



Unsere Kinder in der Krise

Psychische Erkrankungen zählen zu den größten Public Health Herausforderungen in den WHO-Regionen und belasten fast ein Viertel der Gesamtbevölkerung. Auch Kinder und Jugendliche sind stark betroffen.

Das Jugendalter ist eine speziell vulnerable Phase im Leben, verbunden mit vielen körperlichen, entwicklungspsychologischen und sozialen Veränderungen und Herausforderungen. Daher ist es nicht erstaunlich, dass sich rund 50 % aller psychischen Erkrankungen bis zum 14. Lebensjahr erstmalig zeigen. Bis zum 25. Lebensjahr, also dem jungen Erwachsenenalter, treten dann bis zu 75 % aller psychischen Erkrankungen auf.

Schon lange gibt es international gesichertes Wissen über die Häufigkeit von kinder- und jugendpsychiatrischen Erkrankungen. Die Literatur spricht von 15 bis 20 % an psychischen Erkrankungen bei jungen Menschen von Kleinkindalter bis zum 20. Lebensjahr. Davon zeigen

sich bei 8 bis 14 % der Kinder und Jugendlichen eine Symptomatik, bei der möglichst rasch mit Diagnostik und Behandlung begonnen werden sollte.

Auf Österreich umgelegt lassen diese Ergebnisse aus internationalen Studien Schätzungen zu, dass von den ca. 1,73 Millionen Menschen unter 19 Jahren rund 250.000 psychisch belastet sind und sowohl Diagnostik als auch Behandlung bräuchten.

COVID-19 als globaler Stressfaktor

Die Jahre der Coronakrise 2020, 2021 und auch 2022 hatten Folgen für die Psyche und Lebensqualität aller Menschen. Kinder und Jugendliche waren je nach Lebenssituation und Alter besonders

stark betroffen. Elementare Entwicklungsschritte wie die Abnabelung vom Elternhaus, die Ausweitung des persönlichen Bewegungsradius, die Identitätsfindung innerhalb einer selbstgewählten sozialen Peergruppe, das Erkunden von romantischer Liebe und Sexualität sowie das Erleben von Kompetenzerwerb und Selbstwirksamkeit waren vielfach erschwert und häufig sogar verunmöglicht. Stattdessen machten sich vielfach Einsamkeit, Hoffnungslosigkeit und Ängste breit.

Studienlage Corona und Psyche

Zahlreiche österreichische Studien untersuchten die Auswirkungen der COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen ge-

nauer. 55 Prozent der im Rahmen einer Studie der Donau-Universität Krems in Kooperation mit der Medizinischen Universität Wien befragten Jugendlichen ab 14 Jahren zeigten depressive Symptome. Fast die Hälfte berichtete von Ängsten, 16 Prozent hatten entweder täglich oder an mehr als der Hälfte der Tage suizidale Gedanken. Zwei Drittel der befragten 6- bis 18-Jährigen einer Studie aus Salzburg gaben an, dass es ihnen seit der COVID-19-Krise schlechter ginge als zuvor. Auch die Situation der Lehrlinge, die immerhin ein Drittel der 15-Jährigen österreichweit ausmachen, wurde untersucht und zeigte starke Belastungen mit erhöhter depressiver Symptomatik, Angst- und Schlafstörungen oder auch Symptomen einer Essstörung.

Geschlechtsspezifische Unterschiede

Mädchen und junge Frauen litten nochmals stärker. In der COVID-19-Kinderstudie der Tirolkliniken ließen sich geschlechtsspezifische Unterschiede nachweisen. Schon 2020 schienen Mädchen die Belastung stärker zu spüren als Buben. Mädchen und jungen Frauen gaben auch in den Befragungen der Uni Salzburg und der Donau-Uni Krems stärkere Belastungen an als die auch stark belasteten männlichen Teilnehmer. Hier lagen die angegebenen Symptome speziell im Bereich depressive Verstimmung, Angst- und Schlafstörungen.

Suizidalität

Im Rahmen eines Projektes zum Monitoring der psychosozialen Gesundheit des Sozialministeriums (BMSGPK) waren seit Beginn des Jahres 2021 deutliche Hinweise auf eine Zunahme an Suizidgedanken und Suizidversuchen, vorwiegend bei Mädchen und jungen Frauen, zu verzeichnen. Dies deckt sich mit Befunden aus nationalen und internationalen Studien. Im Gegensatz dazu wurde bis Ende 2021 kein allgemeiner Anstieg der tatsächlichen Suizidraten beobachtet. Die Zahlen von 2022 sind in Auswertung und angesichts der nach wie vor hohen psychischen Belastung, die sich durch den Krieg in Europa, die Energie- und Klimakrise, die Teuerung nochmals erhöht hat,

werden die Entwicklungen 2023 genau beobachtet.

