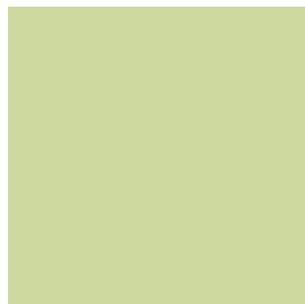


KINDER & JUGENDLICHE IN DER CORONA-PANDEMIE: ENTWICKLUNGSRISIKEN UND MÖGLICHE COPING- STRATEGIEN

Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne



EVIDENZ AUS DER FORSCHUNG ZU HÄUFIGKEITEN VON PSYCHISCHEN BELASTUNGEN UND STÖRUNGEN

Studie	Alter/ Klassenstufe	Symptome/ Erkrankung	Häufigkeiten
Xie et al. (2020)	Grundschüler	Depression Angststörung	22,6% 18,9%
Tang und Ying (2020)	Schüler d. weiterführende Schule	Depression Angststörung	26,3% 29,8%
Zhou et al. (2020)	12-18-Jährige	Symptome einer Depression, einer Angststörung, kombiniert	43,7% 37,4% 31,3%
Wang et al. (2020)	Kein Alters- beschränkung	Psychische Belastungen Depressive Symptome (schwer) Angstsymptome (schwer)	54% 31% (4,3%) 36% (8,4%)

HÄUFIGE PROBLEMBEREICHE VON KINDER UND JUGENDLICHEN UND SUIZIDALITÄT IN DER PANDEMIE (SELBSTBERICHT, ZHOU ET AL. 2020)

- wenig Interesse oder Spaß, etwas zu tun
- Gefühl der Müdigkeit und fehlenden Energie
- keinen Appetit oder Heißhunger
- sich nervös fühlen
- ängstlich zu sein
- sich zu viele Gedanken über verschiedene Dinge zu machen
- Sorgen um die Erkrankung einer nahestehenden Person
- Keine Zunahme der Suizidrate in der ersten Phase des Lockdowns in high-income Länder über die gesamte Altersspanne (Pirkis et al. 2021), jedoch bei weiblichen Jugendlichen (Gracia et al. 2021)



THEMENFELDER: CORONA UND SCHULE

- Bisherige Konsequenzen: Schulschließungen bzw. Wechselunterricht und Distanzunterricht führen zu geringerer „Bildungszeit“, weniger soziale Kontakte (sowohl zu Mitschülern als auch zu den Lehrkräften)
- **Homeschooling: Starke Belastungen für Eltern in Deutschland**
Thorell et al. 2021 (in Klammern für Kinder mit psychischen Erkrankungen)

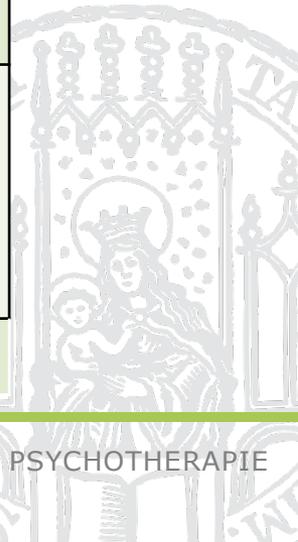
	UK	Schweden	Spanien	Deut- schland
Qualität des HS ist sehr schlecht	14,6% (30,5%)	8% (14,7%)	31% (37,6%)	17,9% (26,1%)
Negative Effekt auf das Kind	22,2% (33,3%)	17,4% (34%)	23,4% (32,4%)	27,6% (37,2%)
Negative Effekt für Eltern	36,8% (56,6%)	11,1% (32,8%)	38,5% (48,8%)	36,6% (53,9%)
Stress für Eltern durch zusätzliche Arbeit	58,5% (69,5%)	14,2% (40,1%)	56,8% (71,2%)	57,2% (62,2%)



THEMENFELDER: CORONA UND SCHULE

- **Homeschooling: Wie wird es im europäischen Vergleich umgesetzt? (Thorell et al. 2021)**

	UK	Schweden	Spanien	Deutschland
Kontakt zu Lehrern (z.B. webinar)	4,4%	30%	12%	5%
Kontakt zu Mitschülern (kleine Arbeitsgruppen)	3%	13%	11,7%	6,3%
Selbststudium	48,4%	43,3%	43,6%	54,5%
Kontakt zu Eltern (z.B. Unterstützung beim Hausaufgaben)	45%	15,3%	37,3	34%



