etwas hören. Sie fragen sich: Bin ich schuld, wenn Oma an Corona stirbt?“

Der erfahrene Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut betrachtet die Entwicklung der letzten Monate mit großer Sorge – und die Pandemie-Politik spricht für ihn eine klare

Sprache: „Es war deutlich zu sehen, welchen Stellenwert Kinder in unserer Gesellschaft haben – einen sehr geringen. Sie können kein Kreuz auf dem Wahlzettel machen.“ Eltern konnten längst wieder shoppen gehen, aber die Schulen waren weiterhin geschlossen. „Kinder und Jugendliche sind die Verlierer der Pandemie. Sie wurden von den Maßnahmen, die teilweise völlig unverhältnismäßig waren, am härtesten getroffen“, bewertet Moors.

Esstörungen nehmen zu

In seiner Praxis spiegelt sich in den Kinderseelen das Leid durch die Pandemie wider. Neben Depressionen behandelt er immer mehr Patienten mit Ängsten: Leistungs-, Verlust- und Zukunftsängste. Substanzmissbrauch nimmt auch zu – und die Patienten werden immer jünger. Er sieht mehr selbstverletzendes Verhalten, das auch im Ausmaß zunimmt, wie zum Beispiel den Kopf massiv gegen die Wand zu schlagen. Außerdem kommen immer mehr Jugendliche mit Essstörungen zu ihm. Aus Sicht der Jugendlichen ist das die einzige Möglichkeit, bei allen Alltagsbeschränkungen etwas selbst bestimmen zu können – nämlich, wie viel sie essen und trinken.

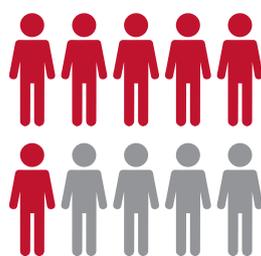
„Grundsätzlich kann man sagen, dass eher die Kinder in der Pandemie psychisch krank werden, die vorher schon Auffälligkeiten aufwiesen,“ ordnet Moors ein. Das deckt sich auch mit den Ergebnissen der Hamburger Forscher, wonach vor allem Kinder und Jugendliche aus sozial schwächeren Verhältnissen oder mit Migrationshintergrund betroffen sind. „Wer vor der Pandemie gut dastand, Strukturen erlernt hat und sich in seiner Familie wohl und gut aufgehoben fühlt, wird auch gut durch die Pandemie kommen“, kommentiert Prof. Dr. Ulrike Ravens-Sieberer, Leiterin der Copsy-Studie

Anteil der Kinder und Jugendlichen mit einer geminderten Lebensqualität



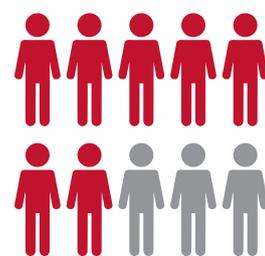
Vor der Corona-Krise

3 von 10 Kindern



Erste Befragung
(Mai–Juni 2020)

6 von 10 Kindern



Zweite Befragung
(Dezember 2020–Januar 2021)

7 von 10 Kindern

Quelle: Copsy-Studie des UKE, Onlineumfrage vom 26. Mai bis 10. Juni 2020 und 17. Dezember 2020 bis 25. Januar 2021; mehr als 1000 befragte Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren

und Forschungsdirektorin der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik des UKE, die Auswertung.

Kinder brauchen Erholung

Die starke Belastung von Kindern und Jugendlichen durch die Pandemie hat die Politik viel zu spät in den Blick genommen – und deshalb darf jetzt nicht wieder an der falschen Stelle angesetzt werden, um Schadensbegrenzung zu betreiben. Es geht nicht darum, das Bildungsdefizit auszugleichen. „Jetzt ist entscheidend, dass die Kinder ihre Lebensfreude zurückbekommen, dass sie sich mit Gleichaltrigen treffen, dass sie Spaß haben und zu dem zurückkommen, was das Leben von Kindern und Jugendlichen ausmachen sollte“, betont Moors. Die Kinder brauchen Erholung und nicht neuen Druck ob der versäumten Lerninhalte. Und er sagt auch: „Erst wenn das Sozialgefüge wieder stimmt, können Kinder gut lernen.“ Kinder müssen die Monate eingeschränkter Kontakte ausgleichen.

