

Einführung

Psychische Folgen der Corona-Pandemie bei Minderjährigen

Thomas Haslböck

Man sollte sich nicht täuschen lassen: Zwar erscheint die Corona-Pandemie manchmal wie ein Ereignis aus längst vergangenen Zeiten – für viele Kinder und Jugendliche ist sie jedoch bis heute keineswegs abgeschlossen. Sie wirkt in ihrer Psyche nach. Hinweise darauf gibt es viele: Lehrer berichten von Auffälligkeiten in der Schule, Psychotherapeuten und Psychiater können die steigende Nachfrage nach Therapieplätzen kaum mehr bewältigen und wissenschaftliche Studien zeigen einen deutlichen Anstieg von Angstsymptomen.

Zwei Aspekte der Corona-Pandemie haben sich in der Rückschau als besonders belastend für Kinder und Jugendliche erwiesen. Erstens war das die Angst vor dem Virus selbst. Aufgrund ihrer noch begrenzten Lebenserfahrung fällt es jungen Menschen oft schwer, außerordentliche Ereignisse adäquat zu beurteilen und sie in einen sinnvollen Kontext zu stellen. Eine Pandemie, die sogar viele Erwachsene in Panik versetzt hat, musste auf Kinder und Jugendliche in erhöhtem Maße verunsichernd oder gar überwältigend wirken. Noch belastender als die Sorge um die

eigene Gesundheit war oftmals die Angst, als Infektionsträger für die Erkrankung oder gar den Tod der eigenen Großeltern verantwortlich zu sein.

Der zweite Aspekt, der die Psyche junger Menschen stark belastete, waren die Einschränkungen durch die Corona-Maßnahmen. Einrichtungsschließungen und Kontaktbeschränkungen reduzierten den entwicklungspsychologisch wichtigen Umgang mit Gleichaltrigen drastisch. Zusätzlich kam es vermehrt zu Konflikten innerhalb der Familie. Die Doppelbelas-

tung durch Homeoffice und Kinderbetreuung setzte viele Eltern unter erheblichen Druck – den oft auch der Nachwuchs zu spüren bekam. Für viele Jugendliche waren die Corona-Jahre außerdem eine Zeit verpasster Chancen: Auslandsaufenthalte, die erste eigene Wohnung am Studienort, ausgelassene Partys – all das war entweder gar nicht oder nur stark eingeschränkt möglich. Die Kombination dieser Faktoren führte zu Einsamkeitsgefühlen, steigendem Stress, Ängsten und Depressionen und hinterließ auch körperliche Spuren wie Schlafprobleme und andere psychosomatische Beschwerden.

Auf diesem zweiten Aspekt, also den Auswirkungen der Corona-Maßnahmen auf die psychische Gesundheit, liegt der Fokus der vorliegenden Publikation. Wer den Kindern und Jugendlichen, die heute noch unter den genannten Folgen leiden, helfen will, muss wissen, wie sich die aktuelle Lage gestaltet und wie sie sich entwickelt hat. Nur so lassen sich passende Lösungen für noch bestehende Probleme finden. Schon darum ist die detaillierte Auseinandersetzung mit dieser Thematik notwendig. Sie ist jedoch auch deshalb von Bedeutung, weil sie wertvolle Einsichten für die Bewältigung zukünftiger Krisen liefern kann, insbesondere in Bezug auf den Umgang mit den Bedürfnissen von Kindern und Jugendlichen in belastenden Zeiten.

Die Behandlung des nun umrissenen Themenfelds erfolgt in drei Schritten. Zunächst kommen die mit den psychischen Corona-Folgen betrauten Bayerischen Staatsministerien zu Wort. Darauf folgt eine Lageanalyse. Sie gibt Aufschluss über die gegenwärtige Situation und zeichnet deren Genese nach. Abschließend beschäftigt sich die Publikation mit Möglichkeiten abmildernder beziehungsweise präventiver Maßnahmen und geht auch auf notwendige Weichenstellungen zur Verbesserung des Ist-Zustandes ein.