THEMENFELDER: CORONA UND FAMILIE

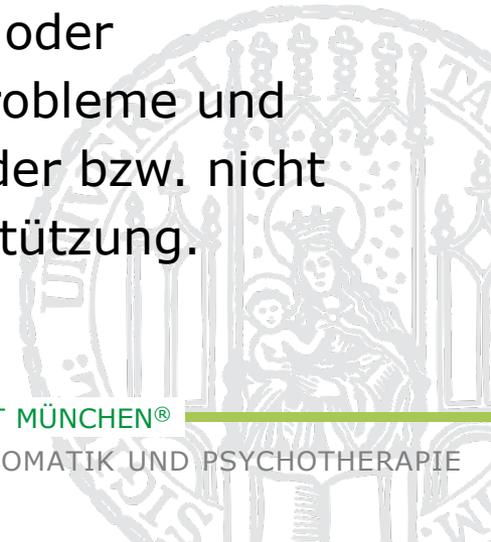
- Bisherige Konsequenzen:
 - Eltern kümmern sich um die Tagesstruktur des Kindes, Unterstützen bei der Durchführung des Online-Unterrichts, helfen bei den Hausaufgaben.
 - Durch Homeoffice erledigen Eltern ihre Arbeit von zuhause, benötigen Arbeitsplatz ebenso wie die Kinder bei gleichzeitiger Unterstützung der Kinder.
 - Familien psychisch belastet durch Erkrankung der Eltern oder Großeltern, Belastung durch Verlust eines nahen Angehörigen.
 - Familien belastet durch die Angst, dass ein näher Angehöriger mit einem gesundheitlichen Risiko erkrankt.



THEMENFELDER: CORONA UND FAMILIE

■ Konsequenzen:

- Finanzielle Probleme der Familien (ca. 17%)
- Zunahme von Konflikten der Eltern mit ihren Kindern (ca. 41%) und der Eltern untereinander (22,5%)
- Zunahme der Nutzung digitaler Medien der Kinder um 60%
- Zunahme von Alkohol und Drogenkonsum der Eltern um ca. 6%, Gefühl der sozialen Isolation bei den Eltern (62%), bei den Kindern (67%)
- Eltern von jüngeren Kindern, insbesondere Eltern von Kindern mit psychischen Erkrankungen (ADHS, Autismus) oder Lernstörungen (Dyslexie) berichten über mehr Probleme und Belastungen im täglichen Leben, 60% von fehlender bzw. nicht mehr angebotener spezifischer schulischer Unterstützung.



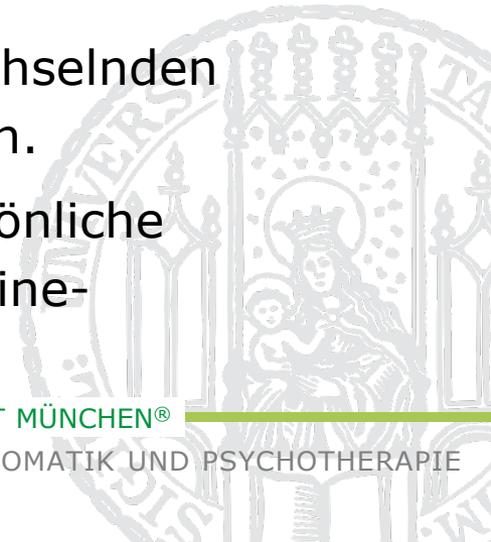
THEMENFELD: SOZIALE KONTAKTE

- Bisherige Konsequenzen während der Lockdown:
 - Eingeschränkte Kontakte:
 - Keine Spielmöglichkeiten bei Klein- und Grundschulkindern, kein Kontaktsport oder Hallensport,
 - keine gemeinsamen Geburtstagsfeiern....
 - Zunahme Online-Mediennutzungszeit-
 - erhöhte Gefahr für Bullying, sexueller Ausbeutung
 - Kinderpornographie-Zunahme der Delikte laut Eurpol seit Beginn der Pandemie



THEMENFELD: KRANKENVERSORGUNG

- Bisherige Konsequenzen:
 - Bettensperrungen und Einsatz von ärztl. Fachpersonal der KJP zugunsten von ad hoc eingerichteten Coronastationen. Einsatz von Pflegepersonal der KJPs auf Coronastationen.
 - Besuchseinschränkungen bzw. Untersagung bei Patienten in der stationären Versorgung.
 - Verunsicherung des Therapieteams im Umgang mit Patienten, Angehörigen, verändertes Arbeitsumfeld z.B. durch permanentes Tragen von Masken.
 - Schließung von Tageskliniken wg. der täglich wechselnden Patientenkontakten mit weiteren Kontaktpersonen.
 - Einschränkung der ambulanten Versorgung (persönliche Diagnostik und Behandlung) zugunsten einer Online-Beratung/Therapie.



