

PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN – EINE EINFÜHRUNG

Ängste, Depressionen, psychosomatische Beschwerden, Essstörungen und selbstverletzendes Verhalten haben unter Heranwachsenden signifikant zugenommen und wirken bis in den Schulalltag hinein. In der neuen Serie stellen wir die häufigsten psychosozialen Krankheitsbilder vor und zeigen, wie Lehrkräfte damit umgehen können.

SIGRID SPRINGMANN-PREIS

Die Alarmglocken schrillen, und es vergeht kaum eine Woche, in der nicht eine neue Studie zum beängstigenden Zustand der seelischen Gesundheit unserer jungen Generation veröffentlicht wird. Ob von Fachverbänden der Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapie und Pädiatrie, pädagogischen Fachorganen oder Jugendämtern – der Aufschrei ist nicht mehr zu überhören: 428 000 Kinder und Jugendliche mussten 2021 stationär in Kliniken aufgenommen werden. Bei 81 000 (20 Prozent) von ihnen

waren psychische Leiden und Verhaltensstörungen der Grund für die Einweisung. Die häufigste Diagnose davon war eine »depressive Episode«. Einen neuen Höchststand erreichte auch die Zahl der Kindeswohlgefährdungen. Die deutschen Jugendämter waren bei 62 300 Kindern und Jugendlichen gefordert einzugreifen. Der neue Armutsbericht (2022) enthält für Kinder und Jugendliche erschreckend hohe Zahlen; Kinder aus prekären Verhältnissen sind besonders benachteiligt und kämpfen deutlich stärker mit den Folgen der Corona-Pandemie. Unsere Heranwachsenden befinden sich in der Dauerkrise: Gesellschaftliche Überforderungen, vielfältige Ängste und Druck durch Social Media verursachen depressive Lebenshaltungen und machen krank.

Hinter jeder dieser schockierenden Zahlen steht ein einzelnes Schicksal. In den letzten Monaten erlebte ich in meinem nahen Umfeld mit, was es heißt, wenn sich in einer Klasse ein Suizid ereignet. In diesem Fall waren es sogar zwei innerhalb von 16 Monaten. Zwei 15-jährige Mädchen einer Realschule wollten nicht mehr weiterleben und verabschiedeten sich aus dieser Welt. Diesen zutiefst tragischen Fall will sich niemand auch nur vorstellen, und dennoch passiert es, lässt uns, die Familien, die Freunde, die Schule völlig fassungs- und ratlos zurück. Doch auch weniger tiefgreifende Erkrankungen unserer Schüler:innen stellen unsere eigene psychische Stabilität oft auf eine harte Probe.

Große Zeitungen, Internetportale und Fachzeitschriften berichten regelmäßig, welch tiefgreifende Auswirkungen die Pandemie auf Körper, Seele und Geist der Heranwachsenden hatte, die weiterhin tief in die Klassenzimmer und Elternhäuser hineinragen und dort den Alltag mitbestimmen. Doch der Ausnahmezustand fungierte nur als Brennglas, denn die Zahlen der an psychosozialen Erkrankungen leidenden Kinder und Jugendlichen waren schon davor angestiegen, und Corona trieb sie nur weiter in die Höhe. Die KIGGS-Studie belegt, dass schon vor der Pandemie 18 bis 20 Prozent unserer Heranwachsenden unter psychosozialen Auffälligkeiten oder Erkrankungen litten und externe Hilfen aufsuchten. War vor der Pandemie etwa jeder Fünfte nicht mehr im seelischen Gleichgewicht, so wurde es während der Corona-Zeit jeder

Dritte, der medizinisch-therapeutischer Unterstützung bedurfte. Fragen nach Wohlbefinden und positivem Lebensgefühl beantwortete eine noch größere

lichen beitragen. In den kommenden Ausgaben folgen sechs Einzelbeiträge, in denen jeweils ein Krankheitsbild von Expert:innen aus Medizin, Psychologie

sich die Serie auf die häufigsten psychosozialen Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter. Einige bekannte Krankheitsbilder wie z. B. die Autismus-Spektrum-Störung oder das Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (mit Hyperaktivität) werden aufgrund der bereits reichen Fachliteratur nicht besprochen. Unsere Auswahl orientiert sich unter anderem an den Ergebnissen der während der Corona-Zeit erhobenen Copsy-Studie des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) und deckt sich mit meinen Erfahrungen als Mitglied der Schulleitung in einem Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum für Schüler:innen in längerer Krankenhausbehandlung. Unser mittelgroßes Zentrum für Kinder- und Jugendmedizin verfügt über eine pädiatrische und eine kinder- und jugendpsychiatrische Abteilung, in beiden betreue und unterrichte ich seit fast 20 Jahren länger anwesende Kinder und Jugendliche

