

„Pandemie-Effekt ist weiter da“

Warum leiden junge Menschen noch immer so häufig an psychischen Problemen? Ein Klinikarzt über die aktuelle Lage, neue Einflüsse und die Rolle der sozialen Netzwerke.



Laut einer Umfrage blickt nur jeder dritte Jugendliche mit Optimismus auf die Zukunft der Welt insgesamt. Fotos: Vitos Rheingau

DAK-STUDIE BELEGT HOHE ZAHLEN

► Auch eine Auswertung der DAK zeigt: Junge Mädchen in Rheinland-Pfalz sind 2022 im Vergleich zur Vor-Corona-Zeit deutlich öfter von Angst- und Essstörungen betroffen gewesen. So erkrankten zum Beispiel jugendliche Mädchen in Rheinland-Pfalz im Jahr 2022 im Vergleich zu 2019 um 52 Prozent mehr an neuen Angststörungen, teilte die Krankenkasse mit.

► Bei Essstörungen zeigt sich laut Mitteilung ein ähnliches Bild: „Mit Blick auf 2019 stiegen die Zahlen um 83 Prozent an und liegen so deutlich über dem Vor-Corona-Niveau“, hieß es. „Wir nehmen an, dass viele Jugendliche aufgrund der Belastungen der Jahre seit 2020 weniger Fähigkeiten zur Stressregulation und soziale Kompetenzen entwickelt haben, um anstehende Entwicklungsaufgaben zu bewältigen“, sagte Susanne Lieb vom Pfalzkrankenhaus laut Mitteilung. „Unser Report zeigt, wie sich die Krankheits-situation vieler Kinder und Jugendlicher verfestigt“, sagt Rainer Lange, Leiter der rheinland-pfälzischen Landesvertretung der DAK-Gesundheit.

► Auch in Hessen gaben die jüngsten Auswertungen der Krankenkasse Grund zur Sorge: „Vielen Kindern und Jugendlichen in Hessen geht es nicht gut. Wir müssen die Gesundheit unserer Kinder in den Fokus rücken und Präventionsangebote weiter ausbauen. Die Familien müssen unterstützt und aktiv begleitet werden“, erklärte Britta Dalhoff, die Leiterin der hessischen DAK-Landesvertretung. (dpa/son)

ELTVILLE. Warum ebbten die anhaltend großen Probleme bei Kinder- und Jugendlichen nicht ab? Wie äußern sich diese im Klinikalltag, und warum spielen auch die Einflüsse von sozialen Netzwerken zunehmend eine Rolle? Im Interview berichtet Thilo Ast, stellvertretender Klinikdirektor der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit in Eltville (Rheingau), womit junge Menschen seiner Erfahrung nach derzeit zu kämpfen haben.

INTERVIEW

Herr Ast, vor allem Kinder und Jugendliche haben unter der Corona-Pandemie sehr gelitten. Wie geht es diesen heute?

Den Kindern und Jugendlichen geht es insofern besser, dass sie in ihren regulären Alltag zurückkehren konnten. Aber die Probleme, die im Rahmen der Pandemie verstärkt wurden, sind geblieben. Das heißt: Die erhöhten Zahlen von Patienten mit Depressionen, Angsterkrankungen oder Essstörungen halten weiter an. Das erhöhte Notaufnahme-Aufkommen ist zwar mittlerweile etwas zurückgegangen, aber die Ausprägung der Erkrankungen ist unverändert hoch. Der Pandemie-Effekt ist also weiter da.

Wie zeigen sich bei Ihnen die Versäumnisse konkret?

Ich beobachte momentan bei uns, dass ich oft Patienten im Alter um die 17 Jahre habe, bei denen dann das Problem besteht, dass mit 18 Jahren die regelhafte Zuständigkeit der Kinder- und Jugendpsychiatrie entfällt, auch wenn sich die Bedürfnisse der Patienten ja nicht auf einen Schlag durch die Volljährigkeit verändern. Viele Jugendliche kommen dabei mit einer Biografie, die zeigt, dass vor zirka drei bis vier Jahren die Probleme begonnen haben. Aber in jener Zeit gab es nur wenig ambulante Versorgung und Unterstützung. Und jetzt können die Probleme bei den 17-Jährigen in einem Jahr manchmal nicht mehr zufriedenstellend aufgearbeitet werden, weil die Versorgungslücke vorher so groß war.

Auch die Zahlen von Krankenkassen deuten immer wieder auf den weiter hohen Bedarf nach psychologischer Unterstützung bei den Kindern und Jugendlichen hin. Wie lange wird es dauern, bis die Situation wieder signifikant besser wird?

Ich glaube, das wird noch eine gewisse Zeit brauchen, wenn es sich überhaupt im Vergleich zu den Vor-Pandemiejahren normalisiert, aufgrund der gesamtgesellschaftlichen Situation, die die Kinder wie ein Seismograf wiedergeben. Ich befürchte sogar, dass es nicht besser wird, vor dem Hintergrund, dass wir in einer Zeit leben, in der wir mit Krieg konfrontiert sind. Und in einer Phase, die geprägt ist von Umbrüchen und Unsicherheiten.

Welche Faktoren spielen bei Ihnen im Klinikalltag sonst noch eine Rolle?

