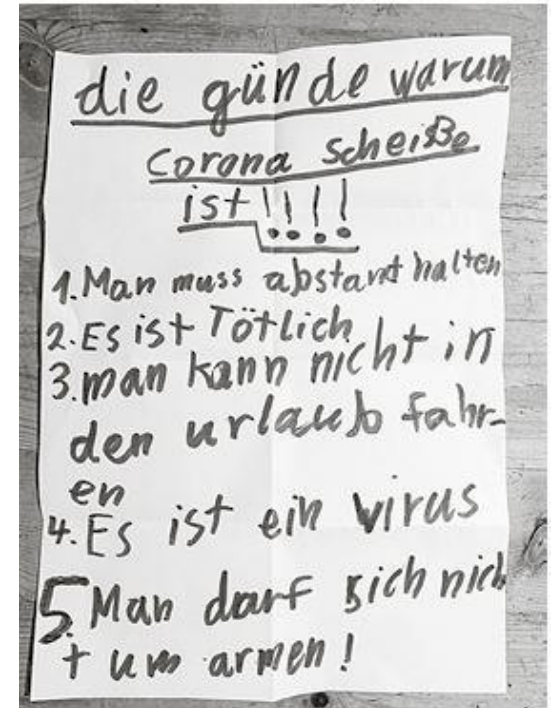


Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen während der Covid-19 Pandemie

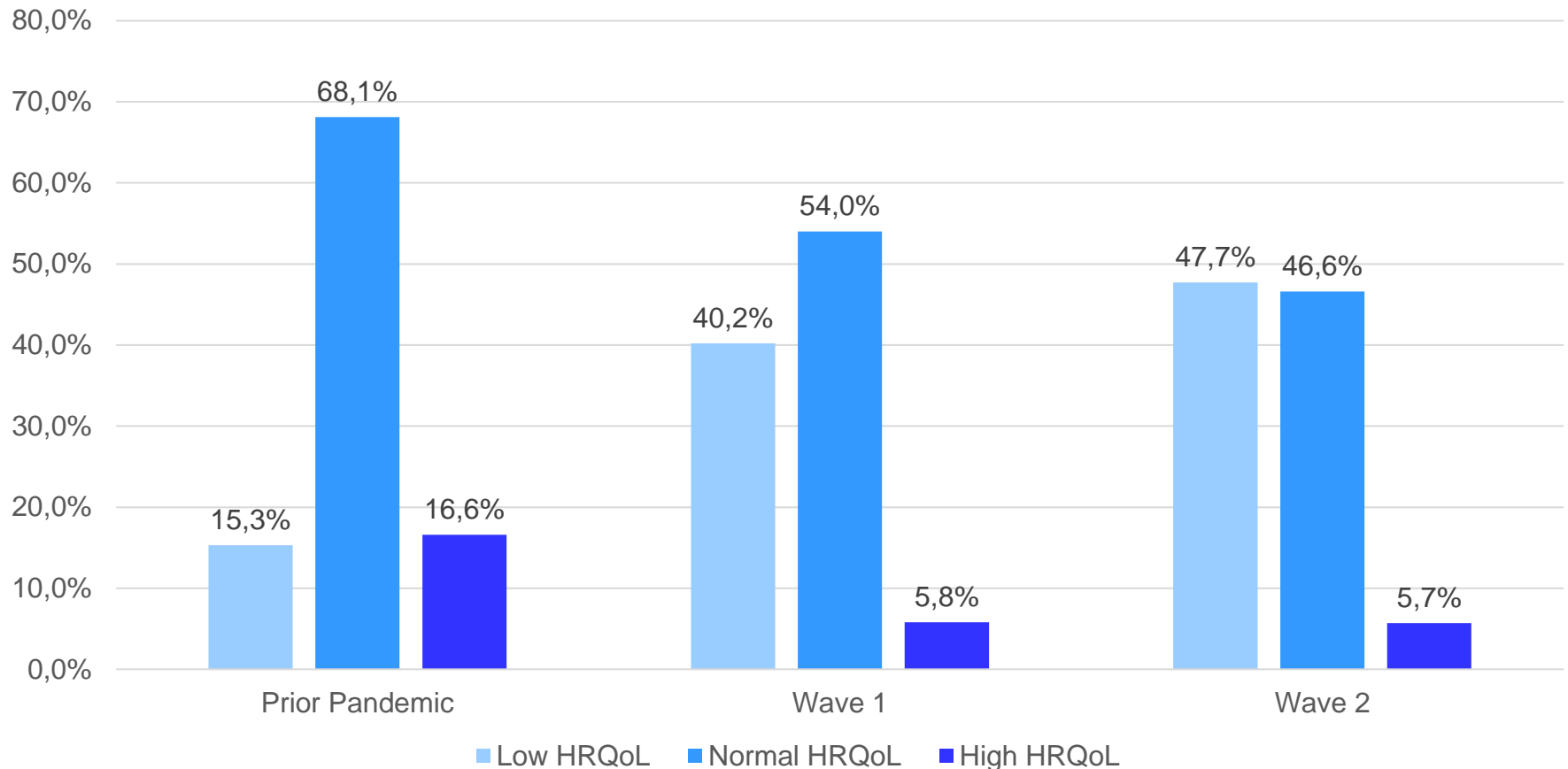
Christoph Treubel
Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut



Bildquelle: Senf, 2021

Selbstberichtete Lebensqualität Kinder und Jugendliche

Health-related quality of life of children and adolescents



Ravens-Sieberer et al 2021b

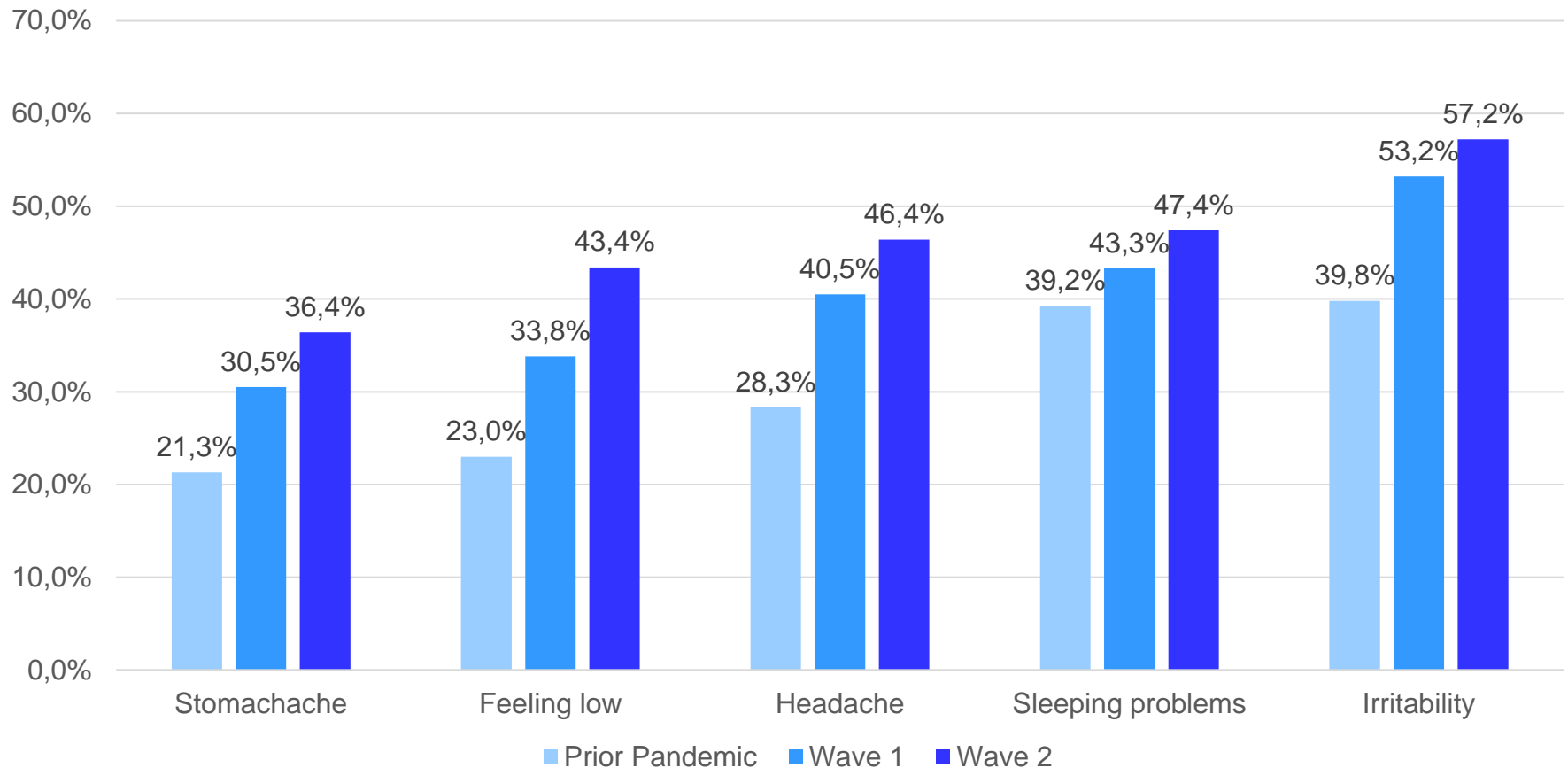
Selbstberichtete Lebensqualität Kinder und Jugendliche

	Vor Covid-19	Covid-19 I	Covid-19 II
Geminderte LQ	15,3%	40,2%	47,7%
Normale LQ	68,1%	54,0%	46,6
Hohe LQ	16,6%	5,8%	5,7%

- Kinder und Jugendliche adaptieren nicht auf die pandemische Stressbelastung
- Lebensqualität sinkt signifikant (mittlere Effektstärke)

Psychosomatische Beschwerden (7-17 Jahre)

Psychosomatic Symptoms



Ravens-Sieberer et al 2021b

Psychische Belastung Kinder und Jugendliche (7-17 Jahre, Elternbefragung)

	Vor Covid-19	Covid-19 I	Covid-19 II
Psychische Probleme			
Normal	82,4%	69,6%	69%
Grenzwertig/auffällig	17,6%	30,4%	31%
Emotionale Probleme			
Normal	83,6%	79,1%	76,3%
Grenzwertig/auffällig	16,4%	20,9%	23,7%
Verhaltensprobleme			
Normal	86,9%	80,8%	81%
Grenzwertig/auffällig	13,1%	19,2%	19%
Hyperaktivität			
Normal	87,2%	76,4%	79,6%
Grenzwertig/auffällig	12,8%	23,6%	20,4%
Gleichaltrigenprobleme			
Normal	88,6%	78,3%	73,5%
Grenzwertig/auffällig	11,4%	21,7%	26,5%

