



Viele Jugendliche sprechen nicht über ihre Probleme.

Foto: shutterstock.com/rawpixel.com

Kinder- und Jugendpsychiatrie am Limit

Seit der Pandemie nahm die Zahl der Kinder und Jugendlichen, die an psychischen Problemen leiden, zu. Mittlerweile ist jedes fünfte Kind davon betroffen. Einsamkeit und Suizidalität fallen besonders ins Gewicht.

BETTINA GUGGER

Gemäss einer Studie der Universität Zürich und der Klinik La Source in Lausanne wiesen während des ersten Covid-Lockdowns zwischen Mitte März 2020 und Ende April 2020 mehr als 20 Prozent der Mädchen und Jungen Symptome von Aufmerksamkeitsdefizitstörungen (ADHS) auf. 18 Prozent der Mädchen und 11 Prozent der Jungen zeigten Trotzreaktionen und Wutausbrüche und damit Merkmale einer sogenannten oppositionellen Verhaltensstörung. Angstsymptome wiesen 14 Prozent der Mädchen und 13 Prozent der Jungen auf. Anzeichen von Depression hatten zehn respektive fünf Prozent. Befragt wurden 1146 Kinder im Alter zwischen zwölf und 17 Jahren.

Viele Betroffene im Herbst 2020

Alain Di Gallo, Kinder- und Jugendpsychiater und Direktor der Klinik für Kinder und Jugendliche der Universitären Psychiatrischen Kliniken Basel (UPK), spricht von einer Zunahme von rund 40 Prozent der Anmeldungen von Kindern und Jugendlichen mit psychischen Problemen seit Herbst 2020. Während des ersten Lockdowns sei die Nachfrage noch nicht erhöht gewesen.

Betrage die Wartezeit für eine ambulante Behandlung in Basel im Normalfall sechs bis acht Wochen, hätte sich die Wartezeit seit Herbst 2020 auf bis zu

sechs Monate verlängert. Auch die stationären und tagesklinischen Angebote waren zeitweise überlastet. Das Team um Di Gallo tat alles daran, die Wartezeiten zu verkürzen, und genau herauszufiltern, wer am dringendsten Hilfe benötigte. Während Kinder ihre Verunsicherung vor allem durch Unruhe und aggressives Verhalten äusserten, zeigte sich die Überforderung bei Jugendlichen in Form von Ängsten, Depressionen, Suizidalität und psychosomatischen Symptomen wie Müdigkeit und Bauchschmerzen, so Di Gallo.

Hohe Nachfrage vor Corona

In Scuol arbeiten seit Herbst 2021 zwei Psychologinnen mit je einem Pensum von 80 Prozent in der Kinder- und Jugendsprechstunde (KJP-Sprechstunde) der Psychiatrischen Dienste Graubünden. Die Zahl der Kinder und Jugendlichen mit psychischen Problemen sei schon vor Corona hoch gewesen. Die Nachfrage hätte seit Corona aber deutlich zugenommen, meint Katharina Abs, Oberpsychologin der KJP-Sprechstunde. Ihre Kollegin Stephanie Heidelberger bewältigte zweieinhalb Jahre lang das Pensum alleine. Sie ist auch als Psychologin in der Bergschule Avrona tätig, welche Kinder und Jugendliche in Notsituationen begleitet. Der Kanton Graubünden verfügt über sieben Plätze auf der Jugendstation, dazu fünf zusätzliche Plätze auf der Akutstation.

Abs sieht weniger in den konkreten einschränkenden Massnahmen wie etwa der Maskenpflicht Auslöser für die psychischen Probleme von Kindern und Jugendlichen in den letzten zwei Jahren, als vielmehr im Wegfall positiver Erlebnisse. «Die bereits vulnerablen Kinder und Jugendlichen litten besonders unter dem Verzicht von positiven Ausgleichsmöglichkeiten, wie ihn etwa der Sport oder das Treffen mit

Freunden bieten», so Abs. Dadurch fiel die Belastung viel mehr ins Gewicht. Der Wegfall der schützenden Gemeinschaft sei gerade für Kinder und Jugendliche mit einem belasteten Elternhaus zur existenziellen Herausforderung geworden, erklärt die Oberpsychologin. Auch sie nennt als häufigste Symptome Angststörungen, Essstörungen und Depressionen.

Überforderung des Umfeldes

Die Gallo betont die Überforderung aus dem Umfeld, die geschwächte Kinder und Jugendliche extrem beeinflusse; Isolation, Homeschooling, Homeoffice, Wegfall der grosselterlichen Betreuung etc. verunsicherten auch die Erwachsenen. «Gelang es Familien nicht, ein neues Gleichgewicht zu finden und kamen Risikofaktoren wie enge Wohnverhältnisse und Armut hinzu, reagierten vorbelastete Kinder und Jugendliche verstärkt mit Einsamkeitsgefühlen oder gar Lebensüberdruß», so Di Gallo.