Politische Perspektive

Der erste Beitrag stammt von der Bayerischen Staatsministerin für Familie, Arbeit und Soziales, **Ulrike Scharf, MdL**. Sie denkt über die Möglichkeiten sozialer Teilhabe von Jugendlichen nach und betont dabei deren Relevanz für eine funktionierende Demokratie: „Wenn sich Einsamkeit verfestigt, wird sie zum Problem – nicht nur für junge Menschen, sondern auch für unsere ganze Gemeinschaft. Wenn junge Menschen

nicht mehr am alltäglichen Leben teilnehmen, fühlen sie sich dem großen Ganzen weniger verpflichtet. Unser Zusammenhalt schrumpft.“ Scharf zeigt sodann auf, welche Maßnahmen die Staatsregierung vor, während und nach der Corona-Pandemie ergriffen hat, um der Jugend eine Stimme zu geben und sie vor Vereinsamung zu schützen. Dazu gehören das Netzwerk „Bayern gemeinsam gegen Einsamkeit“ und der digitale Hackathon #ideenfürdiejugend.

Die Bayerische Staatsministerin für Gesundheit, Pflege und Prävention **Judith Gerlach, MdL**, gibt einen Überblick über die von der Staatsregierung ins Leben gerufenen Kampagnen und Projekte zur vorbeugenden Sicherstellung der psychischen Gesundheit. Insbesondere weist sie dabei auf den „Masterplan Prävention“ hin. Unter Einbeziehung zahlreicher Partner soll er „die Weichen für mehr Vorsorge, eine bessere Gesundheitsförderung und ein größeres Gesundheitsbewusstsein“ stellen.

Lageanalyse: Bayern, Deutschland und Europa

Den einleitenden Einschätzungen der Politik folgt die Lageanalyse. Hier wird eruiert, wie sich die Maßnahmen im Einzelnen ausgewirkt haben und wie sich die Situation heute – eineinhalb Jahre nach Ende der letzten Maßnahmen – gestaltet. Auf die Situation, insbesondere in Bayern, schauen **Daniela Blank-Matthes, Johannes Brettner** und **Manuel Fenkl** vom Bayerischen Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit. Mit Blick auf die bayerische CoronabaBy-Studie stellen sie dabei eine Zunahme von Regulationsstörungen bei Kindern unter vier Jahren fest. Demnach „wiesen im zweiten Pandemiejahr rund 35 Prozent der Säuglinge und Kleinkinder Fütterungsstörungen auf und 26 Prozent Schrei- und Schlafprobleme.“ Die Autoren setzen sich außerdem mit Suizidversuchen bei Kindern und Jugendlichen seit Beginn der Corona-Pandemie auseinander. Hier konstatieren sie einen Anstieg der Fallzahlen.

Sabine Walper, Direktorin und Vorstandsvorsitzende des Deutschen Jugendinstituts, behandelt die Auswirkungen der Kontaktbeschränkungen auf die mentale Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Dabei differenziert sie zwischen verschiedenen Risikofaktoren und -gruppen: „Als Risikogruppen

für vermehrte Belastungen erwiesen sich vor allem Familien mit niedriger elterlicher Bildung, mit Migrationshintergrund oder beengten Wohnverhältnissen und Familien, in denen die Eltern psychische Probleme oder starke pandemiebedingte Belastungen aufwiesen. Besonders günstige Verläufe der mentalen Gesundheit zeigten demgegenüber Kinder mit guten Problemlösefähigkeiten und Optimismus, mit hoher sozialer Unterstützung und mit gutem Zusammenhalt der Familie.“ Walper weist auch auf geschlechtsspezifische Unterschiede hin: Zunehmende emotionale Probleme waren hauptsächlich bei Mädchen feststellbar.

Von der nationalen auf die europäische Ebene wechselt **Helena Ludwig-Walz** vom Bundesinstitut für Bevölkerungsforschung. Sie hat sich in drei systematischen Analysen mit den Auswirkungen der Corona-Maßnahmen auf Kinder und Jugendliche in verschiedenen europäischen Staaten beschäftigt. Die Ergebnisse dieses Vergleichs stellt sie in ihrem Beitrag vor. In Bezug auf psychische Belastungen kommt sie dabei zu einem klaren Urteil: „Besonders besorgniserregend ist, dass der Anstieg der psychischen Belastungen besonders stark ausfiel, wenn die pandemiebedingten Maßnahmen strenger waren oder Schulen (teilweise) geschlossen wurden. Dies deutet darauf hin, dass strikte Einschränkungen und Isolation erhebliche psychische Belastungen verursachen.“ Analog verhält es sich bei der körperlichen Gesundheit. Der Bewegungsmangel war besonders ausgeprägt, wenn die Maßnahmen sehr intensiv oder die Schulen geschlossen waren.

