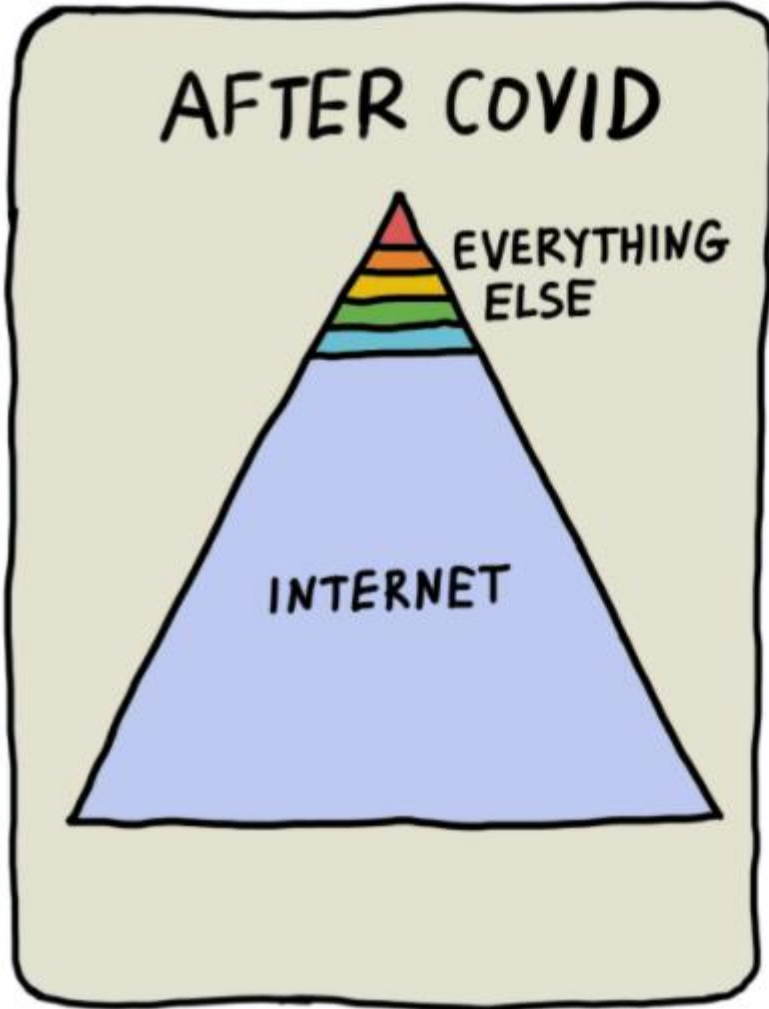
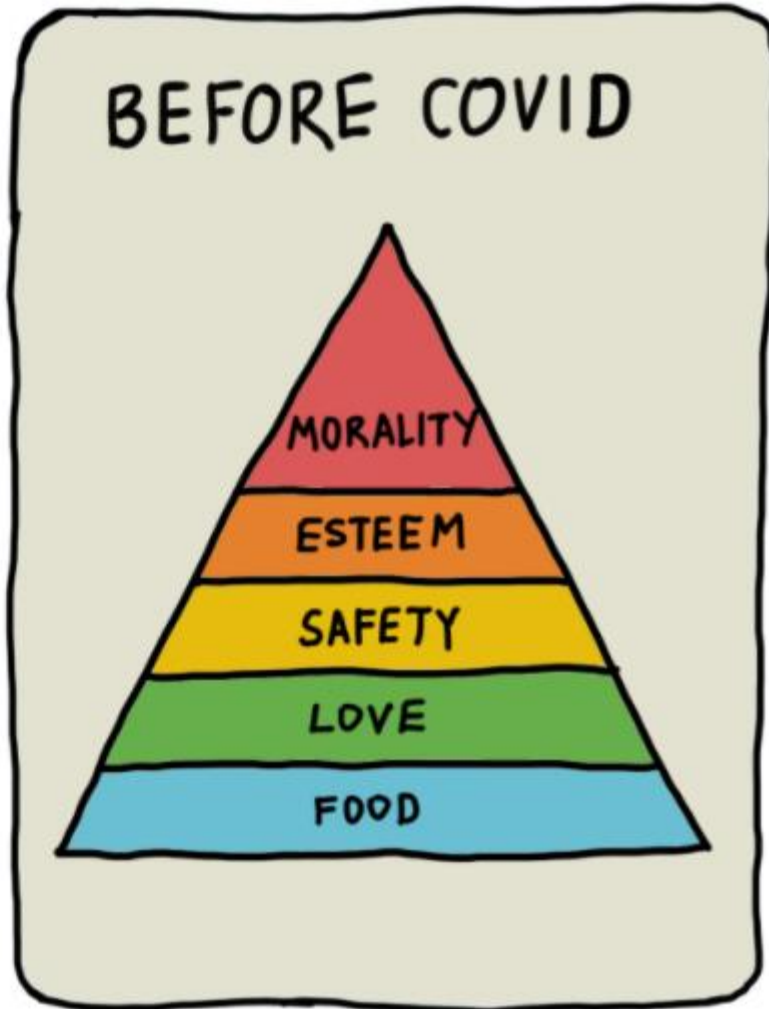




