Gut hinschauen und frühzeitig aktiv werden

GESUNDHEIT: Auswirkungen von Digitalisierung und der Corona-Pandemie auf Kinder und Jugendliche – Anstieg der psychisch belasteten Kinder spürbar

BRIXEN (mpi). Die Weiterbildungswoche der Ärztlichen Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen steht bis 4. Juli unter dem Titel „Psychotherapie in Zeiten von Digitalisierung und Pandemie – Erleben und Gestalten von Beziehungen“. Die Veranstaltungen finden in Präsenz in der Cusanus-Akademie und in digitaler Form statt. Die „Dolomiten“ haben bei Tagungsleiter Dr. Manfred Endres nachgefragt, wie sich die Pandemie auf Beziehungen, die Jugendpsychologie und Kinder auswirkt.

Dr. Manfred Endres leitet das Symposion der Ärztlichen Akademie für Psychotherapie von Kindern und Jugendlichen, das bis 4. Juli die Auswirkungen der Pandemie in den Mittelpunkt gestellt hat. lv

„Dolomiten“: Ein Thema der Fortbildung sind die Entwicklungsrisiken und Überwindungsmöglichkeiten für Kinder und Jugendliche in der Pandemie. Welche Risiken bestehen für Jugendliche und wie können sie sie überwinden?

Dr. Manfred Endres: Die Ergebnisse einer repräsentativen Studie haben ergeben, dass sich durch die Corona-Pandemie und ihre Auswirkungen auf unser persönliches und schulisch-berufliches Leben ungünstige Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen zeigen. War vor der Pandemie noch circa jedes vierte bis fünfte Kind psychisch belastet, ist es nun jedes dritte. Bei den meisten finden sich leichte Symptome, die im Sinne einer normalen Reaktion auf stark veränderte Lebensbedingungen zu sehen sind, keinen Krankheitswert haben und in der Regel wieder vergehen. Andererseits sind insbesondere Kinder und Jugendliche betroffen, die schon vor der Pandemie psychisch belastet waren oder in Risikokonstellationen aufwachsen; einige von ihnen waren vor allem im Lockdown stärker belastet, andere aber sogar entlastet. In Abhängigkeit von der Konstellation der Familie und dort gegebenenfalls bestehenden Risikobedingungen finden sich teils stark belastete Kinder und Jugendliche. Deutlich zugenommen haben aber auch Darstellungen von Kindern und Jugendlichen mit sexuellem Inhalt und der Konsum solcher Darstellungen. Insofern bestehen durch den Lockdown reaktive psychische Belastungen, durch das Homeschooling aber auch potenzielle Gefahren aus dem Internet. Grundsätzlich sollten wir Kinder und Jugendliche wesentlich mehr beteiligen. Die individuelle Förderung insbesondere Benachteiligter sollte mehr in den Vordergrund rücken wie auch der Kinderschutz vor spezifischen Gefahren, die aktuell auch mit der Pandemie zusammenhängen. Ganz besondere Bedeutung haben Konzepte, die es uns ermöglichen, Kindergärten, Schulen und berufliche Einrichtungen für Jugendliche und Heranwachsende möglichst lange offen zu halten.

„D“: Kinder mit Wahrnehmungsstörungen oder anderen Beeinträchtigungen haben besonders unter dem Aufbruch der Routine gelitten. Wie kann Ihnen geholfen werden?

Endres: Ganz allgemein hat sich in den Angaben der Kinder, Jugendlichen und ihrer Familien die Lebensqualität verschlechtert. Klinisch zeigt sich vor allem eine Zunahme von psychosomatischen Beschwerden, wie z. B. Essstörungen. Aber auch affektive Störungen wie Ängste und Depressionen sowie lebensüberdrüssige Gedanken haben zugenommen. Regional unterschiedlich zeigt sich auch die Zunahme von Suizidalität bei Kindern und Jugendlichen.

„D“: Wie haben sich die Veränderungen auf die Arbeit der Jugendpsychologen ausgewirkt?

Endres: Auch in der Kinder- und Jugendpsychotherapie haben die Abstandsregeln und das Tragen von Mund-Nase-Schutz zu Veränderungen des üblichen Settings beigetragen. Viele Kolleginnen und Kollegen berichten darüber, dass ihre Therapiekinder deutlich mehr belastet und mehr Krisen zu bewältigen sind. Die Wartezeiten werden angesichts der zunehmenden Anzahl von Anmeldungen immer länger. Zum Glück haben wir auch die Möglichkeit, Kinder und Jugendliche per Videosprechstunde zu behandeln oder auch digital Elterngespräche zu führen. Natürlich aber ist das nicht vergleichbar mit den Terminen vor Ort in der Praxis.

„D“: Durch den Fernunterricht hat die Digitalisierung im Arztzimmer Einzug gehalten. Was bedeutet das für die Zukunft?

Endres: Die Pandemie hat eine immense Beschleunigung der Digitalisierung erbracht. Das ist kein dauerhafter Ersatz, aber sehr hilfreich, um in besonderen Situationen auch zukünftig Kinder, Jugendliche und ihre Eltern zu erreichen, die aus unterschiedlichen Gründen vielleicht auch schon bislang keine Unterstützung im Gesundheitssystem erhalten haben, wenn sie die Institutionen nicht selbst aufgesucht haben. Kinder und Jugendliche haben in der Zeit des Lockdowns wesentlich mehr Zeit an digitalen Geräten verbracht. Als Ausgleich wären hier vor allem dem Kind zugewandte Zeiten mit Spiel, sportlicher, musikalischer und künstlerischer Betätigung den Vorrang zu geben gegenüber weiteren Medienzeiten. Allerdings dürfen wir auch nicht vergessen, dass auch in Zeiten des Lockdowns die Aufrechterhaltung der Kontakte unter den Kindern selbst wichtig und teils nur medial möglich war, ebenso auch wie die Aufrechterhaltung der Kontakte mit Familienangehörigen wie beispielsweise den Großeltern.

„D“: Bei welchen Signalen sollten Eltern, Freunde und Pädagogen hellhörig werden und eventuell an eine psychische Belastung denken?

Endres: Ganz grundsätzlich wäre allen Eltern und Erwachsenen, die im beruflichen Umfeld mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, zu raten, ihnen im Hinblick auf ihre Belastung aufmerksam und offen, fürsorglich und liebevoll zu begegnen. Wenn sich Stimmung oder Verhalten der Kinder und Jugendlichen merklich ändert, wenn sie sich schwertun, wieder in den früher gewohnten Alltag zu finden, dann wäre eine entsprechende medizinische Beratung wie eine Praxis oder Ambulanz aufzusuchen. Zu möglichen psychischen Auffälligkeiten gehören auch Änderungen im Essverhalten, Isolierung und Rückzug, aber auch ein hohes Stressaufkommen und Belastungen in der Familie.

„D“: Was raten Sie Eltern, um für die Kinder eine Balance zwischen realer und virtueller Welt zu finden?

Endres: Wir würden alle Eltern ermutigen, entsprechende Fachstellen aufzusuchen, wenn sie im Hinblick auf die Entwicklung ihrer Kinder Sorgen haben. Wir sollten alle gut hinschauen und lieber frühzeitig aktiv werden, als Belastung und Leid auf die lange Bank zu schieben. Das gilt für Kinder und Jugendliche wie auch Erwachsene gleichermaßen.

© Alle Rechte vorbehalten

INHALTE auf abo.dolomiten.it