Ravens-Sieberer et al, 2021b

Psychische Belastung Kinder und Jugendliche (7-17 Jahre, Elternbefragung)

	Vor Covid-19	Covid-19 II
Psychische Probleme	Jeder 5.-6.	Jeder 3.
Emotionale Probleme	Jeder 6.	Jeder 5.
Verhaltensprobleme	Jeder 7.-8.	Jeder 5.
Hyperaktivität	Jeder 8.	Jeder 5.
Gleichaltrigenprobleme	Jeder 10.	Jeder 4.

Ravens-Sieberer et al, 2021b

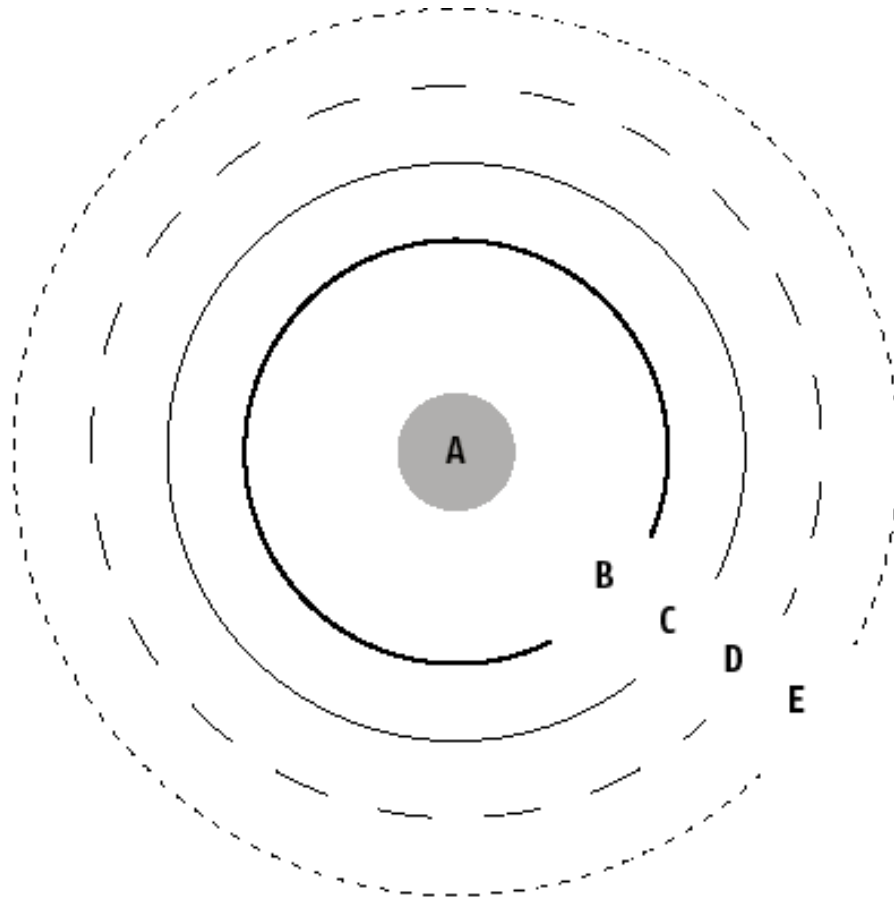
Gewalt gegen Kinder/häusliche Gewalt (Berlin)

	Steigerung um...
Verfahren nach Gewaltschutzgesetz	7,5 %
Wohnungsüberlassung nach Gewaltschutzgesetz	23 %
Fälle Gewaltschutzambulanz der Charité	Zunächst Rückgang, dann Steigerung um 30%-50%
Kindesmisshandlungen 1. Hj. 2020 (aktenkundig)	23%

- Berlin: In 1 von 1.000 Haushalten kommt es zu körperlicher Gewalt gegen Kindern (ohne Dunkelziffer)

Senatsverwaltung für Justiz Berlin; zit. n. Loh 2021

Pandemische Stressbelastung als bio-psycho-soziales Geschehen



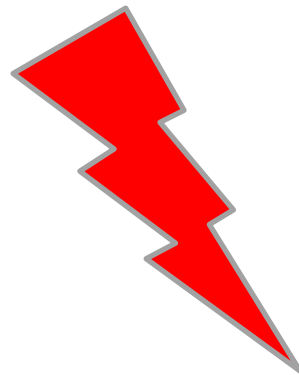
- A = Letale Bedrohung
- B = Existenzbedrohung
- C = Isolation
- D = Befürchtungsdynamik
- E = COVID-19-Hellung/
Impfung

Bering, Schedlich, Zurek 2021

Isolation

- Isolation: Auseinanderfallen von Aneignungsmöglichkeiten und Aneignungsrealität (Wolfgang Jantzen)
- Aneignung: Motor der gesamten Entwicklung