# Macht die Pandemie Jugendliche psychisch krank?

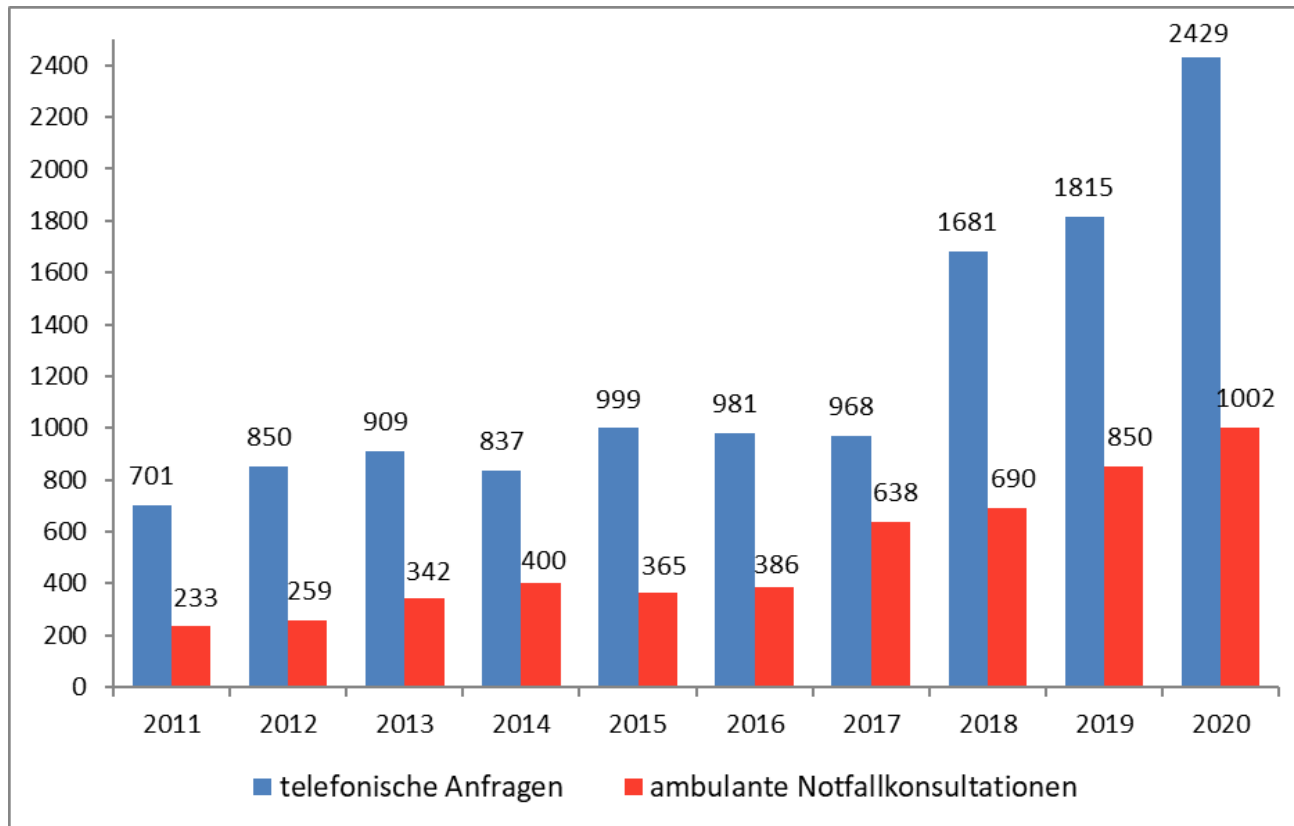
Dr.med. Frederike Kienzle

# human needs



Irina Blok

# Inanspruchnahme Notfalldienst KJPP



# Phasen der Pandemie (CH)



- I. «Vorphase» (Berichterstattungen): Unsicherheit, Spannung, Wissenserwerb/Neugier
- II. Phase Lockdown mit Schulschliessungen: Entlastung, Entschleunigung, Angst/Phantasien, Medienkonsum
- III. Phase Lockerung: soziales und schulisch-berufliches «Nachholen», Zuversicht
- IV. Phase Teilshutdown und «neue Normalität»: Erschöpfung, Zukunftsängste, Ungeduld, Ärger, Familienstreit, chronischer Stress

Phase I und II: unverändert-verbessertes Befinden

- Schlaf, Lernen, schulische Konflikte, Familienbeziehungen

Seit Phase II

- Zunahme v.a. internalisierender Störungen:
  - Suizidalität und Selbstverletzendes Verhalten
  - Depression, Angst und Zwang
  - Essstörungen

Langfristig ungünstige Verläufe prognostiziert

- ADHS, Lernstörungen, Schulabsentismus
- Abhängigkeitserkrankungen, PTBS, Sozialverhalten

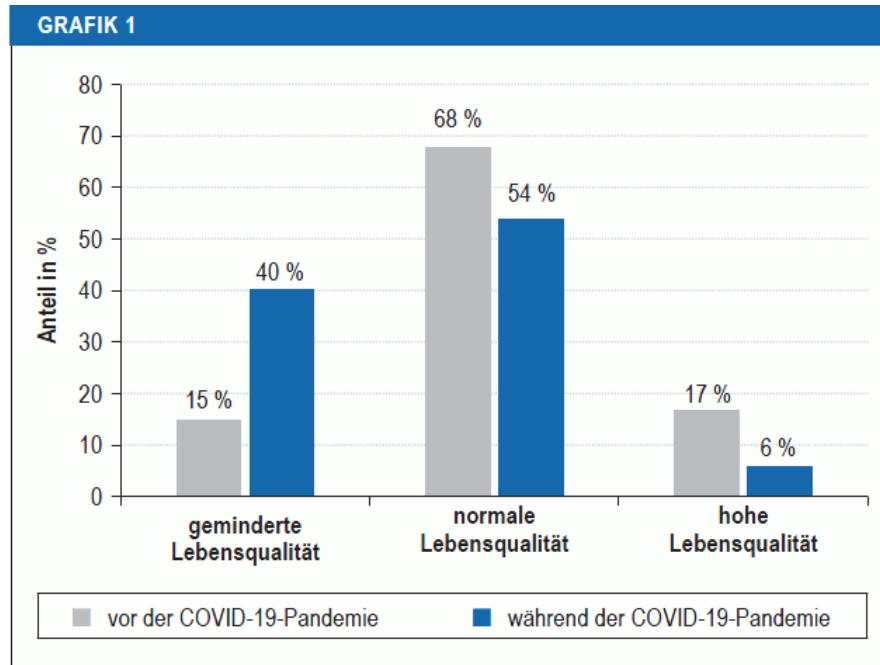
# Welche Jugendlichen suchen derzeit die KJP auf? Was schildern sie uns?

Ich kann mich kaum noch für etwas motivieren, fühle mich ständig müde.

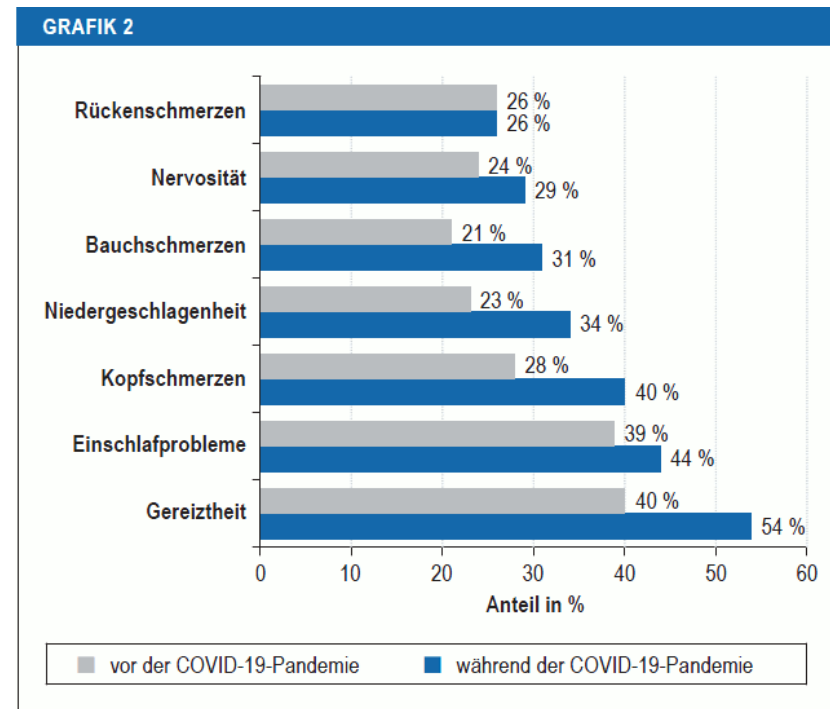
Ich wollte meine Ernährung ändern... jetzt sagen sie, ich hätte Anorexie.

...denke eigentlich täglich daran, ob das Leben für mich noch Sinn hat.

... dann packt mich wieder die Panik, ich habe solche Angst, weiss gar nicht genau vor was!



**Selbstberichtete Lebensqualität von Kindern und Jugendlichen vor und während der COVID-19-Pandemie** (geminderte Lebensqualität: Skalenwert mindestens eine Standardabweichung (SD) unter dem Populationsmittelwert, hohe Lebensqualität: Skalenwert mindestens eine SD über dem Populationsmittelwert). Der Unterschied in den Lebensqualitätswerten zwischen beiden Studien wies eine mittlere Effektstärke auf (Cohens  $f^2 = 0,14$ ).



**Psychosomatische Beschwerden von Kindern und Jugendlichen vor und während der COVID-19-Pandemie.** Angegeben sind die Prozentanteile der Kinder und Jugendlichen mit entsprechenden Beschwerden mindestens einmal pro Woche während der COVID-19-Krise (COPSY-Studie) und aus der Zeit davor (4).

Ravens-Sieberer U et al: Quality of Life and Mental Health in Children and Adolescents during the First Year of the COVID-19 Pandemic in Germany: Results of a Two-Wave Nationally Representative Study. 2021.

# Entstehungsmodelle Resilienz – psychische Erkrankung



- Psychisches Symptom ≠ psychische Erkrankung
  - Depressivität - Depression
  - Ängstlichkeit, Unsicherheit – soziale Phobie, Angsterkrankung
  - Wut, Ärger, Aggressivität – Impulskontrollstörung
  
- Stress für Jugendliche zeigt sich vielfältig
  - Sozial (Medien)
  - Schulisch-beruflich
  - ökonomisch
  - migratorisch
  - Erkrankungen, Unfälle, **Naturkatastrophen (Traumata)**





# Welche Belastungen schildern uns die Jugendlichen?

3 Mal die Woche  
Fussballtraining fehlt mir.

Ich bin eigentlich die ganze  
Nacht am smartphone.

Als mein Vater im Spital war  
dachte ich, meine ganze Familie  
wird sterben.

Wozu soll ich Bewerbungen  
schreiben, Schnuppern fällt  
ja aus!

Die Ferien mit meiner  
Familie vermisse ich.

Ich ertrag es nicht mehr,  
dass meine Eltern  
ständig zu Hause sind!

# Welche Belastungsfaktoren sind identifizierbar?



Beschulung, Tages- und  
Wochenstruktur, Rituale

Sorgen um Familie

Soziale Kontakte  
Medien

Unsicherheit bzgl.  
Zukunftsgestaltung

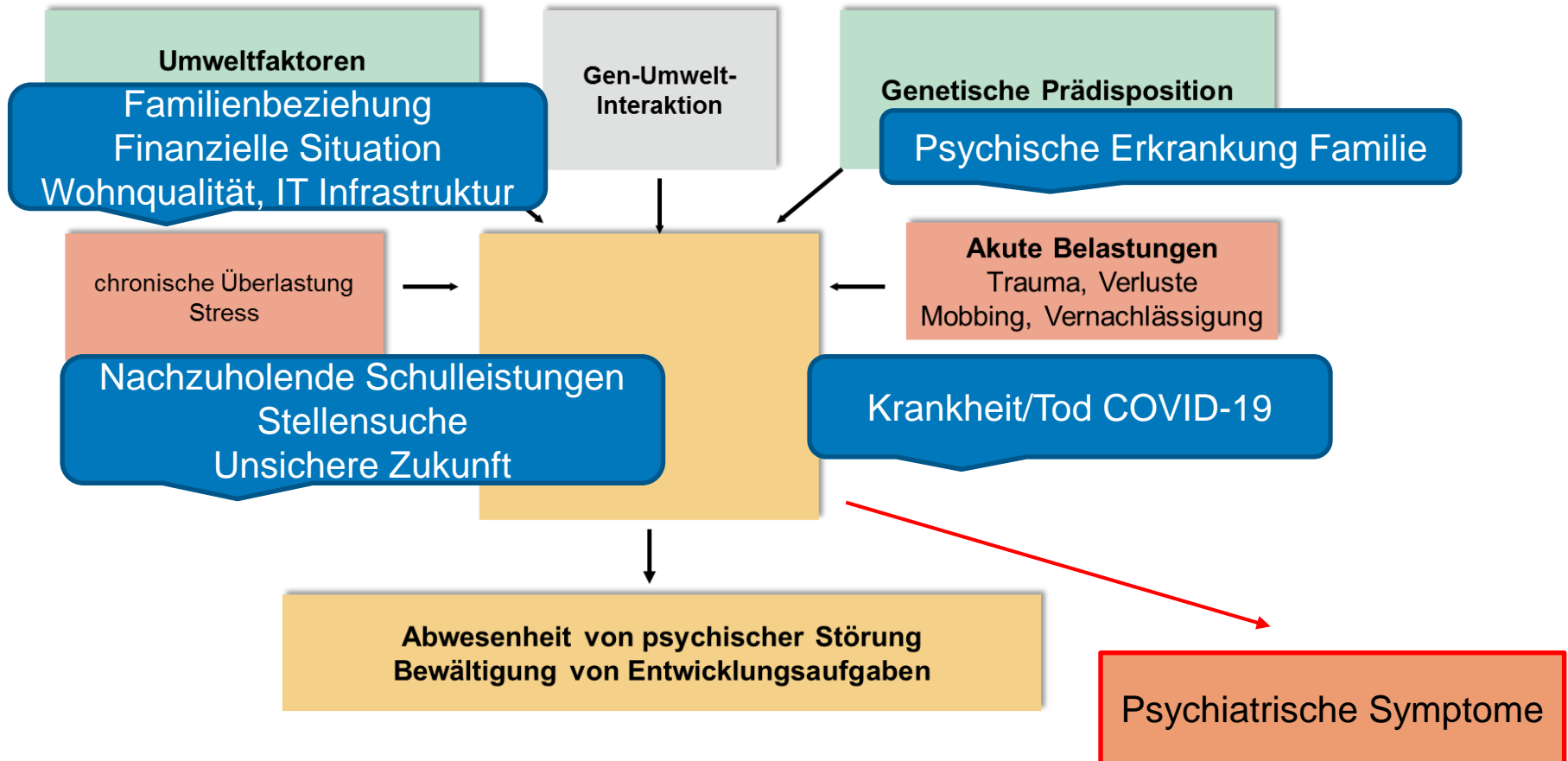
Ausserschulische Aktivitäten

Gedanken an Krankheit  
und Tod

Positive Auszeiten

Autonomie

# Entstehungsmodell Resilienz – psychische Erkrankungen in der Pandemie



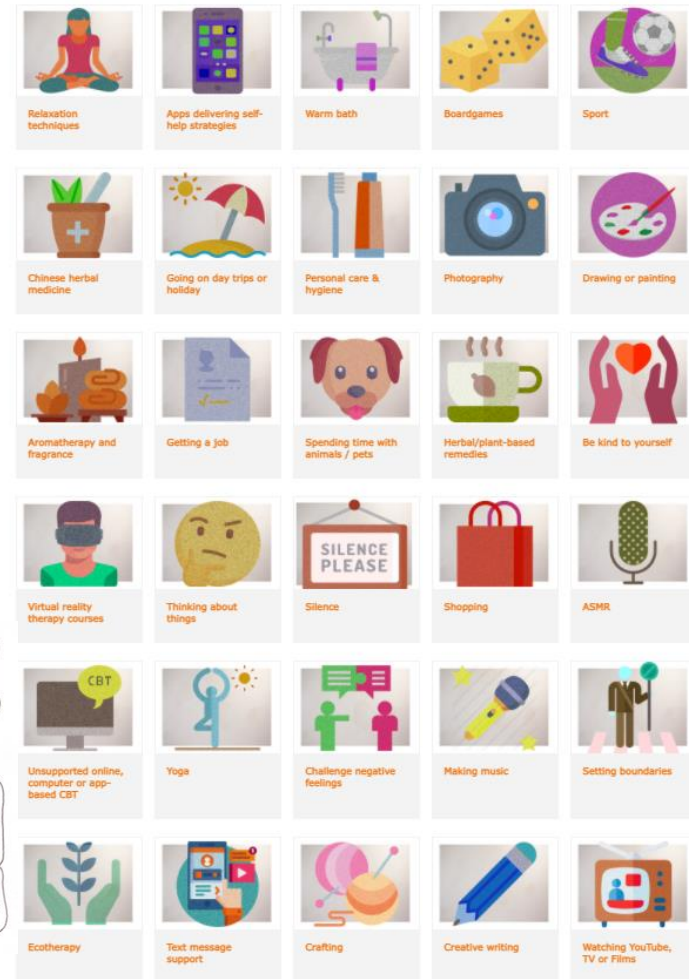
# Interventionmöglichkeiten

Self Care, Anxiety, Depression, Coping Strategies | On My Mind | Anna Freud Centre

startyourway.de  
(Dixius und Möhler)

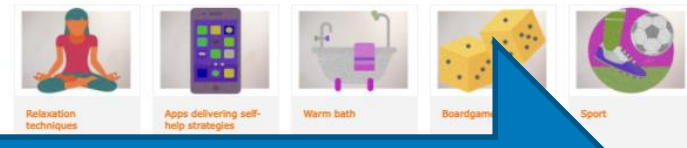
<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-so-bleiben-jugendliche-zuversichtlich>

