PRESSEINFORMATION Wels, Februar 2021

Psychische Langzeitfolgen schlagen sich nieder

Was Kinder und Jugendliche jetzt benötigen

Bereits seit dem ersten Lockdown ist am Department für Psychosomatik für Kinder und Jugendliche am Klinikum Wels-Grieskirchen eine Entwicklung klar abzusehen: In den Mittelpunkt rücken mehr junge Patienten mit ausgeprägten Formen der Magersucht. Viele von ihnen haben zusätzlich starke Schwierigkeiten, Emotionen zu regulieren – sie versuchen, innere Spannungsgefühle unter anderem über selbstverletzendes Verhalten abzuleiten. Department-Leiter Adrian Kamper schlüsselt auf, weshalb die empfindliche Psyche der Heranwachsenden durch die Pandemie besonders leidet.

„Wir erleben Jugendliche, die unter der Lockdown-Situation massiv leiden – eine Vielzahl an Ängsten hat sie wortwörtlich im Griff“, so Kamper. Drei große Gruppen kristallisieren sich heraus. „Jene, denen die Tag-Nacht-Strukturierung abhandenkommt – im Versuch, über Social Media Halt zu finden, gleiten sie in eine Always-on-Welt ab. Wir vermerken Perspektivenverlust, Erschöpfungsgefühle, depressive Symptome, Lebensüberdruss sowie verstärkt wahrgenommene körperliche Schmerzen.“ Bei jungen adipösen Menschen werden die Folgen emotionaler Regulierungsversuche mittels verstärkter Nahrungszufuhr inklusive Kontrollverlust (Binge Eating) beobachtet. Rasche Gewichtszunahmen von zehn und sogar zwanzig Kilogramm sind möglich. „Es mehren sich aber auch die Kontaktaufnahmen durch Eltern von Kindern mit vorbestehenden psychischen Grunderkrankungen, wie Störungen aus dem Autismus-Spektrum, sowie mit mentalen Handicaps in Verbindung mit Problemen der emotionalen Regulation und des Sozialverhaltens. Konkret geht es dabei zumeist um steigende Aggression und ihre Folgen, kombiniert mit Überlastung betreuender Familienmitglieder. Alle Gruppen sind beeinflusst durch die starke Reduktion außerhäuslicher Versorgungsangebote, welche Struktur geben, unterstützen, entlasten und Sozialkontakte ermöglichen.

Belastende Zeit zuhause

Auch immer mehr Eltern entwickeln einen Lagerkoller. Die Überforderung der Erwachsenen wirft für Kinder viele Fragen auf: „Kann ich helfen? Kann ich etwas dafür? Bin ich eine Belastung für meine Eltern, soll ich mich unsichtbar machen?“. Psychosozial vorbelastete Familien haben weniger eigene

Ressourcen zur Bewältigung des monatelangen Ausnahmezustandes der Pandemie zur Verfügung. Eskalationen nehmen zu. Inanspruchnahmen von Einrichtungen zur Krisenbewältigung sind notwendig, denn täglich wiederkehrende Streitereien und Konflikte in der Familie schädigen Kinder nachhaltig: „Studien zeigen, dass diese Kinder überdurchschnittlich oft risikobehaftete, schädliche Lebensweisen mit körperlichen und psychischen Langzeitfolgen entwickeln." Hier gilt es rechtzeitig entgegenzuwirken: „Erkennen Sie die Anliegen der Kinder an, nehmen Sie diese ernst und beantworten Sie sie passend! Unternehmen Sie gemeinsame Aktivitäten und binden Sie Ihre Kinder in alltägliche Handlungen mit ein – im Familienleben genauso wie im Haushalt!" Wer das Gefühl hat, dabei professionelle Unterstützung zu benötigen, sollte sich nicht scheuen, externe Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Beziehungssuche als Strategie für Frustabbau und Krisenbewältigung

Gespräche mit Jugendlichen und Lehrkräften weisen darauf hin, dass junge Menschen wieder verstärkt nach persönlichem Kontakt mit Freunden bzw. der Peergroup suchen. „Entwicklungspsychologisch ist diese Art der Selbsthilfe und Krisenbewältigung gut zu verstehen. Denn gerade in der Lebensphase, die schlechthin als Erprobungszeit in all ihren Facetten gilt, die der Ausbildung von Identität und Autonomie dient, in welcher das Elternhaus am Prüfstand steht, Meinungen des Freundeskreises und nicht vordergründig jene der Eltern zählen, können Jugendliche nicht über Monate mit Eltern und Geschwistern auf engem Raum verbringen!" Eine wesentliche Erkenntnis für Kamper: „Social Media konnte anfangs eine gewisse Wirksamkeit als Kontaktüberbrückung entfalten, aber erfreulicherweise zeigt sich, dass wir direkt gelebte Beziehungen zum Leben und zur Alltagsbewältigung schätzen und benötigen."

Was wir in den nächsten Monaten erwarten können

Die psychischen Auswirkungen der beschränkenden Maßnahmen sind für viele Kinder und Eltern bereits spürbar. „Bekannt ist, dass erst nach dem Ende schwerer Belastungen die zuvor getragene Bürde voll spürbar wird", so Kamper. Die Folgen: Erschöpfung und Krisen. „Die Rückkehr zum Alltag bringt sofort neue Herausforderungen mit sich, eine ruhige Zeit um durchzuatmen wird es nicht geben", befürchtet der Pädiater. „Gehen wir davon aus, dass 25 bis 30 Prozent der Jugendlichen signifikante Belastungen durch die Pandemiezeit verspüren, dann darf es nicht verwundern, wenn nach den Pandemie-Lockerungen keine Entspannung hinsichtlich der psychischen Situation der Kinder und Jugendlichen zu erwarten ist."