Individuum:
Aneignungs-
möglichkeiten



Umwelt:
Aneignungs-
realität

Isolation

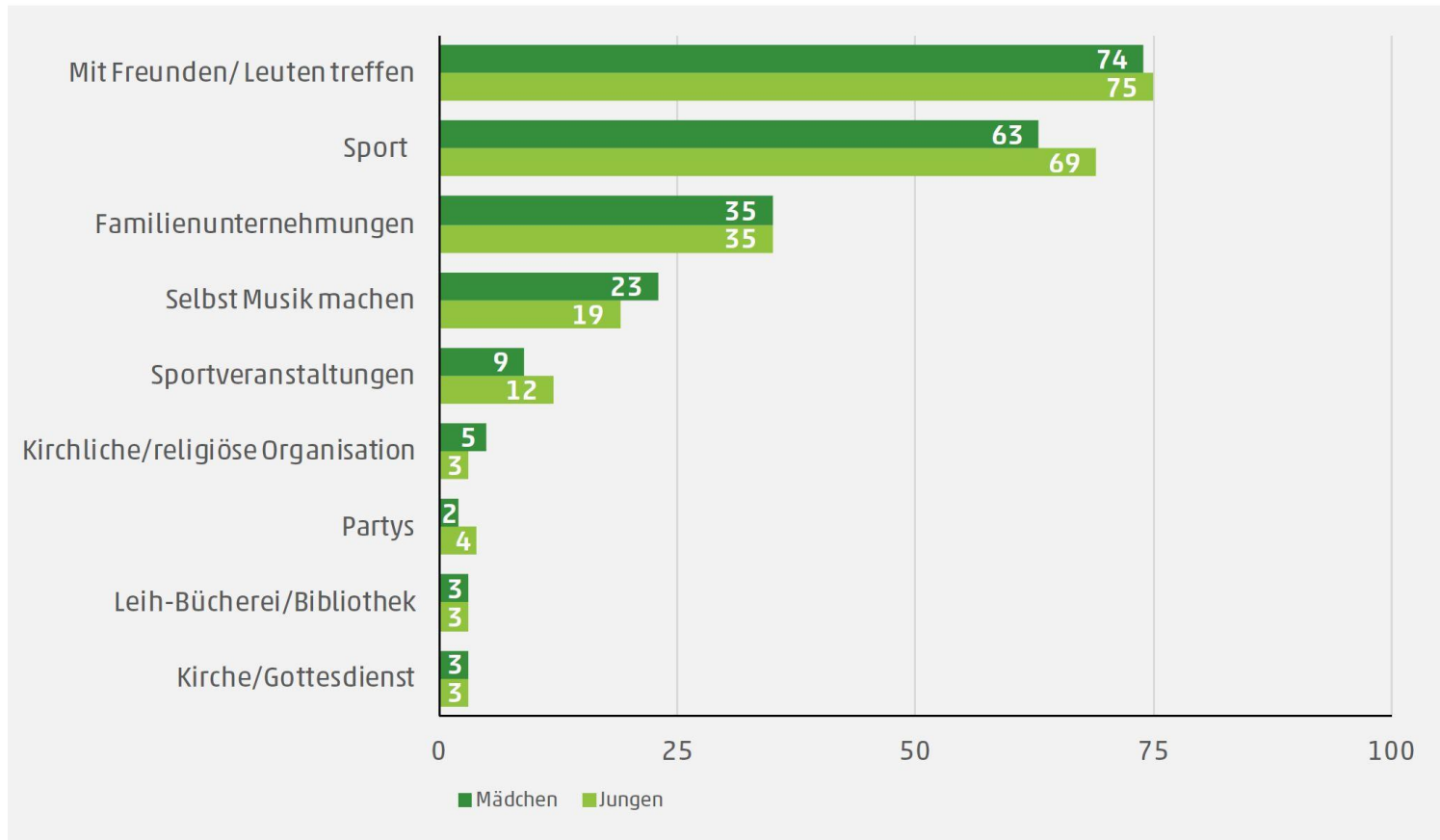
Psychisch	Begünstigung von Depression durch <ul style="list-style-type: none">• Fehlende interpersonelle Kontakte• Fehlende Aktivitäten und veränderter Alltag (Verstärkerverlust)• Erleben von Hilfslosigkeit
Pädagogisch bzw. sozial	Fehlen von Entwicklungsräumen/-möglichkeiten für <ul style="list-style-type: none">• Bildung• Teilhabe an entwicklungsförderndem Alltag• Sozialisation
(Psycho)somatisch	<ul style="list-style-type: none">• Bewegungsmangel• Herabgesetztes Wohlbefinden

Bereiche von Lebensqualität von Kindern und Jugendlichen

Bereich	Veränderungen durch Covid-19
Schule	<ul style="list-style-type: none">• Wegfall der Gleichaltrigengruppe• Komplette Änderung des Alltages• Homeschooling• Unklare Leistungsmessung• Ggf. fehlender sozialer und Leistungsdruck
Freizeit mit Gleichaltrigen	<ul style="list-style-type: none">• Social Distancing als Gebot der Stunde• Wegfall von Partys, Treffen in Gruppen etc.
Freizeit im institutionellen Kontext	<ul style="list-style-type: none">• Schließung der außerschulischen Jugendarbeit und der JuBi-Stätten
Freizeit alleine	<ul style="list-style-type: none">• Relativ normal erhalten
Familie	<ul style="list-style-type: none">• Ggf. intensiverer Kontakt• Zusätzliche Belastung durch Enge/Nähe und veränderte Rollen
Gesundheit	<ul style="list-style-type: none">• Beeinträchtigung somatisch, psychisch