BEISPIELE AUS DEM SCHULALLTAG

Wer von uns kennt sie nicht: die schlanken, blassen, oft leistungsstarken, perfekten Mädchen, die freundlich jede vorsichtige Frage nach ihrem Wohlbefinden und möglichem Gewichtsverlust hinweglächeln; oder jene, die auch bei großer Hitze vermeiden, ihre weiten Pullover mit langen

Die Zahlen der an psychosozialen Erkrankungen leidenden Kinder und Jugendlichen waren schon vor Corona angestiegen.

Gruppe mit eindeutig negativen Empfindungen.

Glücklicherweise gingen die erschreckenden Zahlen nach der Pandemie etwas zurück, doch liegen sie weiterhin deutlich über dem Niveau der »Vor-Corona-Zeit«. Wie können wir länger zusehen, wie so viele Kinder und Jugendliche mit Ängsten, Depressionen, Essstörungen, traumatisierenden Erlebnissen und anderen Belastungen heranwachsen? Wie sollen sie zu gesunden, lebensfrohen und leistungsstarken Erwachsenen werden, die später einmal für uns arbeiten, sorgen, unseren Wohlstand sichern und unser Land führen? Es ist also dringend Handlungsbedarf angesagt.

ZUR SERIE – ÜBERBLICK UND LEITFRAGEN

Mit der neuen Serie will die PÄDAGOGIK zu mehr Sachwissen im Hinblick auf die häufigsten psychosozialen Erkrankungen bei Kindern und Jugend-

und Sonderpädagogik vorgestellt wird. Jeder Beitrag wird von nachstehenden Fragen geleitet sein:

1. Welche konkreten Informationen sind für Lehrkräfte wichtig, um Schüler:innen professionell begleiten zu können, wenn sie vom psychosozialen Krankheits- oder Störungsbild betroffen sind?
2. Wie können mögliche psychische Belastungen rechtzeitig erkannt werden?
3. Welche Fehler sollten möglichst vermieden werden?
4. Welche pädagogisch-psychologischen Lösungsansätze und konkreten Handlungskonzepte zur Prävention und Intervention sollten sie kennen?
5. Zu welchem Zeitpunkt sollten externe Hilfe aufgesucht und Fachkräfte einbezogen werden?

Auch wenn der Informationsbedarf zu diesem Thema riesig ist, beschränkt

1 Häufigste psychosoziale Krankheitsbilder



Anzeige 1/3 Seite hoch im Anschnitt

Ärmeln abzulegen, um die Ritzmerkmale an ihren Armen bloß nicht unangenehmen Blicken preiszugeben? Wer von uns kennt sie nicht: die große Zahl von ängstlichen, verunsicherten, manchmal auch gemobbten jungen Menschen, die sich um so vieles in dieser bedrohten Welt Sorgen machen und sich den hochkomplexen Anforderungen an sich selbst oft nicht mehr gewachsen fühlen, besonders dann, wenn es im familiären Umfeld und Freundeskreis immer komplizierter zu werden droht; oder die

sie diesen Ausnahmezustand verkraftet? Wer hätte jemals für vorstellbar gehalten, was unter anderem in Schulen, Kindertagesstätten, Sportvereinen und Jugendklubs während der Pandemie geschah? Es ging ja nicht nur um Homeschooling und digitale Lösungsmöglichkeiten, sondern darum, dass unser soziales Leben auf bis dahin unvorstellbare Weise eingeschränkt wurde. Dieser Zustand hinterließ nicht nur bei vielen Erwachsenen nachhaltige Spuren, sondern zeigte auch bei unse-

Selbst die Grundschulen sind längst nicht mehr ein »Hort der Seligen«.

zuweilen auch Unauffälligen, die aus unterschiedlichen Gründen nicht mehr in der Schule erscheinen, erst schleichend, dann immer häufiger, bis sie plötzlich aus dem Schulalltag komplett in Parallelwelten verschwinden?