Die Kinder und Jugendpsychiatrie der psychiatrischen Universitätsklinik Zürich verzeichnete im Zeitraum zwischen dem 1. Januar 2019 und dem 30. Juni 2021 einen Anstieg der Suizidalität von 15 Prozent.

Viele bleiben ohne Hilfe

Ein noch drastischeres Bild zeichnet eine Studie der Unicef, durchgeführt von Wissenschaftlern der Unisanté vom Sommer 2021. Darin gaben 8,7 Prozent der befragten Jugendlichen im Alter zwischen 14 und 17 Jahren an, bereits einmal versucht zu haben, sich das Leben zu nehmen. An der Online-Befragung nahmen 1097 Personen teil. «Besonders besorgniserregend ist, dass viele Jugendliche mit niemandem über ihre Probleme sprechen oder sich professionelle Hilfe holen», so Nicole Hin-

der von Unicef. Nur 50 Prozent der von schlechter psychischer Gesundheit Betroffenen seien bei einem Spezialisten gewesen. 30 Prozent würden mit niemandem über ihre Probleme sprechen, so Hinder.

Zwei lange Jahre für Kinder

Di Gallo, der seit Sommer 2021 Experte in der Swiss National Covid-19 Science Task Force war, betont auch die psychischen Auswirkungen, die zwei Jahre Pandemie auf die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen hatten. «Zwei Jahre im Leben eines Kindes oder eines Jugendlichen, der gerade eine Lehrstelle sucht, lassen sich nicht vergleichen mit zwei Jahren im Leben eines Erwachsenen, der ein gefestigtes Umfeld hat», so Di Gallo. Diese Zeit liesse sich nicht mehr nachholen, und dem müssten die Erwachsenen Rechnung tragen und die Kinder und Jugendlichen mit ihren Sorgen ernst nehmen, so der Experte.

Präsenz in Avrona

Die Bergschule Avrona in Tarasp setzte während der letzten zwei Jahre alles daran, ihren Präsenzunterricht fortzusetzen. «Distance Learning funktionierte nur für zwei von elf Schülern, die zu Hause nicht in akuter Not waren», so Schulleiter David Brodbeck. Selbstständiges Lernen sei für die meisten seiner Schützlinge eine grosse Herausforderung, erklärt Brodbeck. Die meisten Kinder und Jugendlichen kämen aus konfliktbeladenen Elternhäusern und würden aufgrund von Notsituationen nach Avrona kommen. Sie brauchten den Kontakt.

«Der Verzicht auf körperliche Nähe und die Maskenpflicht war zuweilen schwierig durchzusetzen», so Brodbeck. Bei den Buben äusserte sich die innere Verunsicherung gemäss Brod-

beck durch verbale und teilweise auch physische Ausfälligkeiten. Viele der Kinder und Jugendlichen, die vorübergehend in Avrona leben, um neuen Lebensmut zu fassen, sind in psychologischer Behandlung. Die Lehrpersonen, Betreuerinnen und Betreuer und Sozialpädagogen hätten die Situation durch Aussenprojekte und viele offenen Diskussionen abfedern können, sagt Brodbeck. Auch hätte die Arbeit mit den Behörden sehr gut geklappt, um als Sonderschule Wege zu gehen, die den Bedürfnissen der Schutzbedürftigen gerecht wurden, resümiert der Schulleiter.

Gute Kontakte zur Prävention

Abs betont die Wichtigkeit von guten Beziehungen, um psychischen Erkrankungen von Kindern und Jugendlichen entgegenzuwirken: «Das muss nicht immer die Familie sein. Auch eine gute Beziehung zur Patentante kann neben sportlicher Betätigung sehr wichtig sein.» Noch immer haftet psychischen Erkrankungen ein Tabu an. Für Eltern sei die psychische Erkrankung ihrer Kinder teilweise immer noch stigmatisierend, so Abs. «Dabei sucht man sich eine psychische Erkrankung nicht aus. Sie unterscheidet sich nicht grundsätzlich von einer körperlichen Krankheit», sagt Abs.

Di Gallo betont, dass die meisten der Kinder und Jugendlichen die Krise gut bewältigt hätten. Nichtsdestotrotz leide inzwischen jedes fünfte Kind an einer psychischen Erkrankung. Ein spürbarer Rückgang der Anfragen zeichnet sich im Moment weder in Basel noch in Scuol ab. «Es muss normal werden, dass wir über unser mentales Wohlbefinden sprechen und uns um die Psyche kümmern wie um die allgemeine, körperliche Gesundheitsvorsorge», mahnt Hinder.