THEMENFELD: KRANKENVERSORGUNG

- Bisherige Konsequenzen:
 - Unterbrechung bzw. Verzögerung der stationären Jugendhilfemaßnahmen im Anschluss an die stationäre Versorgung.
 - Weniger ambulanten Hilfen, Kontaktreduktion bzw. -abbruch zu den Familien (z. B. Missbrauch wird weniger entdeckt).
 - Verstärkung der Behandlungsverzögerung durch Vermeiden von Kontakten zu Praxen oder Kliniken.
 - Zunahme von selbstverletzendem Verhalten (Stressregulation) und der Suizidgedanken und -versuche wegen z.T. fehlender oder nicht ausreichender Behandlung



PSYCHISCHE ERKRANKUNGEN BEI KINDERN UND JUGENDLICHEN: PERSPEKTIVE DER KJP KLINIKEN IN EUROPA (REJET ET AL. 2021)

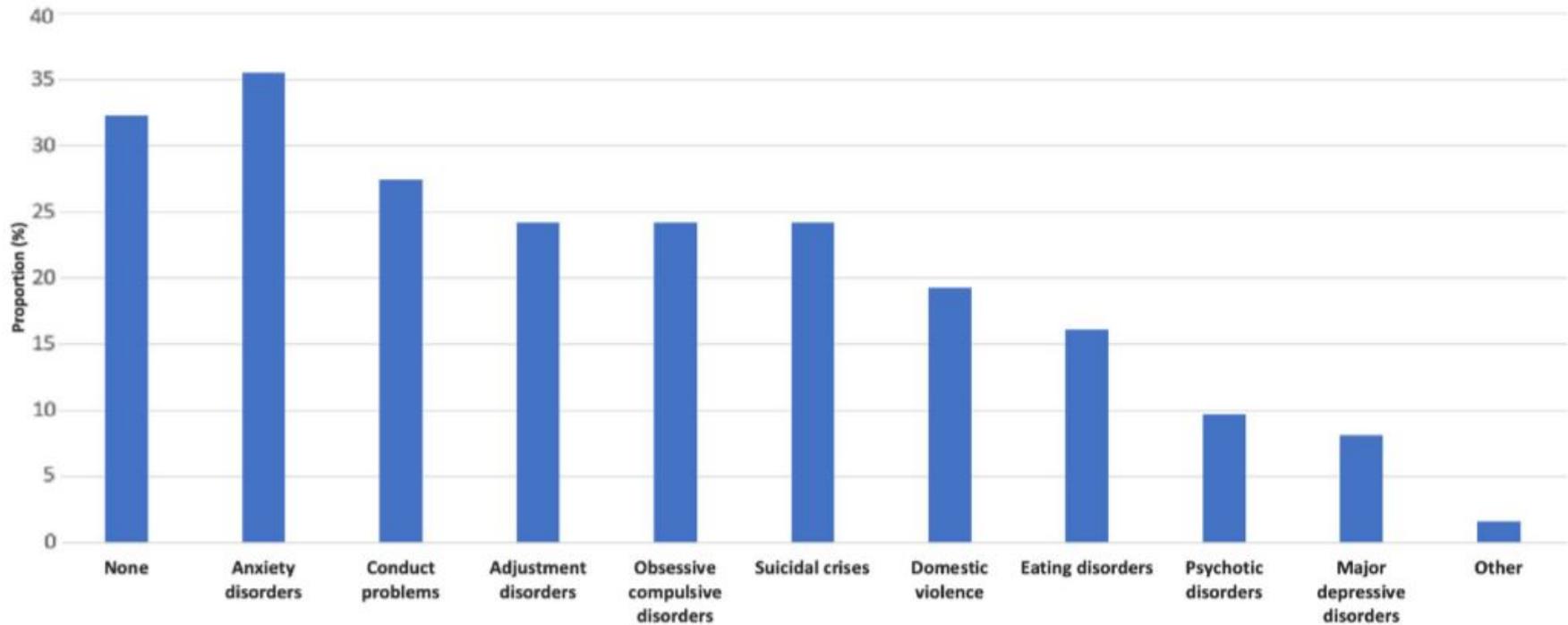
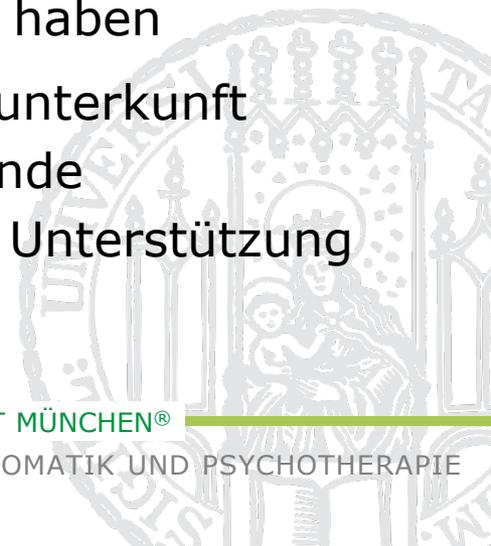