Hürden in der psychosozialen Versorgung Fehlendes leistbares psychosoziales Angebot und lange Wartezeiten:

Seit vielen Jahren ist bekannt, dass die psychosoziale Gesundheitsversorgung von Kindern und Jugendlichen in Österreich viel mehr Ressourcen bräuchte, als ihr von der öffentlichen Hand zur Verfügung gestellt werden. Jugendliche selbst gaben z. B. in der MHAt-Studie an, sie würden gerne Beratung und Behandlung erhalten, aber sie wüssten entweder nicht wie und wo oder es gäbe nur kostenpflichtige Angebote. Durch die Corona-Pandemie gerieten lange Wartelisten auf Therapieplätze, überfüllte Kinder- und Jugendpsychiatrien, ausgebuchte Ambulatorien in die Medien und die Probleme in der psychosozialen Versorgung rückten dadurch auch vermehrt ins öffentliche Bewusstsein.


Unterschiede in der sozioökonomischen Ausgangslage: Soziale Ungleichheit spiegelt sich bei der Inzidenz psychischer Erkrankungen wider. In Familien mit geringen sozioökonomischen Ressourcen, sprich Familien mit weniger Geld, zeigen Kinder 2,5 Mal öfter psychische Auffälligkeiten als Kinder in Familien mit größeren sozioökonomischen Ressourcen. Das hat vielfältige Gründe, die von erhöhtem Stress bis zu aus Kostengründen nicht behandelten Krisen reichen. Es herrscht in Österreich ein großes Ungleichgewicht im Zugang zu diagnostisch-therapeutischer Versorgung. Das gilt sowohl für die Angebote, die in Österreich regional sehr ungleich verteilt sind, z. B. gibt es zu wenige Angebote außerhalb der Ballungszentren, als auch für die nach wie vor sehr unterschiedlichen Kassenleistungen – hier sind Psychotherapie sowie klinisch-psychologische Diagnostik betroffen. Nach wie vor fehlt auch die psychologische Behandlung auf e-card.

Angst vor gesellschaftlichem Stigma als Hürde zur frühzeitigen Behandlung: Die Corona-Pandemie hat neben vielfachen Belastungen auch positive Entwicklungen gebracht. Das gesell-

schaftliche Tabu rund um psychische Krisen ist geringer geworden. Über Ängste oder Depression zu sprechen fällt leichter als noch vor einigen Jahren. Das Stigma von psychologischer/psychotherapeutischer Behandlung ist geringer geworden.

Die Politik erkennt die Krise

Die Politik bemüht sich mittlerweile, gerade für junge Menschen Projekte zur psychischen Unterstützung auf den Weg zu bringen. Telefonberatung, Schulpsychologie und Schulsozialarbeit wurden aufgestockt, digitale Beratungen unterstützt, das Projekt GadK, Gesund aus der Krise, ins Leben gerufen. In diesem Projekt finanziert das Sozialministerium bis Anfang 2024 psychotherapeutische oder psychologische Hilfe für junge Menschen in ganz Österreich. Ein anderes Projekt ist TOPSY, die psychosoziale Toolbox. Mittels Hintergrundwissen zu psychischer Gesundheit und praktischen Übungen sollen Menschen ohne einschlägige psychosoziale Ausbildung wie z. B. Jugendarbeiter:innen in der Arbeit mit belasteten Kindern und Jugendlichen unterstützen.

Dennoch bräuchte es noch viel mehr: Wichtig wäre jetzt, dass in Österreich die Weichen gestellt werden, um alle Kinder und Jugendlichen in psychischen Krisen schnell, unkompliziert, professionell und kostenfrei geholfen wird. 

<https://gesundausderkrise.at/>
[www.kinderjugendgesundheit.at/
themenschwerpunkte/topsy/](http://www.kinderjugendgesundheit.at/themenschwerpunkte/topsy/)



CAROLINE CULEN,

Klinische und Gesundheitspsychologin, Geschäftsführerin der Österreichischen Liga für Kinder- und Jugendgesundheit