Darauf sollten Eltern achten

Der Kinder- und Jugendexperte rät: „Lassen Sie sich beraten und nehmen Sie professionelle Unterstützungsangebote an, wenn Ihr Kind bisher so nicht gewohnte Verhaltensweisen und

Emotionen zeigt oder auch dementsprechende Äußerungen erfolgen – sei dies nun lautstarker Protest oder ein Verstummen!“ Auch empfiehlt er, achtsam zu sein, ob sich das Kind zurückzieht, sich am Morgen nicht mehr ankleiden oder lieber überhaupt im Bett bleiben will. „Ebenso müssen wir das Aufgeben von Alltagsritualen, Interessens- sowie Appetitverlust hinterfragen! Und es ist wichtig, dass sich Kinder ernst genommen fühlen, wenn sie körperliche Beschwerden schildern!“ Deutliche Warnsignale von Seiten der Kinder sind das Ablehnen von Kommunikation, ein ungewohnt gereiztes, aggressives Verhalten ebenso wie zunehmende Ängste und zwanghaftes Verhalten, Zeichen von Verzweiflung sowie der Griff zum Alkohol bei Jugendlichen. Äußerungen bezüglich Lebensüberdruss sind immer ernst zu nehmen!

Weiterführende Informationen:

Bei Volksschulkindern geht viel verloren

Um sich im ortsungebundenen Unterricht erfolgreich zurechtzufinden, bedarf es hoher Eigenverantwortung und Selbstorganisation. Neben der Bereitschaft der Schüler ist auch eine bildungsfreundliche Umgebung samt funktionierendem Equipment notwendig. Nach Kamper wirkt sich ein eventueller Rückstand im Lernstoff nachhaltig aus. „Betroffen ist die gesamte sogenannte mentale Kapazität – im Falle eines Volksschulkindes geht es um nicht weniger als die Entwicklung und Förderung seiner kognitiven Fähigkeiten, emotionalen Intelligenz, sozialen Kompetenz und Stress-Resilienz“, gibt der Kinderexperte zu bedenken. Im Homeoffice können die Schulagenden selbst von noch so ambitionierten und gut belastbaren Eltern nicht ausreichend übernommen werden. „So können etwa Eltern von Volksschülern nicht über Monate Grundschulkenntnisse nebenbei mitunterrichten, schon gar nicht neben der eigenen beruflichen Leistung. Und: Es fehlt schlicht die Außenwelt, die zur altersadäquaten Entwicklung notwendig ist.“ Dazu zählt für Kinder ganz stark die Schule als Ort der Begegnung und des Erwerbes sozialer Kompetenz.

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Kamper_Adrian_Dr_Prim_PSO_Kinder.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann
Bildtext: Prim. Dr. Adrian Kamper, Leiter des Departments für Psychosomatik, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Wir erleben Jugendliche, die unter der Lockdown-Situation massiv leiden – eine Vielzahl an Ängsten hat sie wortwörtlich im Griff.“
„Wir vermerken Perspektivenverlust, Erschöpfungsgefühle, depressive Symptome, Lebensüberdruss sowie verstärkt wahrgenommene körperliche Schmerzen.“
„Betroffen ist die gesamte sogenannte mentale Kapazität – im Falle eines Volksschulkindes geht es

um nicht weniger als die Entwicklung und Förderung seiner kognitiven Fähigkeiten, emotionalen Intelligenz, sozialen Kompetenz und Stress-Resilienz."

„Und die Rückkehr zum Alltag bringt sofort neue Herausforderungen mit sich, eine ruhige Zeit um durchzuatmen wird es nicht geben."

„Gehen wir davon aus, dass 25 bis 30 Prozent der Jugendlichen signifikante Belastungen durch die Pandemiezeit verspüren, dann darf es nicht verwundern, wenn nach den Pandemie-Lockerungen keine Entspannung hinsichtlich der psychischen Situation der Kinder und Jugendlichen zu erwarten ist."

Psychosomatik für Säuglinge, Kinder und Jugendliche

Am Klinikum-Standort Grieskirchen kümmert sich ein Expertenteam um die seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Säuglinge und Kleinkinder werden unter anderem aufgrund von Schrei-, Gedeih- und Essstörungen sowie Schlafstörungen und chronischer Unruhe behandelt. Ebenso Angst- und Stimmungsstörungen sowie Temperament- und Verhaltensstörungen können eine Therapie erfordern. Ein spezieller Fokus wird auf die Psychosomatik für Kinder und Jugendliche im Alter von sechs bis 18 Jahren gelegt, zum Beispiel in der Therapie von Aktivitäts- und Aufmerksamkeitsstörungen, chronischer Schmerzsymptomatik, Depressionen und Essstörungen.

Mehr zum Leistungsspektrum finden Sie unter www.klinikum-wegr.at / Medizin und Pflege / Psychosomatik für Säuglinge, Kinder und Jugendliche → https://bit.ly/358QKjA

Der neue Regionale Strukturplan Gesundheit (RSG) OÖ 2025, der die Grundlage für die Planung und Entwicklung der oberösterreichischen Krankenhäuser in den nächsten Jahren darstellt, setzt entsprechend der Häufigkeit und Verteilung von Erkrankungen in der Bevölkerung einen wichtigen neuer Schwerpunkt in der Versorgung von Kindern und Jugendlichen – die Errichtung einer Abteilung für Kinder- und Jugendpsychiatrie und sowie die Erweiterung der Kinder- und Jugendpsychosomatik am Klinikum Wels-Grieskirchen.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415 - 93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at