Kinder und Jugendliche vor Covid-19

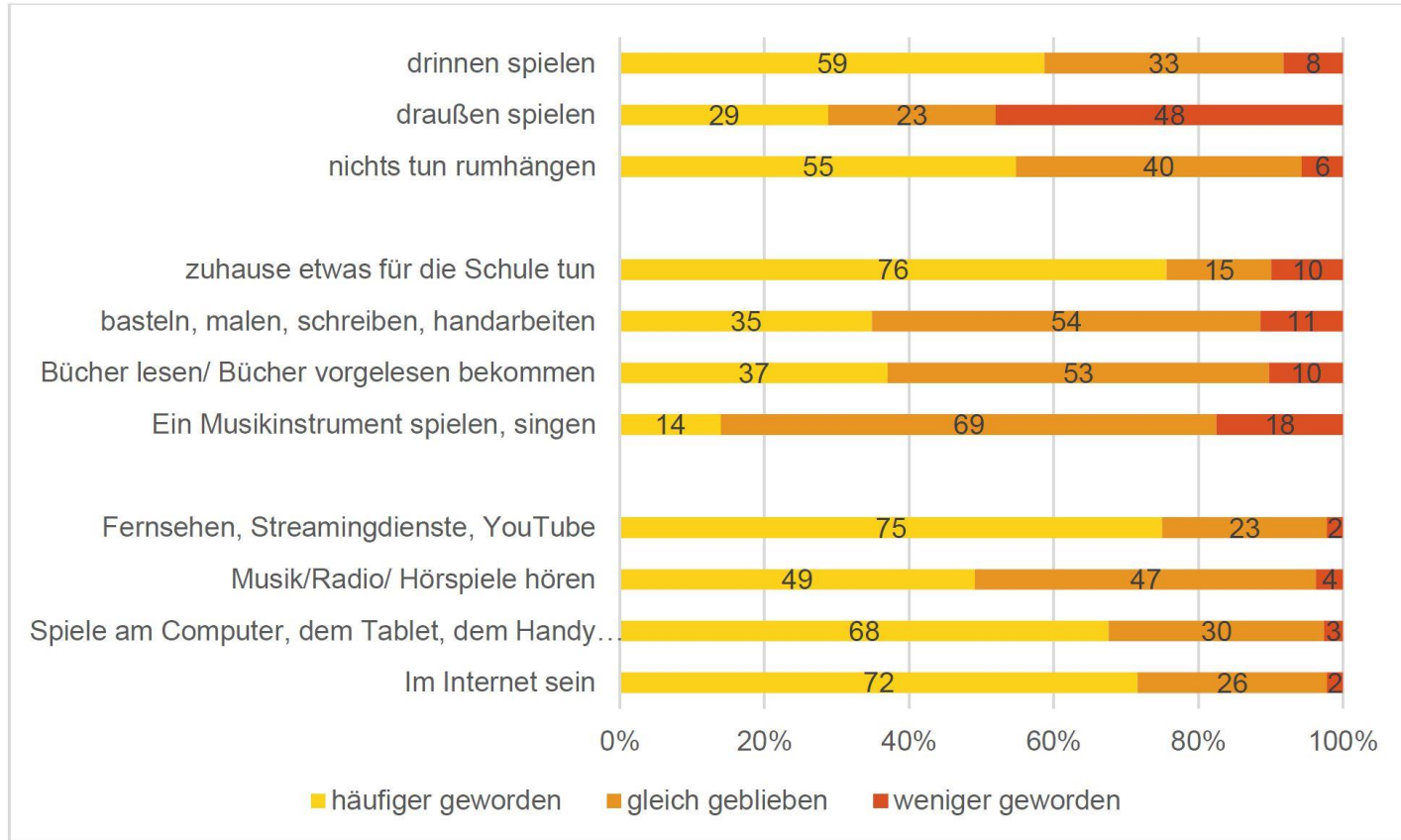
Freizeitaktivitäten 2019 - täglich/mehrmals pro Woche -



Quelle: JIM 2019, Angaben in Prozent, Basis: alle Befragten, n=1.200

Kinder und Jugendliche während Covid-19 I

Abbildung 5c: Veränderungen im Freizeitverhalten im Sekundarstufenalter (in Prozent)



Kinder und Jugendliche während Covid-19 I

Anteil der Eltern, die ihr Kind im Frühjahr 2020 einsam einschätzten nach finanzieller Lage der Familie (in Prozent)

Familien, die sehr schwer mit ihrem Einkommen zurechtkommen



Familien, die schwer mit ihrem Einkommen zurechtkommen



Familien, die mit ihrem Einkommen zurechtkommen



Familien, die bequem mit ihrem Einkommen leben können



Gesamt



■ stimme zu ■ stimme teilweise zu ■ stimme nicht zu

Fragen: Inwiefern stimmen Sie in der aktuellen Situation folgenden Aussagen zu:

- (1) Mein Kind fühlt sich alleine.
- (2) Mein Kind fühlt sich ausgeschlossen.
- (3) Mein Kind hat Freunde, mit denen es sprechen kann.
- (4) Mein Kind ist einsam.