Selbst die Grundschulen sind längst nicht mehr ein »Hort der Seligen«: Kinder mit häufigen und schwer erklärbaren Kopf-, Bauch- oder Gliederschmerzen und unzähligen Fehltagen dürften vielen Kolleg:innen bekannt vorkommen. Eine besondere Herausforderung aber sind die Lauten, Obercoolen und Arroganten, in deren Innerstem es häufig besonders traurig aussieht. Sie testen Grenzen aus, um zu prüfen, ob man sie auch wirklich mag und nicht wieder im Stich lässt, wie sie es so oft schon erleben mussten.

Wir könnten diese Aufzählung fortsetzen, und sicher würden Ihnen noch viele aus Ihren Klassen einfallen, um die Sie sich sorgen, die auffallen, bei denen Sie spüren, dass etwas seltsam und nicht in Ordnung zu sein scheint.

MÖGLICHE URSACHEN UND HINTERGRÜNDE

Was ist in den letzten Jahren in unserer Welt passiert? Ansichten und Glaubenssätze darüber, was in einer westlichen demokratischen Gesellschaft unumstößlich ist, kamen plötzlich ins Wanken. Ein bisher gut funktionierendes Gesundheitssystem war durch die Pandemie über Nacht in eine Krise geraten, und Regeln traten außer Kraft, die in Stein gemeißelt schienen. Wie erging es unseren Kindern und Jugendlichen nach diesen letzten Jahren mit Pandemie und Lockdown? Wie haben

ren jüngsten, politisch am schwächsten vertretenen Gesellschaftsmitgliedern massive Auswirkungen. Viele verspürten zum ersten Mal Zukunftsängste, verloren die Hoffnung auf bessere Zeiten und einige sogar ihren Lebensmut: Ängste, Depressionen, suizidales Verhalten und zwanghafte Verhaltensweisen waren die Folgen. Als man endlich wieder auf eine »Vor-Corona-Normalität« hoffen durfte, schloss sich das nächste Schreckensszenario an: der – für alle Jüngeren – erste Angriffskrieg in Europa. Diesem kurzen Aufatmen und der Sehnsucht nach der Rückeroberung einer unbeschwerten Kinder- und Jugendzeit folgte der nächste Klammergriff mit erneuten Ängsten: vor einem dritten Weltkrieg, dem Einsatz atomarer Waffen und einer unüberschaubaren Bedrohungslage. All dies lastet schwer auf den Seelen zahlreicher Kinder und Jugendlicher und befördert wiederum neue Gefühle von Aussichtslosigkeit und Depressionen. Verstärkt werden diese quälenden Gefühle gerade bei Engagierten und Aufgeweckten durch den zunehmenden Verlust der Hoffnung, im Kampf für eine bessere Umwelt selbst einen gewissen Einfluss nehmen zu können. Tiefsitzende Ängste und Sorgen um unsere Erde, unsere gemeinsame globale Zukunft, lassen nicht nur Sensible verzweifeln. Ad-dieren sich noch eigene oder familiäre Probleme dazu, resignieren einige gänzlich. Bedrohlich wirkt auch die Macht der Social Media, der sich insbesondere Mädchen oft nur schwer entziehen können, sodass sie sich davon den Lebensstil diktieren lassen. Der Verlust des Erlebens der Selbstwirksamkeit,

2 Fazit der Copsy-Studien mit Faktoren, die einen negativen oder gelingenden Umgang mit der Pandemie bestimmten



- Bewegungsmangel
- Falsche Ernährung
- Mangel an sozialen Kontakten
- Familiäre Konflikte
- Niedergeschlagenheit
- Aggressionen
- Fehlen sozialer Kontrolle
- Antriebslosigkeit



- Guter familiärer Zusammenhalt
- Mehr Zeit füreinander
- Klare Alltagsstrukturen
- Rituale
- Kleine Auszeiten für jeden
- Aktives Zuhören
- Ansprüche reduzieren
- Entschleunigung

des Glaubens an sich selbst und der eigenen Bedeutung für eine lebenswerte zukünftige Welt schlägt sich nicht selten in unterschiedlichsten somatoformen Erkrankungszuständen nieder. Auf den Stationen der Kinderkliniken gehören mit steigender Tendenz auch psychosomatische Schmerzzustände zum Klinikalltag. Aus all diesen Grün-

Negativrekord erzielte das Tabuthema »Häusliche und sexuelle Gewalt«. Erhöhter Leidensdruck, mitverursacht durch den Lockdown, führte gerade in ärmeren Familien und bei Allein-erziehenden zu enormen Belastungen. Diese Gruppen waren oft ohne externe Unterstützungssysteme auf sich allein gestellt und lebten in prekären finan-