Gegenmaßnahmen: Abmilderung, Prävention und Behandlung

Mit dem Beitrag von **Caroline Jung-Sievers, Lisa Pfadenhauer** und **Flora Wendel** vom Lehrstuhl für Public Health und Versorgungsforschung an der Ludwig-Maximilians-Universität München verschiebt sich erneut der thematische Schwerpunkt. Es geht fortan nicht mehr vorwiegend um die Analyse der gegenwärtigen Situation und ihrer Entstehung, sondern um Möglichkeiten, ihr vorzubeugen oder sie abzumildern. Die Autorinnen beschreiben zunächst Wirksamkeit und Nebenwirkungen der Corona-Maßnahmen. Dann gehen sie auf die Entwicklung einer evidenz- und konsensbasierten Leitlinie zur Bewerkeinstellung eines sicheren Schulbetriebs ein. Auf Basis einer systematischen Übersichtsarbeit beschäftigen sie sich abschließend mit der Evidenz zu Maßnahmen, die die negativen psychosozialen Auswirkungen bei Kindern und Jugendlichen abmildern können. Sie kommen dabei zu folgendem Schluss: „Gegen negative psychosoziale Auswirkungen stehen Programme zur Verfügung, die durch die Integration bestimmter Komponenten wahrscheinlich profitieren, zum Beispiel Gruppenerfahrungen im Klassenverbund zu ermöglichen, psychologischen und psychoedukativen Support anzubieten sowie körperliche Aktivität zu fördern.“

Irina Jarvers vom Lehrstuhl für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -Psychotherapie an der Universität Regensburg zeigt auf, welche Bedeutung der Kindergartenbesuch als schützender Faktor gegen das Risiko psychischer Probleme bei Kindern hat. Sie unterscheidet dabei zwischen internalisierenden und externalisierenden Problemen: Internalisierende Probleme richten sich gegen das Selbst (zum Beispiel Angst, Depressionen), externalisierende Probleme gegen die Umwelt (zum Beispiel Aggression, Hyperaktivität). Ihre Untersuchung der Notfall-Kindergartenbetreuung während des zweiten bundesweiten Lockdowns liefert diesbezüglich ein klares Ergebnis: „Die Analysen ergaben, dass der Besuch von Kindergärten während des Lockdowns ein negativer Prädiktor (schützender Faktor) für internalisierende Probleme war, jedoch nicht für externalisierende Probleme.“ Jarvers führt diesen Effekt unter anderem auf die Verringerung des elterlichen Stresses durch die Kindergartenbetreuung zurück.

Der Vorsitzende des Ausschusses für Gesundheit, Pflege und Prävention im Bayerischen Landtag, **Bernhard Seidenath, MdL**, dreht in seinem Beitrag die Perspektive noch einmal um. Er fragt sich, was sich heute tun lässt, um den von psychischen Folgeschäden betroffenen Kindern und Jugendlichen zu helfen. Als massives Problem benennt er dabei die langen Wartezeiten für Therapieplätze. Derzeit helfen vor allem private Initiativen, den therapiefreien Zeitraum zu überbrücken und entschärfen damit die Situation einigermaßen. Dementsprechend fordert Seidenath: „Wenn das System versagt, müssen die Institutionen und Organisationen, die das System noch am Laufen halten, ge- und unterstützt werden.“ Zugleich stellt er die von seiner Fraktion in den Landtag eingebrachten parlamentarischen Initiativen vor, die ebenfalls auf eine Verbesserung der Versorgungssituation zielen. Dazu gehören etwa die qualifizierte Ausweitung der mobilen Krisendienste auf Kinder und Jugendliche, die Schaffung von mehr Niederlassungsmöglichkeiten für Kinder- und Jugendpsychiater und die Stärkung dieses Fachbereichs im Medizinstudium.

Insgesamt zeigen die Beiträge, dass die psychischen Folgen der Corona-Maßnahmen eine langfristige Herausforderung darstellen. Kinder und Jugendliche, deren Entwicklungsprozesse durch die Pandemie empfindlich gestört wurden, benötigen nachhaltige Unterstützung. Es gilt, die während und nach der Pandemie gewonnenen Erkenntnisse in praktische Maßnahmen zu übersetzen, um einerseits bestehende Belastungen abzumildern und andererseits zukünftige Krisen besser zu meistern.



Thomas Haslböck

leitet das Referat Gesellschaftlicher Zusammenhalt und Interkultureller Dialog in der Akademie für Politik und Zeitgeschehen der Hanns-Seidel-Stiftung e.V.