

Karin Fidler

Nach Covid



FreePik

Veränderungen in der Belastbarkeit von Jugendlichen und ihren Familien nach ‚verordneter‘ Isolation

Studien zeigen eine Zunahme von psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen während und nach der Corona-Pandemie. Es stellt sich die Frage, ob die Belastbarkeit von Jugendlichen und ihren Familien geringer geworden ist oder ob die Belastungen, die auf Jugendliche und ihre Familien einwirken, in Schwere und Anzahl zugenommen haben. Der Artikel ist ein Versuch, anhand von ausgewählten Studien einen möglichst objektiven Blick auf das Thema zu werfen.

Studienergebnisse

Ein Vergleich der Berichte der HBSC-Studien (BMSGPK) der Jahre 2018 und 2022 soll die Veränderungen vor und nach COVID zeigen. Das BMSGPK publiziert die Ergebnisse unter dem Titel „Gesundheit und Gesundheitsverhal-

ten von österreichischen Schülerinnen und Schülern“. Die Daten werden von ca. 7.000 Schüler*innen der fünften bis neunten und der elften Schulstufe – ungefähres Alter 11, 13, 15 und 17 Jahre – erhoben und alle vier Jahre ausgewertet. Hier werden einige Items, die die psychische Belastung betreffen, herausgenommen.

Diese Daten werden den Ergebnissen der explorativen Studie des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie (ÖBVP 2023), deren vorläufige Ergebnisse unter dem Titel „Die aktuellen psychischen Belastungen von Kindern und Jugendlichen in Österreich“ publiziert wurden, gegenübergestellt. An der Studie aus dem zweiten Halbjahr 2023 (also nach COVID) haben 100 Kinder- und Jugend-Psychotherapie-zertifizierte Psychotherapeut*innen teilgenommen. Sie ge-

währen damit einen detaillierteren Einblick in die Lebenswelt von betroffenen und in Behandlung stehenden Kindern und Jugendlichen.

Beschwerdelast

Ein Vergleich der Berichte der HBSC-Studien zur Beschwerdelast zeigt ein sehr klares Bild zu mehreren Beschwerdearten wie zum Beispiel: Gereiztheit, schlechte Laune, Schwierigkeiten beim Einschlafen, Nervosität, Zukunftssorgen, Niedergeschlagenheit und Angstgefühle. Soweit vergleichbar, ist die individuelle Beschwerdelast in allen Altersgruppen gestiegen (rot dargestellte Werte), wie folgende Abbildung zeigt (siehe Abb. 1).

Diese Entwicklung erscheint durch die Studie des ÖBVP bestätigt. Die Mehrheit der befragten Psychotherapeut*in-

nen arbeitet in einer privaten Praxis (90,9%; N=90), durchschnittlich behandelten die teilnehmenden Psychotherapeut*innen zwölf Kinder zum Zeitpunkt der Erhebung.

Bei durchschnittlich 71 % der behandelten Kinder und Jugendlichen wurde von den Psychotherapeut*innen eine erhöhte Belastung in den letzten zwölf Monaten festgestellt. In 56 % der Fälle äußerten dabei die Kinder und Jugendlichen selbst, dass sie eine starke Belastung in den letzten zwölf Monaten erlebten. Bei ca. 31 % der Behandelten bestehen Sorgen bezüglich Suizidalität von Seiten der Behandler*innen. In 37 % der Behandlungen werden Suizidgedanken geäußert. Bei ca. 8 % der behandelten Kinder und Jugendlichen erfahren die Behandler*innen von einem Suizid (siehe Abb. 2).

Die teilnehmenden Psychotherapeut*innen wurden auch nach den Auslösern für schwere Belastungen, Suizidgedanken oder -versuche bei den von ihnen betreuten Kindern und Jugendlichen befragt. Die Ursachen für die psychischen Belastungen reichten die Behandler*innen folgendermaßen:

- 42,2% Auswirkungen der Covid-19-Pandemie
- 41,4% schulische Probleme
- 40,4% Zunahme psychischer Erkrankungen
- 36,4% familiäre Probleme
- 28,3% Cybermobbing und Mobbing
- 26,3% mangelnde Versorgung psychischer Probleme
- 10,1% sonstige weitere Schwierigkeiten.