Kompensationsstrategien entwickelt, Resilienz bewiesen und einiges dazu-gelernt. Von einer »Lost-Corona-Genera-tion« kann also nicht die Rede sein. Oft wird in Fachartikeln die »Drei-Drit-tel-Regel« zitiert: Ein Drittel der jungen Generation überstand die Pandemie zu größten Teilen schadlos. Ein Drittel zeigte temporäre Beeinträchtigungen des Wohlbefindens, kompensierte diese aber mit familiärer und sozialer Unter-stützung. Für ein Drittel jedoch führte sie zu massiver Verschlechterung der ohnehin schon vorbelasteten seelischen Gesundheit, und zahlreiche Betroffene fühlen sich mit ihren Nöten weiterhin allein gelassen.

Bedrohlich wirkt die Macht der Social Media, der sich insbesondere Mädchen oft nur schwer entziehen können.

den werden die Themen »Depressio-nen und Suizidalität«, »Schulangst«, »Psychosomatische Erkrankungen« und »Selbstverletzendes Verhalten« in Einzelbeiträgen besprochen werden.

Manche der Jugendlichen versuchen, durch krank machende Ernährungsgewohnheiten einen Teil der Selbstkon-trolle über das aus den Fugen geratene Leben zurückzuerobern. Die einen mit übersteigertem Nahrungskonsum, der sich oft in massiver Gewichtszunahme niederschlägt, begünstigt durch die fehlende körperliche Betätigung – nicht selten beschränkt auf das Bewegen der Finger auf dem Smartphone. Andere gleiten ins Gegenteil ab und beginnen, mit zwanghaften Abmagerungsritua-len, übersteigerten Fitness- und Body-building-Aktivitäten die Kontrolle über den eigenen Körper, ihr Gewicht und ihre Position in der Familie zu bestim-men. Auf diese Phänomene ist unsere Aufmerksamkeit in der Folge über »Ess-störungen – Anorexie und Adipositas« gerichtet.

Einen weiteren erschütternden

ziellen Verhältnissen mit wenig Wohn-raum und Natur in der Nähe. Die Eltern waren häufig selbst psychisch vorbelas-tet, suchtkrank oder von Arbeitslosig-keit bedroht. Dies alles führte deutlich häufiger zu familiären Konflikten. Zum Teil brachiale und seelische Gewaltaus-brüche trafen schwächste Familienmit-glieder; vielfältige Traumatisierungen waren die Folge. Die plötzlich fehlende soziale Kontrolle durch Schule, Verei-

WORAN FEHLT ES, WAS KANN WEITERHELFFEN?

Wir leben in einem Land, in dem wir von politisch Verantwortlichen oft hören, dass Kinder unsere Zukunft seien, Bildung unser höchstes Gut und kein Kind verloren gehen dürfe. Es schreit also nach klugen und pragma-tischen Lösungen. Schließlich handelt

Nur wenn die vielfältigen individuellen Potenziale jedes einzelnen Kindes ausgeschöpft werden, ist ge-winnbringendes Lernen möglich.

ne, Nachbarn oder den sozialen Dienst der Jugendämter verschärfte die Lage zusätzlich. Den »Traumatisierungen im Kindes- und Jugendalter« wird ein eigener Beitrag gewidmet sein.

Glücklicherweise haben sich viele Schüler:innen sowie deren Eltern und Lehrkräfte in diesen anspruchsvollen Zeiten wacker geschlagen, kreative

es sich um diejenige Generation, die für unsere überalternde Bevölkerung ausreichend Steuern erwirtschaften, unseren bisherigen Wohlstand sichern soll. Uns Älteren bleibt nicht nur die Hoffnung, sondern auch die Pflicht, lautstark dafür einzutreten, dass in unseren Bildungs- und Gesundheitsmi-nisterien das Recht auf eine ungestörte