Wir sehen, dass der schulische Stress und die schulischen Anforderungen für Kinder und Jugendliche eine große Rolle spielen. Das hatten wir immer schon. Gerade im Rahmen von Depressionen fragen sich Betroffene aber häufig nicht nur: „Habe ich eine Zukunft?“, sondern auch: „Hat die Welt überhaupt eine

„
Ich glaube, Kinder und Jugendliche bräuchten mehr Aufmerksamkeit und Zeit von ihren Eltern.“

Thilo Ast, stellvertretender Klinikdirektor der Vitos Kinder- und Jugendklinik für psychische Gesundheit in Eltville

Zukunft?“ Trotz meist individueller Auslöser der Depression spielt die Betrachtung der Welt, wie sie sich heute darstellt, also durchaus eine Rolle. Kriege wie im Gazastreifen oder in der Ukraine tauchen als Echo auf, und in diesen Fällen als negativ verstärkendes Echo. Auch soziale Unsicherheiten machen sich in den Verläufen bemerkbar.

Welchen Einfluss haben beim Thema psychische Gesundheit die sozialen Medien?

Einen großen Einfluss. Und aus meiner Sicht leider einen kritischen Einfluss. Man muss sich klarmachen, dass sich das, was als Mobbing bezeichnet wird, heute nicht mehr nur im Schulhof oder in der Klasse abspielt, sondern auch über das Handy und die sozialen Netzwerke – und zwar in einer immer aggressiveren Art und Weise.

Inwiefern?

Aus meiner Sicht sind Kinder und Jugendliche im medialen Umgang mit ihren ganz privaten Bildern und Erlebnissen nicht ausreichend sensibilisiert. Sodass es nicht nur zu möglichen Übergriffen durch erwachsene Kriminelle kommt, sondern Kinder und

Jugendliche diese Bilder dann auch als Waffe beim Mobbing verwenden und sie in der Schulgemeinschaft „spreaden“, also teilen. Es sind reale Fälle, dass dann ein Mädchen vom Schulpsychologen zu uns gebracht wird, weil es sich nach der Weiterverbreitung eines solchen Bildes in einer suizidalen Krise befindet. Dazu kommt: Mobbing und Ärgern hört heute nicht mehr an der Haustür auf, sondern das geht bis ins Kinderzimmer hinein, bis ins Bett, bis zum Teddybär, neben dem heute häufig das Handy liegt. Auf ein Kind prasseln dann über das Handy böartige Nachrichten ein und es ist

MANGEL AN BEWEGUNG HÄLT AN

► Nach dem Rückgang körperlicher Aktivitäten bei Kindern und Jugendlichen während der Corona-Pandemie hält laut einer aktuellen Studie auch dieser Negativtrend weiter an. Bereits vor der Pandemie hatten sich junge Menschen in Deutschland und Europa weniger als eine Stunde am Tag sportlich bewegt, berichtet das Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung (BiB) in Wiesbaden. Diese Zeitspanne wird von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlen.

► Mit Beginn der Pandemie sei die Bewegungszeit noch mal dramatisch um durchschnittlich rund ein Viertel gesunken. Besorgniserregend sei, dass es bislang keine Anzeichen für eine Umkehr dieser Entwicklung gebe und die Gefahr bestehe, dass die Verhaltensweisen aus der Pandemie zum Teil dauerhaft beibehalten würden. Dies könne langfristige Folgen für die Gesundheit junger Menschen haben, warnen die Forscher. Sie raten daher: „Sport und Bewegung wie Spielen im Freien, Schwimmen oder Turnen sollten wieder fester Bestandteil im Tagesablauf von Kindern und Jugendlichen werden“, so Studienleiterin Helena Ludwig-Walz. (dpa)

dem hilflos ausgeliefert. So etwas nagt an einem und macht etwas mit einem Kind. Und ich habe das Gefühl, dass unsere Gesellschaft das noch nicht ausreichend verstanden und eine Antwort darauf gefunden hat.

Der Einfluss der sozialen Medien zeigt sich also auch konkret bei Ihnen im Klinikalltag?

Ich würde es so formulieren: In den Problematiken und Verläufen unserer Patienten spielen soziale Medien mittlerweile eine beachtliche Rolle, die sie vor zwölf Jahren in dieser Form noch nicht gespielt haben. Und es kommt immer mehr dazu. In der Pandemie haben falsche Vorbilder von zum Beispiel vermeintlich besonders hübschen, dünnen Influencerinnen in sozialen Medien etwas mit den anorektischen Mädchen gemacht. Inzwischen warte ich leider nur noch darauf, dass es auch erste Fälle mit durch KI verfälschte Bilder geben wird. Böseartig falsch tradierte Nachrichten kommen wiederum auch jetzt schon vor.

Woran hapert es heute vor allem? Ist es fehlende Aufmerksamkeit für die Kinder – oder sind mittlerweile auch die Helikopter-Eltern ein Problem?

Beides ist problematisch. Wenn ich heute in die Biografien der Familien schaue im Vergleich zu vor 15 oder gar 30 Jahren, fällt mir auf, dass mehr Eltern mit einem höheren Stellenanteil arbeiten und dadurch zwangsläufig weniger Zeit für die Kinder zur Verfügung stehen kann. Und ich glaube, das ist tatsächlich eine Einflussgröße. Ich glaube, Kinder und Jugendliche bräuchten mehr Aufmerksamkeit und Zeit von ihren Eltern. Eltern sollten zum Beispiel aufmerksamer werden und aufpassen, was sich alles im Kinderzimmer abspielt. Aber auch Helikopter-Eltern können Kinder krank machen. Wenn es dann um Pubertät und Ablösung geht, werden besonders Helikopter-Eltern die Erfahrung machen, dass die Gegenwehr eine umso größere sein kann.

Das Interview führte Sonja Werner.