Quelle: Langmeyer/Guglhör-Rudan/Naab/Urlen/Winklhofer (2020): Kind sein in Zeiten von Corona

Forderungen Verbändebündnis bvvp, DPtV, VAKJP, BVKJ, BVKJPP

1. Gründung eines Jugend-/Kinderrats analog dem Ethikrat
2. Einrichtung einer zentralen, deutschlandweit beworbenen Hilfsnummer für Kinder und Jugendliche in Not
3. Umsonst, für alle und draußen: tägliche Sport-, Bewegungs- und kulturelle Aktivitäten an öffentlich zugänglichen Orten
4. Niederschwellige und längerfristig angelegte Kurs- und Projektangebote für Kinder und Jugendliche außerhalb des Schulunterrichts
5. Initiative zur Anwerbung von Honorarkräften unter solselbstständigen Kunstschaffenden und beschäftigungslos gewordenen Personen aus dem Kultur- und Sportbereich zur Unterstützung von Kindern und Jugendlichen.

<https://bvvp.de/kinder-brauchen-mehr-jugend-braucht-mehr/>

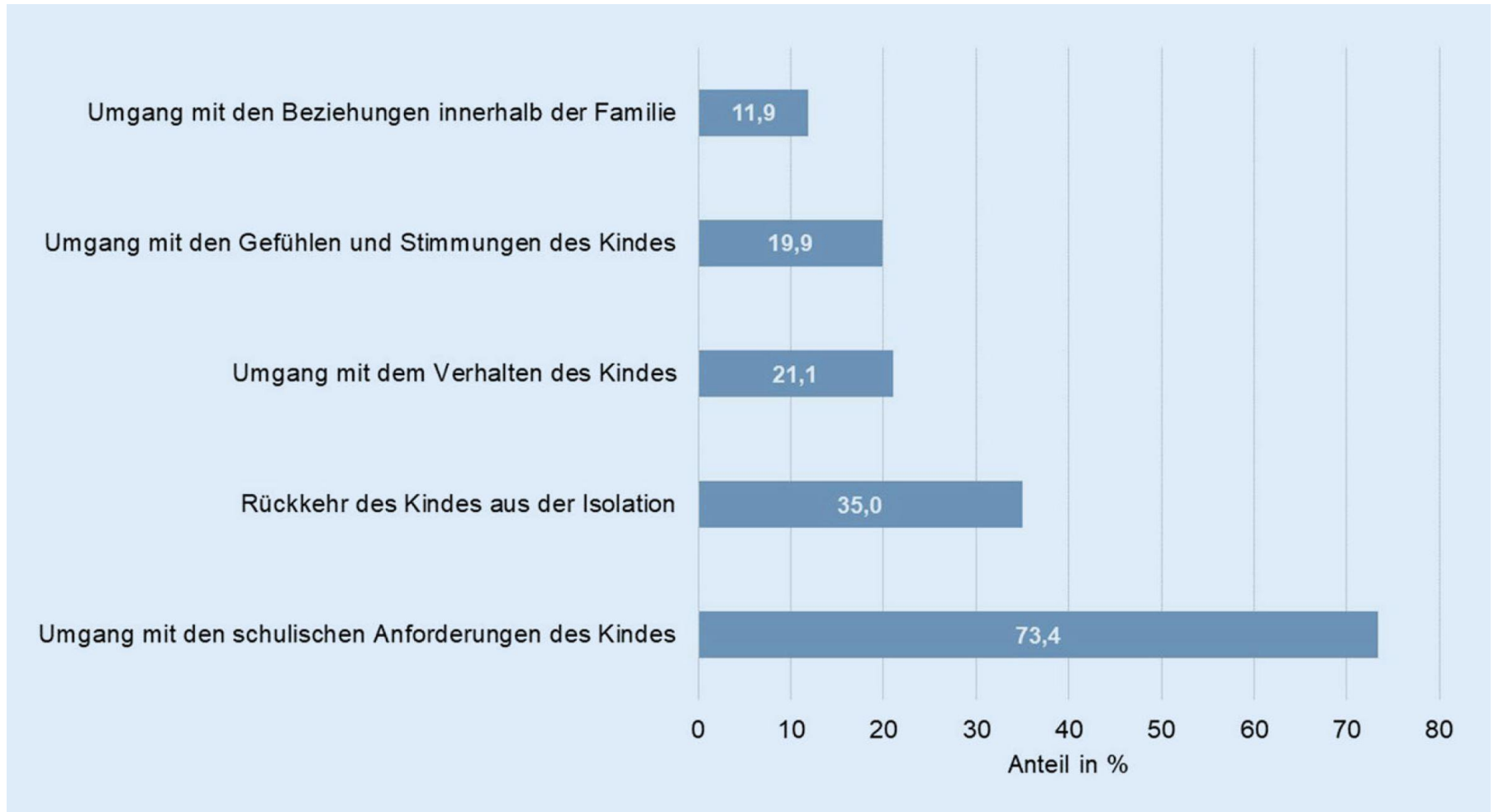
Forderung 3: „Komm um 3 im Park vorbei“

Für eine gesunde psychische Entwicklung sind Kontakte mit Gleichaltrigen für Kinder- und Jugendliche notwendig. Deswegen müssen ihnen SOFORT - und gegebenenfalls auch in einem dritten Lockdown - Angebote gemacht werden, die zugleich dem derzeitigen Gebot, Maßnahmen zum Gesundheitsschutz zu ergreifen und den existenziellen Kontaktbedürfnissen der jungen Generation gerecht werden. An jedem Nachmittag könnten - bei Einhaltung der AHA-Regeln - auf öffentlichen Plätzen wie Spielplätzen, Grünanlagen und Parks Mitmach-Angebote unterbreitet werden: Sportlehrer*innen und Übungsleiter*innen aus Vereinen, aber