Bemerkenswert sind die Nennungen der Psychotherapeut*innen – mit größtenteils langjähriger beruflicher Er-

Beschwerdeart	2018			2022			Veränderungen 2018–2022	
	Mädchen	Burschen	Mittelwert	Mädchen	Burschen	Mittelwert	Mädchen	Burschen
Gereiztheit, schlechte Laune	29,7 %	19,1 %	24,4 %	44,0 %	24,7 %	34,4 %	+14,3 %	+5,6 %
Schwierigkeiten beim Einschlafen	26,7 %	19,0 %	22,9 %	32,1 %	23,2 %	27,7 %	+5,4 %	+4,2 %
Nervosität	21,1 %	13,8 %	17,5 %	35,4 %	17,6 %	26,5 %	+14,3 %	+3,8 %
Zukunftssorgen				29,2 %	16,5 %	22,9 %		
Niedergeschlagenheit	21,1 %	9,3 %	15,2 %	30,0 %	12,4 %	21,2 %	+8,9 %	+3,1 %
Angstgefühle				29,2 %	9,0 %	19,1 %		

Abb. 1: Beschwerdelast – Vergleich 2018 vs. 2022 (vgl. Felder-Puig/Maier/Ramelow 2019, S. 17; Felder-Puig/Teutsch/Ramlos/Maier 2023, S. 22)

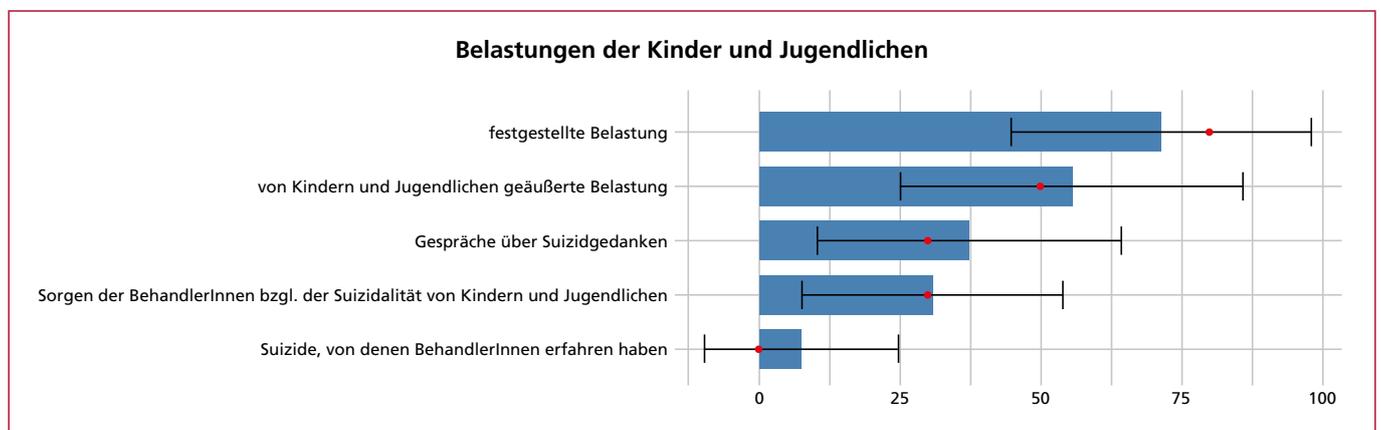


Abb. 2: Belastungen der Kinder in Prozent. Der Balken repräsentiert den Mittelwert, der rote Punkt den Median und die schwarzen Linien die Standardabweichung (vgl. Böckle/Stippl 2023, S. 5).

fahrung –, die die Auswirkungen der Covid-19-Pandemie durchschnittlich mit 42,2% der Fälle bewerten (Böckle/Stippl 2023, S. 6).

Geht man noch weiter ins Detail, sind Selbstwertprobleme, Hoffnungslosigkeit, Probleme im sozialen Umfeld sowie familiäre Probleme die häufig ge-

nannten Themen, die laut den behandelnden Psychotherapeut*innen von den Kindern und Jugendlichen in Behandlung angesprochen werden (siehe Abb. 3).

Zusammengefasst in vier Hauptkategorien ergibt die Zuordnung der zitierten Aussagen folgende Verteilung:

- 44,44% (n=24) „fehlender Lebenssinn mit suizidaler Gefährdung“
- 25,90% (n=14) „Gefühl von unverstanden, ungeliebt oder nicht in Ordnung zu sein“
- 7,40% (n=4) „Kinder benötigen Hilfe, werden aber nicht wahrgenommen“ (Böckle/Stippl 2023, S. 8).

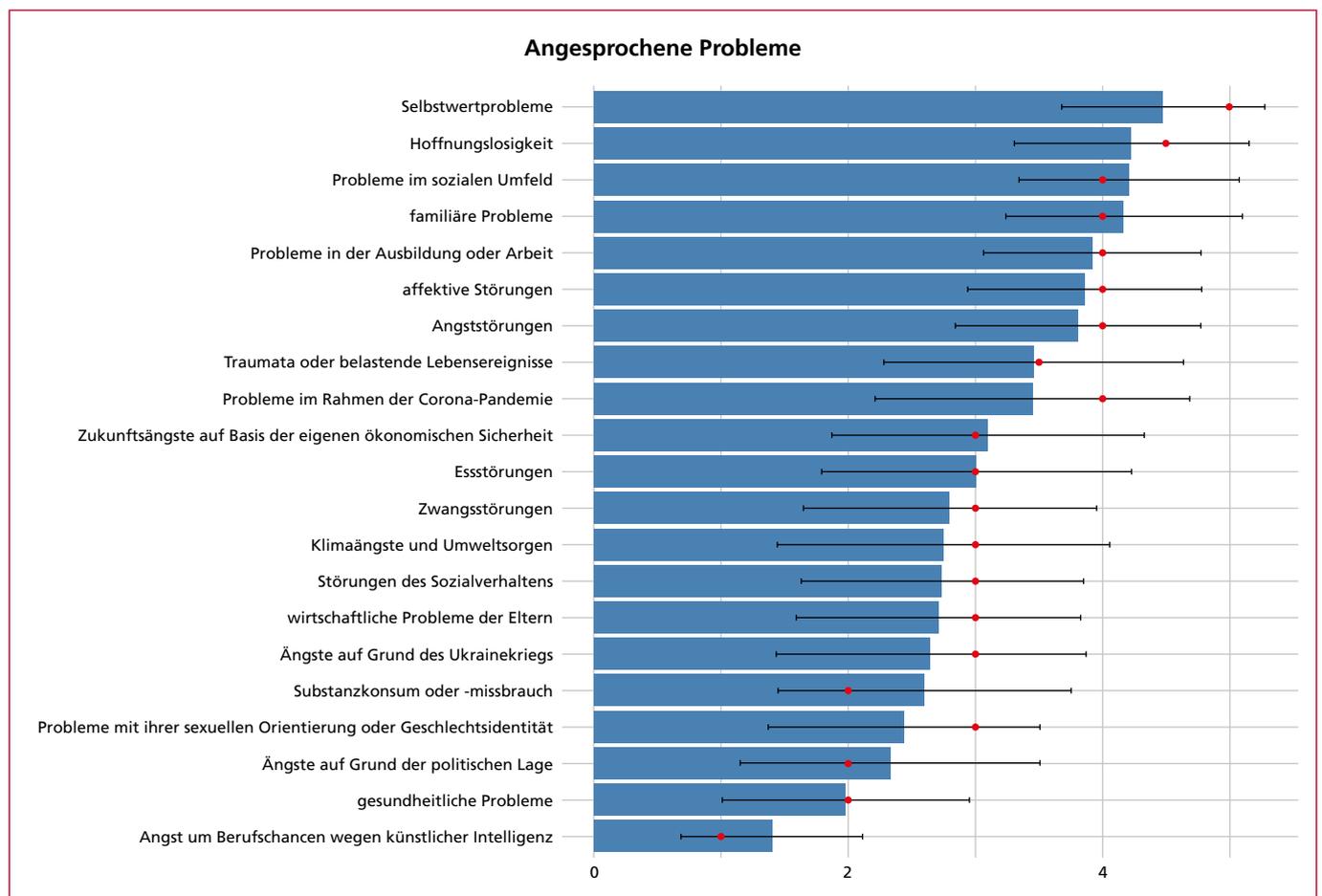


Abb. 3: Angesprochene Probleme. Der Balken repräsentiert den Mittelwert, der rote Punkt den Median und die schwarzen Linien die Standardabweichung (vgl. Böckle/Stippl 2023).

Lebenszufriedenheit	2018		2022		Mittelwert nach Sst.	
	Burschen	Mädchen	Burschen	Mädchen	2018	2022
5. Sst.	8,20	8,10	8,50	8,20	8,15	8,35
7. Sst.	8,00	7,30	8,00	7,40	7,65	7,70
9. Sst.	7,70	6,90	7,60	6,90	7,30	7,25
11. Sst.	7,60	7,10	7,20	6,80	7,35	7,00
Mittelwert	7,88	7,35	7,83	7,33	7,61	7,58

Abb. 4: Lebenszufriedenheit Vergleich 2018–2022 (vgl. Felder-Puig/Maier/Ramelow 2019, S. 22; Felder-Puig/Teutsch/Ramlow/Maier 2023, S. 20).



Mag.^a Karin Fidler

Jg. 1975; Psychotherapeutin (Systemische Familientherapie), Elternberaterin (Anerkennung als Familien-, Eltern- und Erziehungsberaterin gemäß § 107 Abs. 3 Z1 AußStrG) in freier Praxis, Wirtschaftspädagogin einer Handelsakademie, Vorsitzende des NÖ Landesverbandes für Psychotherapie (ehrenamtlich), Operationalisierte psychodynamische Diagnostik – OPD3 – Reliabilität als Beurteilerin, Weiterbildung für Klinische Hypnose nach Milton Erickson (i. A.).