Und langfristig müsse endlich mehr auf die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen eingegangen werden. Das heißt: „Klassengröße reduzieren, mehr Sozialarbeiter an den Schulen einsetzen, Lehrer besser ausbilden – damit sich das Klima an der Schule verbessert“, so Moors. Durch den regelmäßi-

gen Kontakt zu Gleichaltrigen ist Schule ein wichtiger Ort, um Kinder nicht nur intellektuell zu fördern, sondern ihnen auch Wertschätzung und Aufmerksamkeit entgegenzubringen und damit auch ihre seelische Gesundheit zu fördern – insbesondere die von Kindern aus Risikofamilien. Dazu braucht es endlich verlässliche Konzepte und die nötigen Ressourcen.

Kinder- und Jugendhilfe ausbauen

Moors ist mit seiner Meinung nicht allein. Auch die Nationale Akademie der Wissenschaften Leopoldina fordert in ihrer Ad-hoc-Stellungnahme „Kinder und Jugendliche in der Coronavirus-Pandemie: psychosoziale und edukative Herausforderungen und Chancen“ den Auf- und Ausbau von Unterstützungs- und Bildungsstrukturen. Die Situation im Vergleich zum Status quo vor der Pandemie müsse verbessert werden. Dabei sollten auch strukturelle Beteiligungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche geschaffen bzw. ausgebaut werden, um nicht nur Maßnahmen für sie, sondern mit ihnen zu entwickeln und umzusetzen. Die Wissenschaftler empfehlen im Hinblick auf die seelische Gesundheit die Erweiterung evidenzbasierter Maßnahmen in der Kinder- und Jugendhilfe sowie in der Therapie psychischer Störungen des Kindes- und Jugendalters, um eine weitere Verbesserung des Behandlungserfolges bei psychischen Erkrankungen zu erreichen. Die Wartezeit auf einen Therapieplatz müsse verkürzt werden.

Im Hinblick auf die aktuelle Situation ist der durchgängige Präsenzbetrieb in Schulen unter Einhaltung der nötigen Schutzmaßnahmen ein zentraler Aspekt des Papiers. Doch die Hoffnung, dass die Politik im Hinblick auf Heranwachsende endlich die Fahrtrichtung ändert, wird erneut getrübt. Der Bundesgesundheitsminister schloss im Hinblick auf die Delta-Variante des Coronavirus nicht aus, dass die Schulen ab Herbst doch wieder in den Wechselunterricht gehen könnten. An dieser Stelle mahnt Moors auch, die Belastung der Eltern nicht zu vergessen. „Was auch ihnen aufgebürdet wurde, ist Wahnsinn – mit monatelangem Homeschooling neben Homeoffice und Kinderbetreuung.“

Zeitlich begrenzte Ermächtigungen

Welche Lösung sieht der Viersener Psychotherapeut für die vielen Kinder und Jugendlichen, die zurzeit auf einen Therapieplatz warten? Er plädiert für pandemiebedingte, zeitlich begrenzte Ermächtigungen oder zusätzliche Anstellungen in Praxen ohne Leistungsbegrenzung. Dabei blickt er auch in die Zukunft: Wer jetzt nicht lernt, mit den eigenen Problemen umzugehen, der läuft nicht nur Gefahr einer Krankheitsmanifestation über die Pandemie hinaus, sondern auch, einen Rückfall zu erleiden, sobald eine erneute Belastungssituation auftritt.

■ JANA MEYER

Belastungsgrenze

Anteil der befragten Kinder und Jugendlichen, die die Coronakrise ...

83 %

... als **äußerst belastend** empfinden.

71 %

... als **ziemlich belastend** empfinden.

Anteil der befragten Kinder und Jugendlichen, die die Schulsituation im Winter im Vergleich zum ersten Lockdown im Frühjahr 2020 ...

45 %

... als **anstrengender** empfinden.

45 %

... als genauso **anstrengend** empfinden.

Quelle: Copsy-Studie des UKE, Onlineumfrage vom 26. Mai bis 10. Juni 2020 und 17. Dezember 2020 bis 25. Januar 2021; mehr als 1000 befragte Kinder und Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren