



„Corona und Du“ – Interview mit Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne, Direktor der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am LMU Klinikum

Herr Prof. Schulte-Körne, leiden Kinder und Jugendliche in Zeiten der Corona-Pandemie verstärkt unter der Kontaktsperre und anderen Schutzmaßnahmen?

Prof. Schulte-Körne: Wir wissen, dass belastende Ereignisse, die unvorbereitet auf die Gesellschaft treffen, psychischen Stress auslösen – nicht bei jedem, aber bei vielen. Kinder und Jugendliche sind eine Gruppe, die sehr belastet ist. Erwachsene haben im Gegensatz zu Jugendlichen die Möglichkeit sich zu artikulieren, sich Ressourcen zu suchen. Und sie konnten zum Teil durch die Arbeit das Haus verlassen. Das war bei Kindern ja überhaupt nicht möglich. Hier ist eine Gruppe betroffen, die zusätzlich durch die neue Schulsituation mit dem wahnsinnigen Druck, Leistungen erbringen zu müssen und sich tagsüber selbst zu organisieren, zum Teil überfordert ist.

Was macht das mit Kindern und Jugendlichen, wenn sie nicht mehr zur Schule gehen und ihre Freunde nicht treffen können?

Prof. Schulte-Körne: Für viele Kinder ist das eine schwierige Situation. Ihnen fehlen die sozialen Kontakte, da ihr persönlicher Umgang mit anderen massiv eingeschränkt ist. Bisher hatten sie durch Schule oder Kindergarten sowie Sportaktivitäten einen äußeren Taktgeber. Diese Strukturen sind jetzt weggefallen.

Was ist mit Jugendlichen, die schon vor Corona unter psychischen Problemen litten? Die Zahlen schwanken zwischen 8 und 15 Prozent.

Prof. Schulte-Körne: Die Zahlen des Robert Koch-Instituts sprachen vor Corona von „psychischen Belastungen“ bei 19 Prozent der Kinder im Alter von 8 bis 18 Jahren. Acht Prozent dieser Kinder sind so psychisch belastet, dass ein Behandlungsbedarf besteht, zum Beispiel wegen Verhaltensstörungen, Ängsten oder Depressionen. Da durch die Corona-Beschränkungen für sie viel an Hilfe weggebrochen ist, nimmt die Belastung noch weiter zu.

Befürchten Sie, dass sich diese Zahlen durch Corona weiter erhöhen werden?

Prof. Schulte-Körne: Ich gehe davon aus, dass wir in vier bis acht Wochen eine zunehmende Zahl von Kindern, Jugendlichen und ihren Eltern sehen, die Hilfe in Anspruch nehmen werden. Das hören wir schon jetzt von den Beratungstelefonen, bei denen Eltern besorgt anrufen. Und auch in der Ambulanz, in die Eltern mit ihren Kindern kommen und berichten, dass sie mit der Situation nicht mehr zurechtkommen.

Welche langfristigen Folgen kann die Corona-Krise für die Entwicklung der Kinder und Jugendlichen haben?

Prof. Schulte-Körne: Das hängt davon ab, wie gut wir auf diese Folgen reagieren und ob wir das Problem erkennen und präventiv daran arbeiten. Das ist genau unser Ansatz mit der Webseite „Corona und Du“. Zusätzlich brauchen wir die Expertise und die Bereitstellung von Ressourcen, um Eltern und Jugendliche zu unterstützen. Viele Ressourcen gehen aktuell in die Wirtschaftsförderung. Ich frage, welches Geld geht in die Förderung der psychischen Gesundheit? Denn wenn Kinder und Jugendliche und damit die



künftige Generation der Erwachsenen früh psychisch krank ist, dann wird sich das in der Zukunft gesellschaftlich auch auf alle anderen Bereiche auswirken.

Was befürchten Sie?

Prof. Schulte-Körne: Wir wissen, dass psychische Erkrankungen im Alltag zu Einschränkungen führen. Diese Menschen sind auch körperlich häufiger krank und ihre Lebenserwartung ist verkürzt. Das sind schon erhebliche Belastungen, die vor allem mit einer chronisch verlaufenden psychischen Erkrankung einhergehen.

Es gibt eine Studie, dass etwa jeder fünfte Jugendliche im Laufe der Corona-Krise psychische Probleme bekommen könnte.

Prof. Schulte-Körne: Das entspricht den rund 20 Prozent an Belastungen, die wir bereits vor der Pandemie hatten. Bisher haben wir noch keine Daten, ob sich durch Corona dieser Anteil noch erhöhen wird. Durch die Öffentlichkeitsarbeit zu diesem Thema, wie unsere Webseite „Corona und Du“, können wir vielleicht erreichen, dass mehr Ressourcen in diesem Bereich investiert werden und es uns gelingt, einen zu erwartenden Anstieg zumindest abzumildern. Das wäre unsere Hoffnung.

Welche Rolle spielen die Eltern?

Prof. Schulte-Körne: Wir dürfen nicht unterschätzen, dass die psychische Gesundheit der Kinder auch von der familiären psychischen Gesundheit abhängt. Wenn die Eltern psychisch erkrankt sind, haben es auch die Kinder schwer, sich gesund zu entwickeln. Wir dürfen uns nicht nur auf das Kind fokussieren, sondern auch auf das System, in dem das Kind lebt. Wenn die Eltern von Arbeitslosigkeit bedroht sind, chronische Krankheiten haben, dann ist das Stresslevel in der Familie und damit auch für die Kinder deutlich erhöht. Das führt dazu, dass auch die Zahlen von Kindern mit psychischen Erkrankungen steigen.

Wie können Eltern ihren Kindern helfen, damit sie gut durch diese Krise kommen?

Prof. Schulte-Körne: Wichtig ist erst einmal, die Situation des Kindes überhaupt wahrzunehmen und sich die einfache Frage zu stellen: Wie geht es meinem Kind? Kindern, die generell ängstlich sind und sich in ihr Zimmer zurückziehen und mit dem Computer spielen, sieht man die Probleme nicht unbedingt an. Wichtig ist aber auch, dass sich Eltern um ihre eigene psychische Gesundheit kümmern. Wenn es ihnen gut geht, können sie sich auch besser um ihre Kinder kümmern.

Wie ist das mit jüngeren Kindern?

Prof. Schulte-Körne: Die Belastung bei jüngeren Kindern ist für Eltern nur schwer zu verstehen. Diese Kinder können nicht umfassen, was eine Pandemie eigentlich ist, was das für sie bedeutet. Es ist also wichtig, ihnen das kindgerecht zu erklären. Eltern müssen ihnen in Ruhe verständlich machen, dass das Risiko sich anzustecken erst einmal gering ist und durch die Einhaltung der Hygiene- und Abstandsmaßnahmen auch gering bleibt. Wichtig ist also die Rationalisierung eines komplexen Geschehens.

Was können Eltern ganz praktisch tun?

Prof. Schulte-Körne: Wichtig ist, den Alltag der Kinder zu strukturieren. Das hat bisher der Kindergarten oder die Schule für sie getan. Wie man das macht, hängt vom Alter des Kindes ab. Ein Patentrezept gibt es hier leider nicht.



Wie offen sollten Eltern mit ihren Kindern über die Corona-Pandemie sprechen? Kann eine zu große Offenheit nicht negativ sein und erst recht psychische Störungen auslösen?

Prof. Schulte-Körne: Das hängt vom Thema ab. Wenn Eltern sehr offen über ihre existenziellen Sorgen sprechen, ob sie morgen noch Arbeit haben, vielleicht die Wohnung aufgeben müssen – solche Sorgen sind für Kinder nur ganz schwer zu verarbeiten. Kindern zu erklären, wie das mit der Infektion ist, kann dagegen sehr aufklärend sein und helfen, dass Kinder besser damit umgehen.

Wie erkennen Eltern, dass ihre Kinder unter psychischen Problemen leiden und wie unterscheiden sich diese von dem üblichen „Teenager-Blues“ eines abhängenden und motivationslosen Jugendlichen?

Prof. Schulte-Körne: Eltern können gut beobachten. Nur bei der Einordnung möglicher Probleme wäre ich vorsichtig. Deshalb sollten sich Eltern im Zweifel immer professionellen Rat holen. Wichtig ist zu erkennen, dass sich etwas bei dem Kind verändert hat, wenn die Stimmung eine andere ist, die Kinder durchweg traurig sind und die Eltern das Gefühl haben, nicht mehr an die Kinder heranzukommen. Wenn das über mehrere Tage andauert und man sein Kind auch mit gutem Zureden nicht herausholen kann, dann ist eine Situation erreicht, in der man sich Hilfe holen sollte.

Was wäre dann der erste Schritt? Kann die Webseite „Corona und Du“ helfen?

Prof. Schulte-Körne: Die Webseite ist dafür gedacht, dass man Informationen und auch Kontakte bekommt. Unser Ziel ist es, Jugendlichen und Eltern Hilfe zu geben, wohin sie sich wenden können. Und wir bieten natürlich auch Informationen, was ein Problem ist und was nicht. Wenn diese Hilfen die Situation nicht verbessern, sollte man professionelle Hilfe in Anspruch nehmen.

Kann diese Suche nach Hilfe bei Jugendlichen nicht neue Ängste auslösen?

Prof. Schulte-Körne: Wichtig ist, dass die Eltern das sehr offen mit ihren Kindern besprechen und nicht hinter ihrem Rücken. Transparenz ist hier wichtig. Das hilft auch den Jugendlichen. Wenn man als Jugendlicher Ängste hat und unter Depressionen leidet, will man ja Hilfe. Man weiß nur nicht, wie man die am besten bekommen kann. Es entlastet Jugendliche, wenn sie merken, dass da was passiert und sich etwas ändert in ihrem Leben.

Über Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne

Prof. Schulte-Körne ist Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie, seit 2006 ist er Lehrstuhlinhaber für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie der LMU München und Direktor der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am LMU Klinikum.

Seine klinischen und wissenschaftlichen Schwerpunkte sind Ursachenforschung, Prävention und Therapieentwicklung und -evaluation von depressiven Störungen sowie von schulischen Entwicklungsstörungen bei Kindern und Jugendlichen. Seine Forschung wurde mit dem August Homburger Preis 2007 und dem Hermann-Emminghaus Preis 2009 ausgezeichnet.

Ansprechpartner:

Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne

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

LMU Klinikum

Tel: +49 (0)89 4400 55901

E-Mail: kjp@med.uni-muenchen.de