Lebenszufriedenheit

Insgesamt zeigt der Vergleich der Berichte der HSBC-Studien 2018 und 2022 bei Burschen in der neunten und elften Schulstufe und bei Mädchen in der elften Schulstufe eine Verringerung der Lebenszufriedenheit (siehe Abb. 4).

Oftmals führt die Unzufriedenheit mit dem eigenen Körper zu einem geminderten Selbstwert. Die Berichte der HSBC-Studie 2022 zeigt die kontinuierliche Steigung der relativen Anzahl der Schüler*innen mit Übergewicht oder Adipositas seit 2014, bei beiden Geschlechtern und in allen Altersgruppen (vgl. Felder-Puig/Teutsch/Ramlow/Maier 2023, S. 75).

Mädchen & Frauen

Der österreichische Frauenbericht 2022 zeigt auf, dass die Infragestellung des Selbstwerts zunehmend am Aussehen festgemacht wird. Schlankheit und Schönheit werden oftmals mit beruflichem Erfolg und hohem sozi-

alen Status gleichgesetzt (Gaiswinkler, et al., 2023, S. 46). Die Nutzung von Social-Media-Plattformen und anderen digitalen Medien kann bei Mädchen und Frauen vorhandene Dispositionen von geringem Selbstwert in Hinblick auf ein negatives Körper- und Selbstbild sehr verstärken (ebd. S. 47f.). Die ungleiche Verteilung von Care-Arbeit während der Corona-Pandemie führte insbesondere bei alleinerziehenden Frauen zu stark negativen Auswirkungen wie depressiven Symptomen, Angst und Erschöpfung (ebd. S. 107). Von allen alleinerziehenden Haushalten sind 91 % Frauen, die in Ein-Eltern-Familien mit Kindern unter 15 Jahren leben (ebd. S. 18f.). Studien berichten, dass es bei 30 % der befragten Frauen während der Pandemie zudem zu Hause mindestens einmal zu verbalen, körperlichen oder sexuellen Übergriffen gekommen sei (ebd. S. 17f.). Im Bericht der HBSC-Studie 2022 ist zu lesen, dass 22 % der Mädchen und 10 % der Burschen gemäß WHO-5-Auswertungsmanual zur Frage des emotionalen Wohlbefindens so schlechte Werte zeigen, dass sie möglicherweise an einer depressiven Verstimmung oder Depression leiden (Felder-Puig, Teutsch, Ramlow, & Maier, 2023, S. 23). Vergleicht man die restlichen, in den Grafiken dargestellten Werte, so ist überraschend, dass diese 2022 durchgehend etwas besser sind als 2018.

Zusammenfassung und Ausblick

Hier konnte nicht auf alle Aspekte eingegangen werden, viele blieben unbeleuchtet. Auch die multiplen Krisen – Energiekrise, Klimakrise, Kriegsgeschehen etc. – haben Auswirkungen und verschärfen die Spuren, die die Covid-19-Pandemie hinterlassen hat. Familien, insbesondere Ein-Eltern-Familien und somit auch ihre Kinder, sind von den Mehrfachbelastungen betroffen. Die Frage, wie belastbar

i

Initiativen, die Kindern und Jugendlichen niedrigschwellig, zeitnah und in nächster Umgebung Unterstützung anbieten:

Gesund aus der Krise

Bietet 15 kostenfreie klinisch-psychologische, gesundheitspsychologische oder psychotherapeutische Beratungs-/Behandlungseinheiten im Einzel- oder Gruppensetting pro Kind, Jugendlichen und jungem Erwachsenen bis (inklusive) 21 Jahren – zeit- und wohnortnah.
www.gesundausderkrise.at

Schulpsychotherapie

Mit der Initiative „Fit4School“ des ÖBVP steht in teilnehmenden Schulen eine längere kontinuierliche Unterstützung zur Verfügung, um Schüler*innen, Lehrer*innen und Eltern nachhaltig zu entlasten und psychischen Folgeerkrankungen vorzubeugen.
www.psychotherapie.at/oebvpl-arbeitsbereiche/schulpsychotherapie

ein Mensch ist, hängt vom einzelnen Menschen und seiner Resilienz ab. Wenngleich einige Faktoren einer guten Resilienz evident sind, bleibt diese Widerstandsfähigkeit eine höchst individuelle Eigenschaft, die schwer in Zahlen zu fassen ist.

Die Ereignisse und Erlebnisse während und nach der Corona-Pandemie können nicht rückgängig gemacht werden. Es bleibt, bestmöglich mit den Auswirkungen umzugehen und Folgeschäden zu minimieren.



LITERATUR

Ausführliche Literaturliste unter:
www.sp-impulse.at