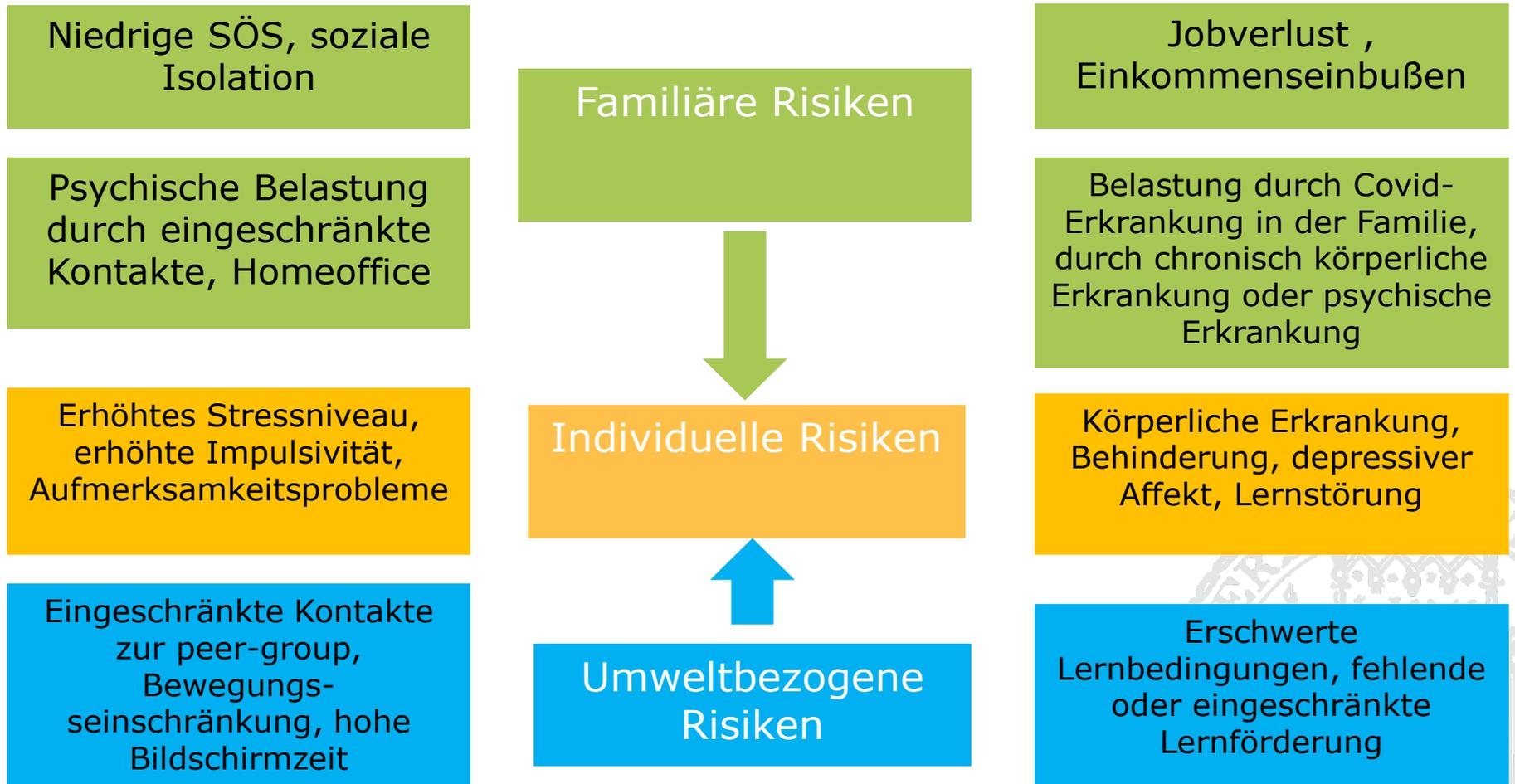
Fig. 1 Disorders reported by heads of child and adolescent services as showing an increase in the amount of cases (Compared with before the pandemic, is there a percentage increase in the amount of cases you and your team are seeing for the below disorders? $n = 59$)

