

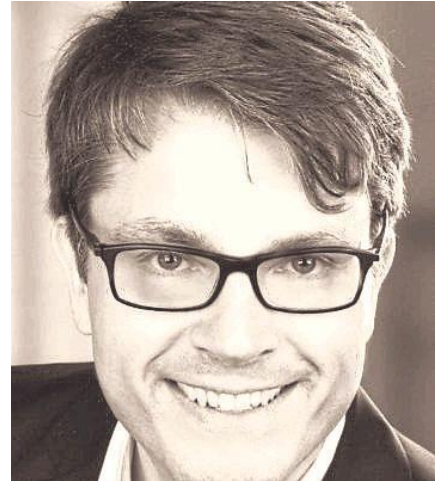
Mittwoch, 15. Dezember 2021, Rhein-Zeitung Kreis Altenkirchen, Seite 15

## **Zweiter Corona-Winter trifft Kinder hart**

Angststörungen und Depressionen nehmen laut Experten zu



Symbolfoto



„Ganz unbeschadet wird kein Bereich aus der Pandemie gehen, sei es die Wirtschaft oder der Bürger.“

Dr. Michael Fuchs

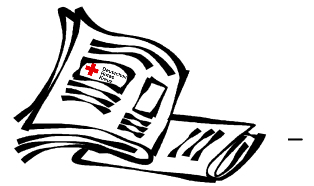
Kreis Altenkirchen. Bereits der zweite Winter unter Pandemiebedingungen – nicht nur für Erwachsene eine Herausforderung. Denn mit Corona gehen Ängste und Einschränkungen einher. Das Leben, so wie wir es gewohnt waren, ist vorbei. Lockdowns, Masken- und Impfpflicht, Krankheit, Tod. All das müssen auch die Kinder verkraften. Wir sprachen deshalb mit Dr. Michael Fuchs von der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Altenkirchen.

### **Herr Dr. Fuchs, Was macht die Pandemie mit der Psyche?**

Hier müssen wir Kinder, Jugendliche und Erwachsene getrennt betrachten. Eine erhebliche Zunahme psychischer Erkrankungen seit Beginn der Pandemie ist durch zahlreiche Studien mehr als belegt. Die Pandemie hat Erwachsene wie Kinder gleichermaßen aus dem seelischen Gleichgewicht gebracht. Überwiegend sind es emotionale Störungen mit Angst und/oder Depressivität.

### **Wo liegt der Unterschied?**

Während die meisten Menschen eine Vorstellung haben, mit welchen Symptomen des Denkens, Fühlens und Handelns ein depressiver Mensch belastet ist, erschließen sich diese psychischen Störungsbilder bei Kindern nicht sofort auf den ersten Blick, hinzu kommt noch ein deutlicher Geschlechterunterschied in der „Ausgestaltung“ dieser Störungen. Mädchen reagieren auf diese seelischen Missstände mit anderen Zeichen als Jungen, Kinder anders als Jugendliche. Da gibt es Aggressivität, Autoaggressivität, Ausscheidungsstörungen, vermeintliche körperliche Symptome oder das plötzlich Nicht-mehr-Sprechen, obwohl der Sprachapparat intakt ist. Auch Magersucht kann dazugehören. Häufig wird solches Verhalten dahin gehend fehlgedeutet: „Die will ja nur Aufmerksamkeit.“ Dahinter steckt dann aber massive, seelische Not. Diese ist für das Kind nicht präzise benennbar, sondern wird eher wahrgenommen als diffuses, aber quälendes Unbehagen.



### **Haben Sie Zahlen, die diese Zunahme belegen?**

Eine aktuelle australische Studie hat bei Erwachsenen eine Zunahme von schweren depressiven und Angststörungen um 25 Prozent nachweisen können. Interessanterweise waren bei den depressiven Störungen Frauen im Vergleich zu Männern im Verhältnis 2 zu 1 betroffen. Die Universitätsklinik Hamburg hat Schüler und Eltern Mitte des Jahres 2020 und Ende des Jahres 2020/ Anfang 2021 befragt. Einen Leidensdruck durch Einbußen an Lebensqualität und psychischem Wohlbefinden gaben 71 beziehungsweise 85 Prozent an. Die Kinder- und Jugendpsychiatrie der Universität Tübingen verzeichnete Zunahmen der Notaufnahmen während des zweiten Lockdowns von 30 Prozent. Ähnlich steigende Zahlen zeigen die Wartelisten sowohl bei Kinder- und Jugendpsychotherapeuten als auch bei Erwachsenenpsychotherapeuten. Inzwischen weiß man auch, dass die Folgen der familiären Verinselung und der Wegfall der Trennung von schulischem beziehungsweise beruflichem Ort und häuslichem Wohnraum in seiner Wirkung unterschätzt wurde. Gerade bei Kindern wurde der erste Lockdown noch spannend empfunden, was sich aber nun ins Gegenteil verkehrt hat.

### **Was sind die größten Probleme während der Pandemie?**

Es ist deutlich geworden, dass Kinder die Schule brauchen, um sich vom elterlichen Haushalt zu erholen und umgekehrt. Genauso ist der Wegfall vieler privater Freizeit-Gemeinschaftsaktivitäten erheblich störungsfördernd, nicht nur bei Kindern. Krankheits- und Existenzängste fördern ebenfalls die Bereitschaft zur Entwicklung von Angststörung, nicht nur bei Erwachsenen. Konfliktthemen in der Familie – auch in unserem klinischen Alltag – sind vor allen Dingen die Belastung durch die, für viele Familien überfordernde, Heimbesuchung, die dann auch noch als ineffektiv empfunden wird und der dann damit häufig angestiegene Medienkonsum der Kinder und Jugendlichen. Erschwerend kommt die ungewohnte Nähe- und Distanz- Situation hinzu, die altersunabhängig überfordert. Das ist dann vergleichbar mit dem Weihnachtsfest, dem man nachsagt, dass Familien dann besonders in Streit geraten, weil sie ungewohnt lange Enge aushalten müssen und unter dem Druck stehen, sozial erwünschtes Verhalten zu zeigen.

### **Ihre Prognose?**

Ganz unbeschadet wird kein Bereich aus der Pandemie gehen, sei es die Wirtschaft oder der Bürger, was seine gesundheitliche, Ausbildungs- oder berufliche Situation betrifft. Ein allgemeingültiges, heilsbringendes Patentrezept, um durch die Krise zu kommen, gibt es nicht – dafür sind die Menschen und Familien zu unterschiedlich. Die letzte Nachkriegs- und Kriegszeit könnte allerdings modellhaft für eine Strategie dienen: Es gab materiellen und Lebensmittelmangel und man ist ausgewichen, hat Suppe aus Steckrüben gemacht, um Hunger und Sehnsucht nach Gewohntem zu dämpfen. Jetzt haben wir Mangel an sozialem Leben, eine reduzierte Freizügigkeit, Einschränkungen, sowie kaum Möglichkeit, Bewegungslust und körperliche Betätigung auszuleben. Auch in dieser Situation heißt es, mit dem, was noch da ist, den Alltag so zu gestalten, dass dieser in bestimmten Bereichen dem früheren Leben zumindest nahe kommt. Bei Unsicherheit, inwieweit eine ernsthaftere, das eigene „Selbstmanagement“ überfordernde, individuelle Situation vorliegt, ist das Einfordern einer psychiatrisch-psychotherapeutische Meinung nicht nur hilfreich, sondern auch absolut der vorhandenen Situation angemessen.