3 Hilfen und Lösungsansätze zur körperlichen und seelischen Stärkung

und harmonische Entwicklung von Physis und Psyche aller Heranwachsenden das oberste Bildungsziel sein muss! Nur wenn die vielfältigen individuellen Potenziale jedes einzelnen Kindes ausgeschöpft werden, ist gewinnbringendes Lernen möglich. So entsteht für jeden Einzelnen selbst und damit auch für die Gesellschaft der größtmögliche Nutzen. Diese Erkenntnis darf nicht in wohlformulierten Leitgedanken ein theoretisches Dasein fristen, sondern muss ständig überprüft und der aktuellen gesellschaftlichen Lage und dem Schulalltag angepasst werden. Parallel zur notwendigen digitalen Entwicklung müssen wir gesellschaftliche Grundwerte vorleben und lehren, um der zunehmenden Automatisierung der äußeren Welt sinngebende und erstrebenswerte Inhalte entgegenzusetzen, nach denen so viele Heranwachsende dringend suchen. Mehr denn je braucht es spürbare sinnliche Erfahrungen, Auseinandersetzungen mit der Natur, das Erleben der eigenen Grenzen im positiven wie im negativen Sinn, Werte wie Herzensbildung und Dankbarkeit, die Suche nach dem Sinn des Lebens mit seinen spirituellen Fragen, Freude am sozialen Miteinander, damit der Glauben an sich selbst mit den eigenen Fähigkeiten und Möglichkeiten entdeckt und gestärkt werden kann. Es wird erhöhte finanzielle Aufwendungen für Bildung brauchen, die nicht nur in digitale Aufrüstung fließen, sondern gleichwertig in den Einsatz multiprofessioneller Teams im Schulalltag aus Schulsozialarbeit, Schulpsychologie, Fachkräften für Kunst, Musik,

Sport, Tanz und Theater investiert werden sollten. Sie ermöglichen selbstwirksame und Selbstvertrauen schaffende Erlebnisse, die vielen so dringend fehlen. Das Wiedererleben der eigenen kreativen Schaffenskraft, die Freude an unterschiedlichen Bewegungsarten und sozialen Erlebnissen – ob in künstlerischen, sportlichen, musikalischen, gesellschaftlichen Projekten – stärken und vermitteln das gute Gefühl einer zurückeroberten Selbstwirksamkeit durch effektive Eigeninitiative.

Doch auch wir, die als Fachleute oder Eltern unseren Heranwachsenden Unterstützung und Halt geben, dürfen

unsere eigene Gesundheit nicht vergessen. Selbst Vorbild sein, anderen Mut machen, im Leben einen positiven Sinn sehen, der Lebensfreude und Lust auf die Zukunft vermittelt, kostet viel Kraft (vgl. unter anderem die Serie »Resilienz im Lehrberuf«, PÄDAGOGIK 1–7/23).

Ich wünsche Ihnen für Ihre wertvollen und schönen Aufgaben mit unseren Kindern und Jugendlichen alles Gute. Hören Sie rechtzeitig deren Notsignale, und sensibilisieren Sie auch andere dafür, damit wir gemeinsam Lösungswege und Handlungsansätze für einen positiven Umgang mit den großen Herausforderungen dieser Zeit finden mögen.

LITERATUR

- www.spiegel.de/panorama/gesellschaft/kindeswohlgefaehrungen-jugendaemter-melden-mehr-als-62-000-faelle-hoechststand-a-d43c63fa-9144-47eb-a8cd-96167e1be4e4 (zuletzt abgerufen am 19.09.2023).
- www.der-paritaetische.de/themen/sozial-und-europapolitik/armut-und-grundsicherung/armutsbericht-2022-aktualisiert/ (zuletzt abgerufen am 19.09.2023).
- www.tagesschau.de/inland/gesellschaft/schulkinder-dak-studie-100.html (zuletzt abgerufen am 19.09.2023).
- www.tagesschau.de/inland/jugend-in-der-krise-101.html (zuletzt abgerufen am 19.09.2023).
- <https://saez.ch/article/doi/saez.2023.22005> (zuletzt abgerufen am 19.09.2023).
- www.kiggs-studie.de/ergebnisse.html (zuletzt abgerufen am 19.09.2023).
- www.uke.de/kliniken-institute/kliniken/kinder-und-jugendpsychiatrie-psychotherapie-und-psychosomatik/forschung/arbeitsgruppen/child-public-health/forschung/copsy-studie.html (zuletzt abgerufen am 14.09.2022).
- Springmann-Preis, S. (Hrsg.) (2023): Notsignale aus dem Klassenzimmer. Hilfen und Lösungswege gemeinsam finden. Paderborn: Brill | Schöningh.

SIGRID SPRINGMANN-PREIS ist Sonderpädagogin und seit 2010 Mitglied der Schulleitung in einem Sonderpädagogischen Bildungs- und Beratungszentrum für Schüler:innen in längerer Krankenhausbehandlung in Lörrach.

✉ springmann-preis@eks-loerrach.de