RISIKOGRUPPEN

- Kinder psychisch kranker Eltern
- Kinder mit einer Behinderung (z.B. geistigen Behinderung: Folgen der Pandemien z.B. die Einschränkungen sind schwer zu verstehen, Ängste im Alltag, vor der Zukunft; höherer Risiko für Misshandlung)
- Kinder aus Familien mit einem niedrigen SÖS
- Kinder mit einer psychischen Erkrankung (Reduktion der Versorgung, Aus- bzw. Wegfall von Therapie)
- Kinder, die zuvor Misshandlung und Missbrauch erlebt haben
- Unbegleitete minderjährige Flüchtlinge (in Flüchtlingsunterkunft schwierig die Hygienebedingungen umzusetzen, fehlende medizinische Diagnostik und (psycho)-therapeutische Unterstützung)



MODELL FÜR DIE ERHÖHUNG VON ERKRANKUNGSRISIKEN FÜR KINDER UND JUGENDLICHE IN DER CORONAPANDEMIE



MAßNAHMEN

KLINIKUM DER UNIVERSITÄT MÜNCHEN®

KLINIK UND POLIKLINIK FÜR KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE, PSYCHOSOMATIK UND PSYCHOTHERAPIE



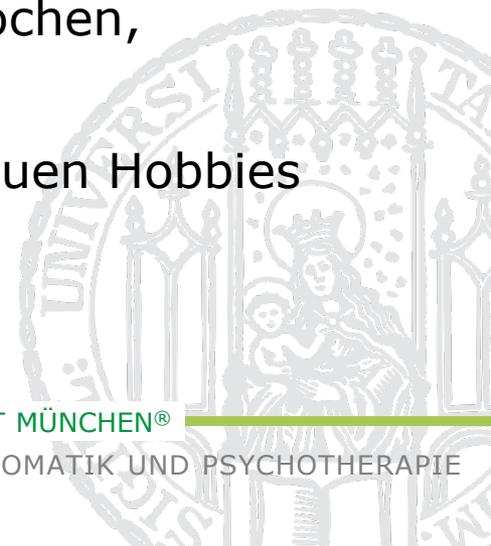
AUFKLÄRUNGSMABNAHMEN/PRÄVENTION

- Klare und direkte Ansprache und Information für Kinder und Jugendliche über die Pandemie und die Folgen ist wichtig für die Umsetzung der Hygienemaßnahmen und aktuell der Umsetzung der Teststrategie in Kindergärten und Schulen.
- Aufklärung und Information (Tipps) für Eltern zu den Herausforderungen der Pandemie im Umgang etc. mit ihren Kindern, zum Umgang mit Stress, mit Ängsten der Kinder, mit.....
- Informationen über bestehende und neue Hilfsangebote für Kinder, Jugendliche und Eltern
- Aufklärung über telemedizinische und telepsychotherapeutische Angebote und Umsetzung zuhause.



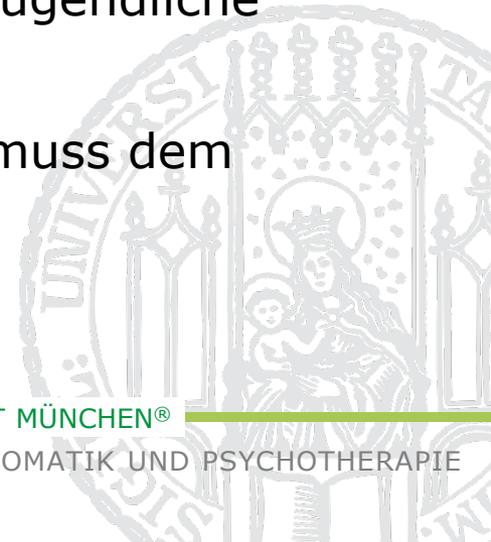
WAS HILFT IN DER PRÄVENTION? (U.A. ZHOU ET AL. 2020, DVORSKY ET AL. 2020)