auch Träger der offenen Jugendarbeit könnten verschiedene Bewegungsangebote von Laufspielen über Krafttraining oder Yoga bis zu Line-Dance anbieten. Offene kulturelle Angebote wie Singen, Zaubern, Trommeln, Graffiti, Schauspieltraining oder Straßentheater könnten vor allem Kindern und Jugendlichen auf diesem Weg eine Teilhabe am sozialen und gesellschaftlichen Leben ermöglichen. Selbstwirksamkeitserleben und Erfolgserlebnisse außerhalb der Schule mit ihren Leistungsanforderungen unter schwierigen Rahmenbedingungen sind in diesen Zeiten besonders wichtig, denn Kinder und Jugendliche brauchen gerade jetzt mehr als Schule! Dabei ist es notwendig, diese Angebote flächendeckend und niederschwellig anzubieten, um allen Kindern und Jugendlichen die Teilhabe unkompliziert und im eigenen Ort oder Wohnviertel zu ermöglichen.

Forderung 4: „Außerschulische Projekte für die Zeit nach Corona“

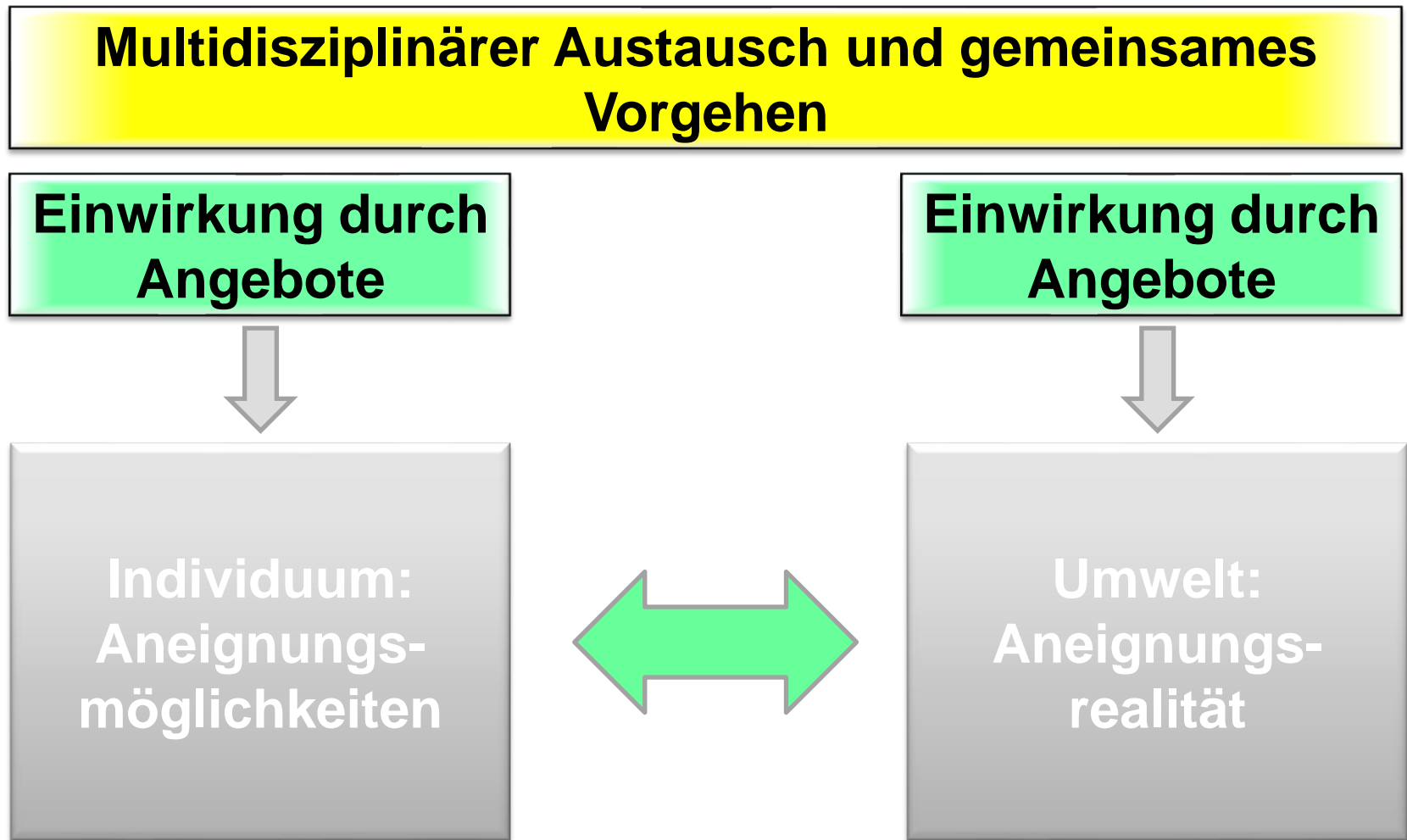
Sobald es die Situation erlaubt, muss für Kinder und Jugendliche ein breites Angebot zur außerschulischen Entwicklung bereitstehen. Mit dem Fokus auf Selbstwirksamkeit und Gemeinschaftlichkeit sollten Präventionsangebote die psychische Gesundheit von Familien und Kindern stärken. Längerfristige Musik-, Theater- und Tanzprojekte, handwerkliche, soziale, ökologische oder sportliche Projekte sollten kostenlos und niederschwellig an öffentlichen Orten angeboten werden. Für diese Angebote sollten Kinder, Jugendliche und Begleitpersonen mindestens ein Jahr lang den Nahverkehr kostenfrei nutzen dürfen.