<https://www.transculturel.eu/>



# Interventionmöglichkeiten

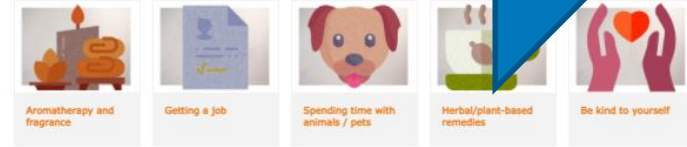
Self Care, Anxiety, Depression, Coping  
Strategies | On My Mind | Anna Freud



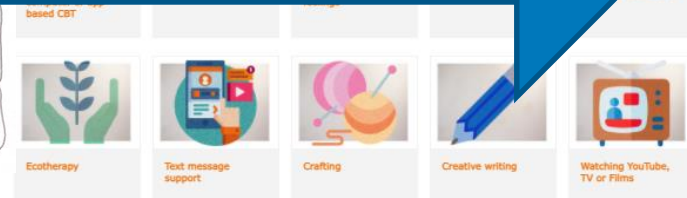
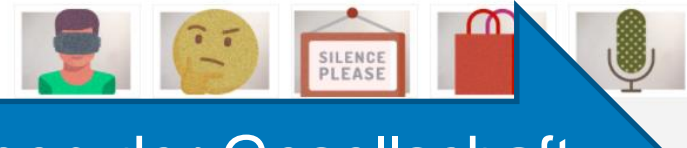
## Psychologisch-psychiatrische Angebote für Jugendliche aufrechterhalten/ausbauen

(Dixius und Mohler)

<https://www.unicef.de/informieren/aktuelles/blog/coronavirus-tipps-so-bleiben-jugendliche-zuversichtlich>



## Vulnerable benachteiligte Gruppen der Gesellschaft differenziert unterstützen



# Fazit (Stand März 2021)

- Entwicklung von psychischen Störungen werden begünstigt durch akute und chronische Belastungen (bio-psycho-soziales Entstehungsmodell)
- Belastungen in der Pandemie zeigen sich phasenabhängig (asynchron), regional verschieden und treffen Jugendliche in unterschiedlichen Lebensumständen (asymmetrisch)
- Medienkonsum hat unter Jugendlichen zugenommen
- Besonders internalisierende psychischen Störungen haben zugenommen
- Trend an Zunahme von psychiatrischen Kriseninterventionen hat sich nochmals verstärkt
- KJP Angebote systemrelevant: telemedizinisch und in Präsenz

# Studien zu seelischer Gesundheit bei Jugendlichen in Pandemie

- Fegert JM et al.: Challenges and burden of the coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: a narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. Child Adolesc Psychiatr Ment Health 2020
- Guessoum SB et al.: Adolescent psychiatric disorders during the COVID-19 pandemic and lockdown. Psychiatry Res 2020.
- Inchley J et al.: Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. WHO Regional Office for Europe; 2020
- Langmeyer A et al.: Kindsein in Zeiten von Corona. Erste Ergebnisse zum veränderten Alltag und zum Wohlbefinden von Kindern. In. München: Deutsches Jugendinstitut; 2020.
- Mohler-Kuo M et al. 2021 und Werling A et al. 2020 BAG Zwischenbericht
- Ravens-Sieberer U et al.: Quality of Life and Mental Health in Children and Adolescents during the First Year of the COVID-19 Pandemic in Germany: Results of a Two-Wave Nationally Representative Study. 2021.
- Werling, A et al. 2021 Impact of the COVID-19 lockdown on screen media use in patients referred for ADHD to child and adolescent psychiatry. An introduction to problematic use of the internet in ADHD and results of a survey. Journal of Neurotransmission, accepted.
- Xie X et al.: Mental health status among children in home confinement during the coronavirus disease 2019 outbreak in Hubei Province, China. JAMA Pediatr 2020