- Wissen über COVID-19 (evidenzbasiert, Fehlinformationen können zur Zunahme von Stress und psychischer Belastung führen)
- Positive und optimistische Einstellung gegenüber der Entwicklung der COVID-19-Epidemie ist ein Schutzfaktor gegen depressive und ängstliche Symptome
- Körperliche Aktivierung
- Ressourcenaktivierung:
 - Gemeinsame Aktivitäten in der Familie (Spiele, Kochen, gemeinsames Essen, Puzzle, ...),
 - Steigerung eigener Aktivitäten: Entdecken von neuen Hobbies (Fotographie, Malen, Singen, Instrument spielen)
 -



VERSORGUNGSFRAGEN

- Psychosoziale Netze, die in Pandemie nur eingeschränkt zur Verfügung stehen, aktivieren.
- Vermeidung von Kontakten zum Gesundheits- und Hilffssystem aufgrund von Ängsten der Kinder und/oder der Familie durch Aufklärung entgegen wirken.
- Frühzeitiges Erkennen von psychischen Belastungen und Erkrankungen verbessern
- Niederschwellige Präventions- und Hilfsangebote für Jugendliche weiter ausbauen.
- Ambulante, teilstationäre und stationäre Versorgung muss dem Versorgungsbedarf dringend angepasst werden.



PRÄVENTION: CORONA-UND-DU.INFO - JUGENDSEITE

Inhalt

Für: Jugendliche Eltern

Corona und Du

- Zu Instagram
- Willkommen
- Was Dich erwartet

Die Welt steht Kopf

- Alles anders: Das Leben seit Corona
- Wie sich die Corona-Zeit auf uns auswirken kann

Corona und Du

• Infoportal zur psychischen Gesundheit für Kinder und Jugendliche

Ein Projekt der Kinder- und Jugendpsychiatrie des LMU Klinikums München in Partnerschaft mit der Beisheim Stiftung

PRÄVENTION: CORONA-UND-DU.INFO - JUGENDSEITE

Die Welt steht Kopf

- Alles anders: Das Leben seit Corona
- Wie sich die Corona-Zeit auf uns auswirken kann

Positive Botschaften

- Mach mit!

Was Dir jetzt helfen kann

- Langeweile in der Corona-Zeit? Bleib aktiv!
- Gute Gedanken tanken: Tipps und Übungen für eine positive Einstellung
- Stress: Was Du darüber wissen solltest und wie Du mit ihm umgehen kannst
- Move it! Warum Sport und Bewegung jetzt besonders wichtig sind
- Besser schlafen: So klappt es

etwas für Deine Stimmung zu tun.

Diese 10 Tipps und Tricks helfen Dir dabei.

1. Ab an die frische Luft! +
2. Finde die richtige Sportart +
3. Abstand halten +
4. Locker bleiben +
5. Mach mal Pause +
6. Übertreibe es nicht +
7. Step by Step +
8. Gesagt, getan +
9. Get together +
10. Sound on! +

PRÄVENTION: CORONA-UND-DU.INFO - JUGENDSEITE

Think positive



Schreib einen Glückszettel.

In welcher Situation warst Du mal so richtig glücklich? Versuch Dich daran zu erinnern. Es kann ein schönes Erlebnis, ein Ausflug oder auch ein schöner Moment mit Deinen Lieblingsemenschen oder Deiner Familie gewesen

Think positive



Trau Dich, etwas zu genießen.

Nimm Dir heute mal Zeit, etwas ganz bewusst zu genießen. Etwas, das Du normalerweise schnell und ohne drüber nachzudenken erledigst. Iss zum Beispiel Dein Abendessen etwas langsamer und genieße es. Oder versuche bewusst das Duschen zu genießen.

Überleg Dir danach: Was ist der Unterschied, wenn Du etwas mit oder ohne Genuss tust.

PRÄVENTION: CORONA-UND-DU.INFO -ELTERNSEITE

Corona und Du

Infoportal für Eltern: Tipps zur Förderung der psychischen Gesundheit Ihres Kindes!