Unterstützungswünsche Eltern (Covid-19 Welle 1)



Ravens-Sieberer et al 2021c

Veränderung durch gezielte Angebote



Literatur

- Bering, R., Eichenberg, C. (Hrsg.) (2021): Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise. Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer. 3. vollst. überarb. und erw. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bering, R., Schedlich, C., Zurek, G. (2021): Psychosoziale und psychotherapeutische Hilfen bei pandemischer Stressbelastung. In: Bering, R.; Eichenberg, C. (Hrsg.): Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise. Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer. 3. vollst. überarb. und erw. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta, S. 48-62
- Groen, G. & Petermann, F. (2011): Depressive Kinder und Jugendliche (2. Aufl.). Göttingen: Hogrefe.
- Langmeier, A.; Guglhör-Rudan, A.; Naab, T.; Urlen, M.; Winklhofer, U. (2020): Kindsein in Zeiten von Corona. Erste Ergebnisse zum veränderten Alltag und zum Wohlbefinden von Kindern. München: DJI.
- Loh, J.v. (2021): Kinder und Jugendliche in der Corona-Krise: Zwischen Schutzbedürftigkeit und Disziplinierungsforderung. In: Bering, R.; Eichenberg, C. (Hrsg.): Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise. Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer. 3. vollst. überarb. und erw. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta, S. 163-178.
- Medienpädagogischer Forschungsverbund Südwest (MPFS) (2019): JIM-Studie 2019 – Jugend, Information, Medien. Basisuntersuchung zum Medienumgang 12-19-Jähriger. Stuttgart.
- Ravens-Sieberer, U., Kaman, A., Erhart, M. et al. (2021a): Impact of the COVID-19 pandemic on quality of life and mental health in children and adolescents in Germany. *Eur Child Adolesc Psychiatry*.
- Ravens-Sieberer, U., Kaman, A., Erhart, M. et al. (2021b): Quality of life and mental health in children and adolescents during the first year of the COVID-19 pandemic in Germany: Results of a two-wave nationally representative study. Preprint. Abrufbar unter: https://papers.ssrn.com/sol3/Delivery.cfm/SSRN_ID3798710_code4454981.pdf?abstractid=3798710&mirid=1 (Zugriff am 03.05.2021)
- Ravens-Sieberer U, Kaman A, Otto C (2021c): Seelische Gesundheit und psychische Belastungen von Kindern und Jugendlichen in der ersten Welle der COVID-19-Pandemie – Ergebnisse der COPSY-Studie. *Bundesgesundheitsblatt*. Online-Publikation. Abrufbar unter: <https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s00103-021-03291-3.pdf> (Zugriff am 03.05.2021)
- Ravens-Sieberer U, Kaman A, Otto C, Adedeji A, Devine J, Erhart M, Napp AK, Becker M, Blanck-Stellmacher U, Löffler C, Schlack R, Hurrelmann K (2020): Mental health and quality of life in children and adolescents during the COVID-19 pandemic—results of the COPSY study. *Dtsch Arztebl Int* 2020; 117: 828–9.
- Schlack E, Neuperdt L, Hölling H, De Bock F, Ravens-Sieberer U et al. (2020): Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der Eindämmungsmaßnahmen auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. *Journal of Health Monitoring* 5(4):23–34.
- Senf, W. (2021): Verlust natürlicher Selbstverständlichkeiten. Anmerkungen zur Psychodynamik der Corona-Krise. In: Bering, R.; Eichenberg, C. (Hrsg.): Die Psyche in Zeiten der Corona-Krise. Herausforderungen und Lösungsansätze für Psychotherapeuten und soziale Helfer. 3. vollst. überarb. und erw. Aufl. Stuttgart: Klett-Cotta, S. 17-36
- Verbandebündnis bvvp, DPtV, VAKJP, BVKJ, BVKJPP (2021): Kinder brauchen mehr. Jugend braucht mehr. Pressemappe zur Online-Diskussionveranstaltung: Forderung nach politischem Maßnahmenpaket für Kinder und Jugendliche. Online abrufbar unter: https://bvvp.de/wp-content/uploads/2021/03/20210316-Pressemappe_Online-Veranstaltung-Verbaendebuendnis_Kinderbrauchenmehr_Jugendbrauchtmehr_public-1.pdf (Zugriff am 03.05.2021)