Ein Projekt der [Kinder- und Jugendpsychiatrie des LMU Klinikums München](#) in Partnerschaft mit der [Beisheim Stiftung](#)

● Spezifische Corona-Tipps

Denken Sie dran: Nobody is perfect	+
Unterstützen Sie Ihr Kind beim Umsetzen der Hygienemaßnahmen	+
Zuhören und miteinander reden	+
Vermitteln Sie Stabilität	+
Schaffen Sie ein Wohlfühlambiente	+
Begrenzen Sie die Medienzeiten	+
Ermuntern Sie Ihr Kind, Ihnen Fragen zu stellen	+

Unterstützen Sie Ihr Kind aktiv

- Was Sie tun können
- So hören Sie besonders gut hin
- So reduzieren Sie Konflikte mit Ihrem Kind
- So reduzieren Sie Konflikte mit Ihrer Partnerin/Ihrem Partner
- Nehmen Sie sich Zeit für Ihr Kind!
- So fördern Sie Selbstständigkeit
- So etablieren Sie klare Familienregeln und Konsequenzen
- So stärken Sie die positiven Beziehungen Ihres Kindes
- So unterstützen Sie Ihr Kind dabei, Stress abzubauen

Weitere Tipps

- Spezifische Corona-Tipps

● So reduzieren Sie Konflikte mit Ihrem Kind

Das ist die Lage:

Familien verbringen während der Corona-Pandemie deutlich mehr Zeit miteinander. Ganz normal, dass es öfter zu Konflikten kommt. Es ist nicht möglich und auch gar nicht sinnvoll, Konflikte mit Ihrem Kind generell zu vermeiden. Man kann und sollte sie jetzt aber reduzieren, so gut es geht. Vor allem kommt es darauf an, wie Sie damit umgehen!

Das können Sie tun:

- Fragen Sie sich, welche Reibereien nicht so wichtig (z.B. Kleinigkeiten, die schon länger her sind) und welche notwendig für das Wohlergehen und die Sicherheit des Kindes sind.
- Ignorieren Sie Reibereien, die nicht so wichtig sind. Setzen Sie sich mit den wirklich wichtigen Konfliktpunkten auseinander.
- Gemeinsam an Konflikte und Probleme heranzugehen, macht stark. Helfen Sie Ihrem Kind dabei, die Konflikte selbst zu lösen. Es hilft

Unterstützen Sie Ihr Kind aktiv



Anlaufstellen

● Anlaufstellen für Kinder und Jugendliche

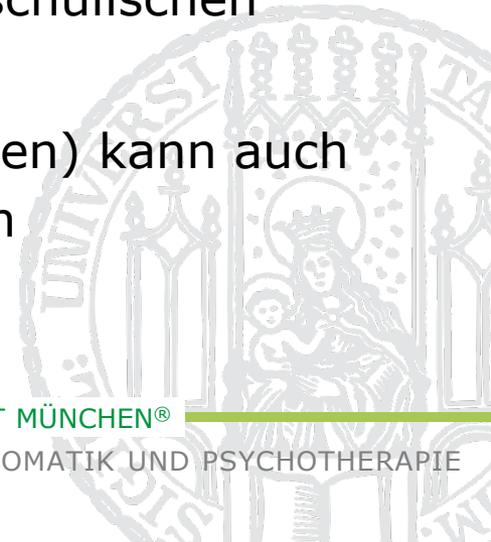
Wo Eltern Beratung und Unterstützung finden:
Wenn Sie spüren, dass die psychische Belastung bei Ihrem Kind oder bei Ihnen zu groß wird: Holen Sie sich professionelle Hilfe. Das gilt insbesondere dann, wenn es zu Gewalt innerhalb der Familie kommt.

Die entsprechenden Informationen zu spezifischen Anlaufstellen für Ihre Kinder finden sie auch hierunter:
[Kinder- und Jugendseite](#)

[Anlaufstellen und Seelsorge \(telefonische Beratung, Beratung per Mail, Beratung per Chat oder persönliche Beratung\)](#)
Nummer gegen Kummer, Telefon-, Mail- und Chatberatung, Telefon: 116111

GIBT ES BZW. GAB ES AUCH POSITIVE EFFEKTE DER CORONAPANDEMIE?

- Wenn Familien überausreichende Ressourcen und Resilienz verfügen, positiv können sich der höherer Anteil der gemeinsam verbrachten Zeit in Familien auswirken.
- Wegfall von vielen Terminen der Eltern kann auch stressreduzierend für die Familien sein und den Zusammenhalt der Familie fördern.
- Mehr Familienzeit kann zu einer größeren Unterstützung der Kinder führen.
- Homeschooling kann zur Entlastung bei belastenden schulischen Situationen (Mobbing ...) führen.
- Bewältigen der Herausforderungen (Stress, Belastungen) kann auch die individuelle Entwicklung stärken („Wachsen an den Herausforderungen“).



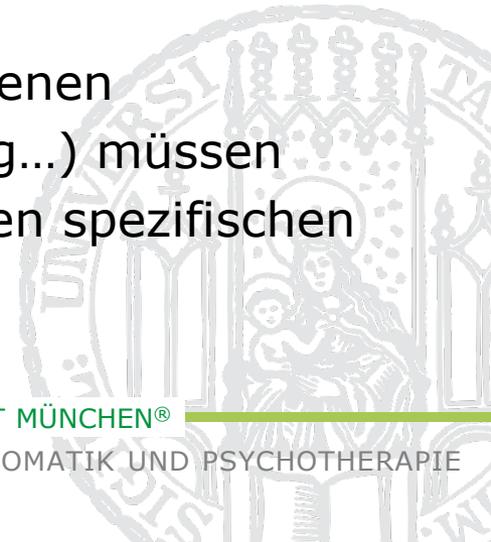
ZUSAMMENFASSUNG

- Corona bedingte Maßnahmen wirken sich auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen aus. Besonders betroffen sind Risikogruppen, jedoch zeigen sich die Folgen auch bei Kindern ohne ein Risiko.
- Homeschooling ist ein zentraler Stressor, besonders für die Eltern (ca. 40%), aber auch für die Kinder (ca. 28%).
- Gründe hierfür sind nicht ausreichende Unterstützung durch die Lehrkräfte (45%), Kinder sind sich selbst überlassen (54%), Eltern sind durch die Unterstützungsarbeit sehr gestresst (57%).



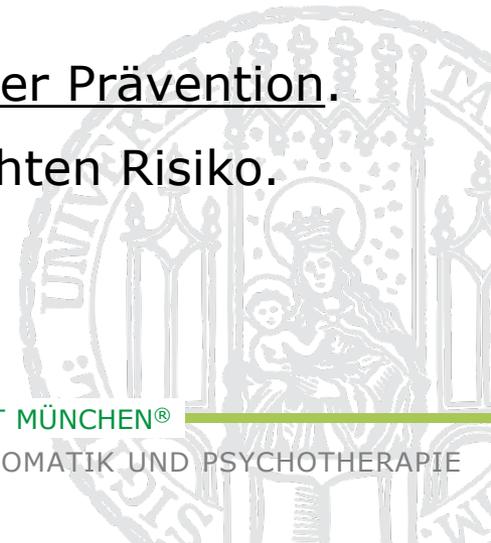
WAS SOLLTE SICH ÄNDERN?

- Schule:
 - **Schulschließungen sollten vermeiden werden**; der Online-Unterricht muss verbessert werden (z. B. mehr Kontakte der Lehrkräfte zu den Schülern); **Entlastung der Eltern**, vor allem der Eltern mit einem Kind mit psychischen Belastungen/Erkrankungen oder Lernstörungen ist notwendig.
 - Leistungsanforderungen müssen angepasst werden, Schulentwicklung muss den Unterrichtsausfall bzw. reduzierten Unterricht längerfristig berücksichtigen.
 - **Spezifische Hilfen** für Kindern in den verschiedenen Förderbereichen (Lernen, emotionale Entwicklung...) müssen ausgedehnt werden und auch für Kinder ohne den spezifischen Förderbereich verfügbar werden.



WAS SOLLTE SICH ÄNDERN?

- Krankenversorgung:
 - Schnelle und angemessene Anpassung des Versorgungsangebot an den gestiegen Bedarf im Bereich Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychiatrie in allen Teilbereichen: ambulant, teilstationär und stationäre Versorgung.
 - Erhöhung des Jugendhilfeangebots in der ambulanten und stationären Hilfen für psychisch belastete und erkrankte Kinder und Jugendliche und ihre Familien.
 - Finanzierung und Verbreitung von evidenzbasierter Prävention.
 - Fokus auf Kind und Jugendlichen mit einem erhöhten Risiko.



VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!

Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne

Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie

LMU Klinikum

Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,
Psychosomatik und Psychotherapie

Campus Innenstadt | Nußbaumstr. 5a | 80336 München

Tel. 089 4400-55900 | Fax 089 4400-55902

www.kjp.med.uni-muenchen.de

www.corona-und-du.info

KLINIKUM DER UNIVERSITÄT MÜNCHEN®

KLINIK UND POLIKLINIK FÜR KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE, PSYCHOSOMATIK UND PSYCHOTHERAPIE

