

Psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen während der Pandemie

Pia-Marie Keim (M.Sc. Psychologie)

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

22.03.2023



Hintergrund

- Heranwachsende haben ein deutlich niedrigeres Risiko als Erwachsene, schwer an COVID-19 zu erkranken
- Die pandemiebedingten Maßnahmen waren jedoch mit besonders **weitreichenden Alltagsbelastungen** bei Kindern und Jugendlichen verbunden
- Einschränkung von **Aktivitäten** und **sozialer Kontakte**



https://www.ndr.de/sport/mehr_sport/Ein-Jahr-zum-Vergessen-fuer-den-Breitensport,breitensport116.html

Hintergrund

- **Umstellungen im schulischen Alltag:** Schulschließungen, Distanzlernen, Wechselunterricht
 - Überforderung, Motivationsprobleme, ungenügende Qualität des schulischen Unterrichts (Thorell et al., 2021)
 - Sorge vor Lücken, Leistungsdruck
- **Viel Zeit** wurde **zuhause** mit den Eltern verbracht
 - vs. Entwicklungsaufgaben, bspw. Autonomiestreben
 - vermehrte familiäre Konflikte (Thorell et al., 2021)
- **Belastung der Eltern** durch Doppelfunktion, finanzielle Sorgen, Sorgen um Arbeitsplatz
 - Elterlicher Stress während der Pandemie wirkt sich auf Kinder aus (Köhler-Dauner et al., 2021)
- **Sorgen und Ängste** um eigene **Gesundheit** und die nahestehender Personen

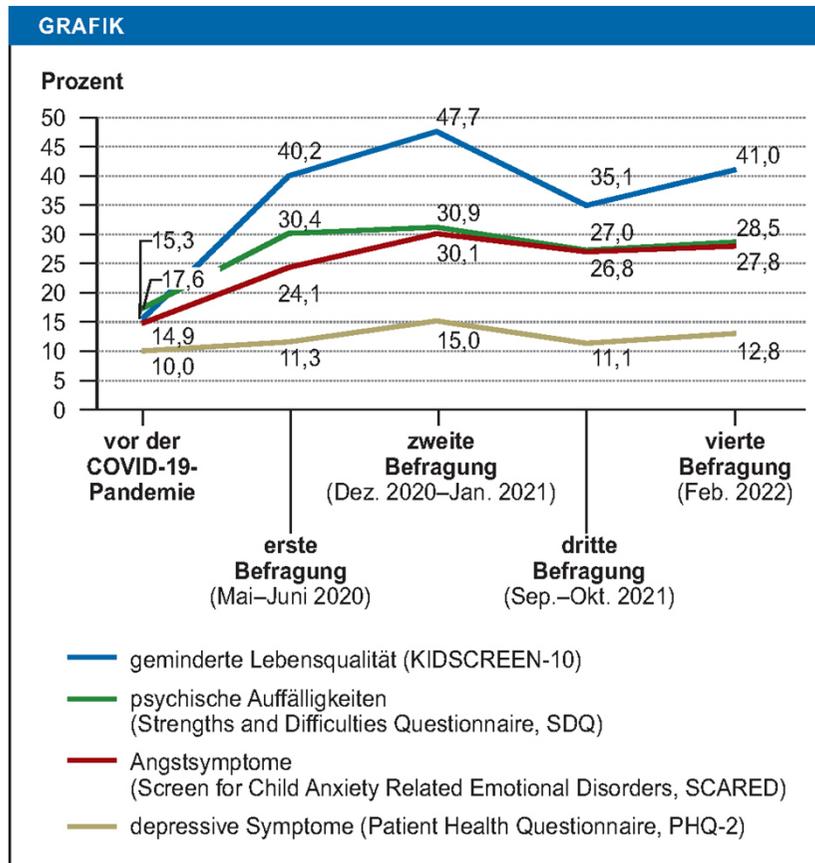


<https://www.tagesspiegel.de/wissen/so-laeuft-es-mit-dem-heimunterricht-in-der-coronakrise-im-homeschooling-gibts-nur-13-wochenstunden/25716712.html>

Folgen für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

COPSY-Studie (Corona und Psyche; Kaman et al., 2023)

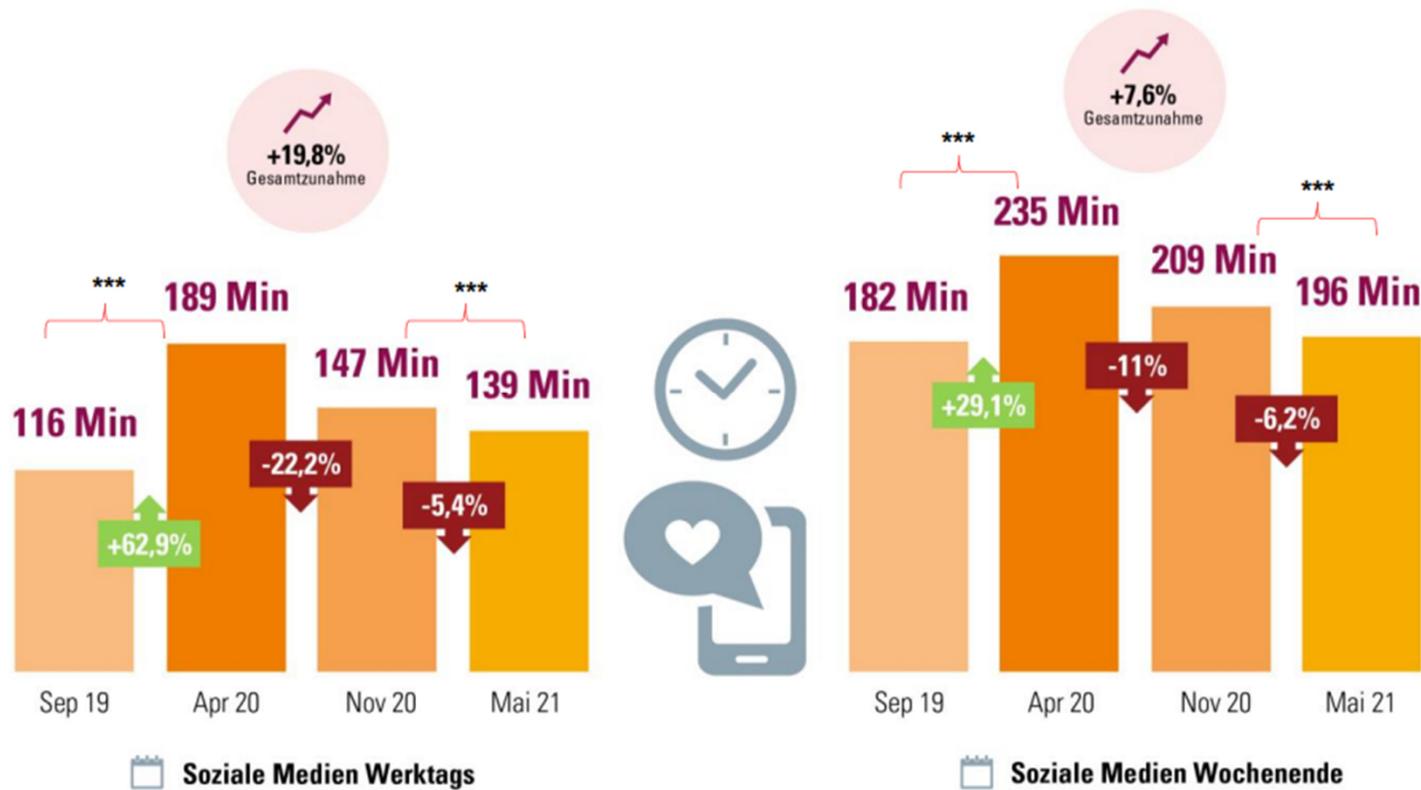
Quelle: Kurzmitteilung 17.01.2023
<https://www.aerzteblatt.de/archiv/229355/Zwei-Jahre-Pandemie-Die-psychische-Gesundheit-und-Lebensqualitaet-von-Kindern-und-Jugendlichen-Ergebnisse-der-COPSY-Laengsschnittstudie>



Lebensqualität (somatische, psychische und soziale Lebensqualität im KIDSCREEN-10) und psychische Auffälligkeiten (emotionale, Verhaltens-, Hyperaktivitäts- und Peer-Probleme im SDQ; generalisierte Ängstlichkeit im SCARED, depressive Symptome im PHQ-2) von Kindern und Jugendlichen vor und während der COVID-19-Pandemie insgesamt

Folgen für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

DAK-Studie Mediensucht, 2021



*** p < 0.001

Quelle: file:///C:/Users/Pia-Marie%20Comanns/Downloads/studie-mediensucht-ergebnisse-2508664.pdf

Zwischenfazit und Bedarf

- Zunahme **psychischer Auffälligkeiten, Belastungen** und **problematischer Verhaltensweisen**
- Aber: Es kann im Durchschnitt bis zu 2 Jahre dauern, bis ein*e Jugendliche*r trotz psychischer Belastungen eine Behandlung in Anspruch nimmt (Hintzpeter et al., 2014)
- **Hürden** (Gulliver et al., 2010; Raeadon et al., 2017)
 - Mangelndes Wissen zu Behandlungsmöglichkeiten
 - Angst vor Stigmatisierung
 - Lange Wartezeiten
 - Fehlende Therapieplätze
 - Fehleinschätzung der Krankheitsschwere
 - Negative Vorerfahrungen

Zwischenfazit und Bedarf

- **Bedeutung präventiver, unterstützender Maßnahmen**
 - Hoher Bedarf an niedrighschwelligen **Informationsangeboten** zum täglichen Umgang mit der Krise sowie zum Erhalt der psychischen Gesundheit
 - **Ressourcenorientierte** Ansätze

Maßnahmen

Beispiel: Digitale Aufklärungs- und Präventionsangebote

- Digitales Informationsportal „**Corona und Du**“
- Entwickelt durch die KJP des Klinikums der LMU München in Partnerschaft mit der Beisheim Stiftung

Informationsportal „Corona und Du“

Ziele der Webseite

Das Portal richtet sich an **Kinder und Jugendliche** sowie **separat an Eltern**

- I. Aufklärung** über mögliche Belastungen durch die Corona-Pandemie
- II. Wissenschaftlich basierte Präventionstipps** zum Erhalt psychischer Gesundheit in Form alltagsnaher Hilfestellungen (s. Piechaczek et al. 2021)
- III. Übersicht** zu Anlaufstellen für psychisch belastete Kinder, Jugendliche und deren Eltern

■ Zielgruppengerechte Gestaltung

- Positive Tonalität
- Farbenfrohes Design
- Intuitiver Aufbau



www.corona-und-du.info

Informationsportal „Corona und Du“

Inhalte der Webseite

Inhalt

Corona und Du

- Willkommen
- Was Dich erwartet

Die Welt steht Kopf

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

Was Dir jetzt helfen kann

- Langeweile in der Corona-Zeit? Bleib

Corona und Du

Infoportal zur psychischen

mit der Beisheim Stiftung

Hol Dir Hilfe!

6 ? HI!

Informationsportal „Corona und Du“

Inhalte der Webseite

Bereich für Eltern

Für: Jugendliche Eltern

Corona, Ihr Kind und Sie

- Willkommen
- Was Sie auf dieser Webseite erwartet

Was Ihrem Kind jetzt helfen kann: Sorgen Sie für ein gesundes Umfeld

- So sorgen Sie für guten Schlaf
- So fördern Sie Bewegung
- So achten Sie auf eine gesunde Ernährung
- Keine legalen und illegalen Drogen für Ihr Kind!



● Was Sie auf dieser Webseite erwartet

So können Sie Ihr Kind in Zeiten von Corona unterstützen

Mit dieser Website möchten wir dabei helfen, dass Sie mit Ihrem Kind besser durch die Krise kommen.

Mit ganz konkreten Tipps zum Umgang mit Corona-Belastungen. Diese Tipps basieren auf wissenschaftlichen Erkenntnissen. Sie können dabei helfen, der Entstehung psychischer Probleme vorzubeugen. Die Tipps helfen aber auch dabei, mit bestehenden Belastungen besser umzugehen.

Blieben Sie gesund und zuversichtlich.



Informationsportal „Corona und Du“

Kommunikation und Dissemination

- **Bekanntmachung / Verlinkung** der Webseite u.a. durch:
 - Fachgesellschaften (z.B. Bundespsychotherapeutenkammer)
 - Landesministerien (z.B. Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege)
 - Jugendämter
 - Medien

Informationsportal „Corona und Du“

Kommunikation und Dissemination

- **Bekanntmachung** durch Social Media:
 - YouTube
 - Instagram

Informationsportal „Corona und Du“

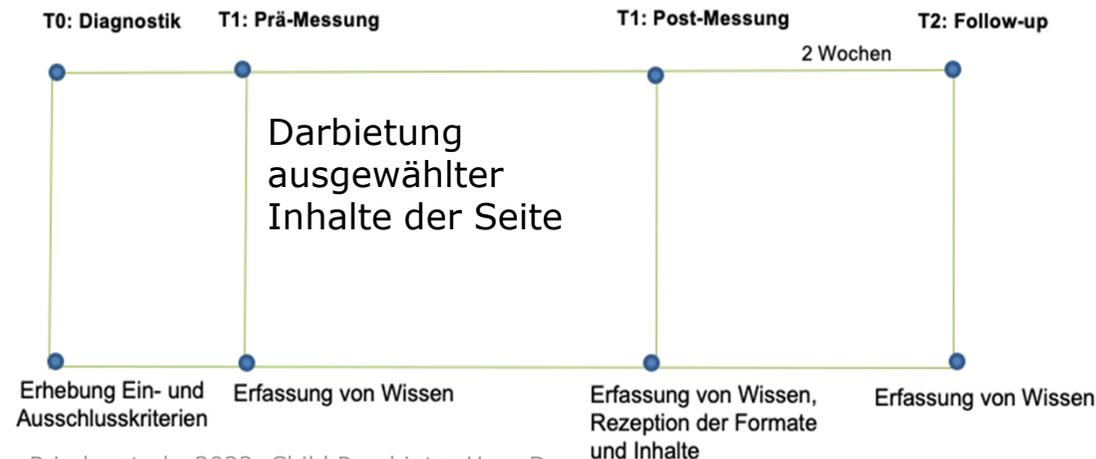
Evaluation

Ziele der Evaluationsstudie:

- Untersuchung eines **Wissenszuwachses** hinsichtlich der dargestellten Inhalte
- Wissenschaftliche Überprüfung der Rezeption der **Gestaltung** der Webseite

Stichprobe: 34 Kinder und Jugendliche im Alter von 12-18 Jahren ohne psychische Störung

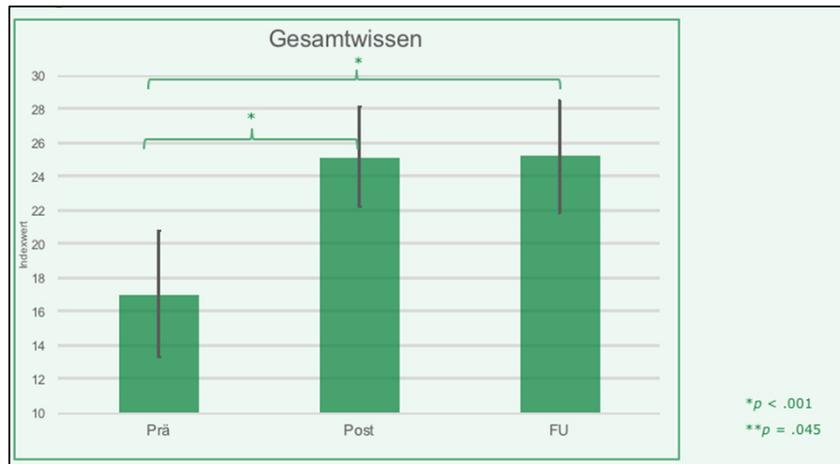
Design: Prä-Post-Follow-Up-Design



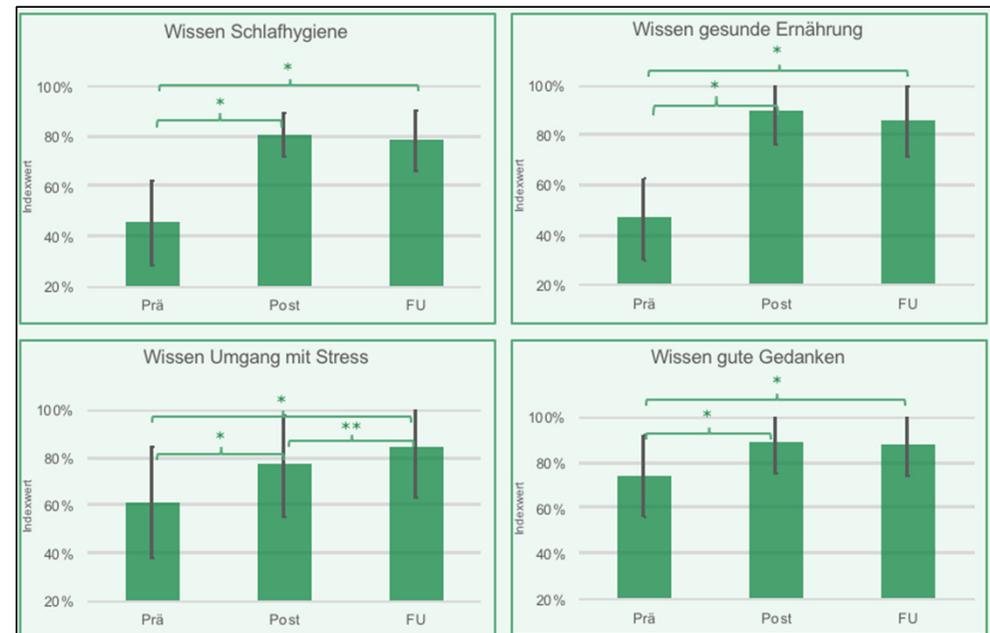
Primbs et al., 2022, Child Psychiatry Hum Dev

Informationsportal „Corona und Du“

Evaluation



Primbs et al., 2022, Child Psychiatry Hum Dev



- Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass es sich bei „Corona und Du“ um einen effektiven Ansatz der Wissensvermittlung handelt
- Positive Gesamtbewertung der Webseite und der Gestaltung

Informationsportal „Corona und Du“

Evaluation

Table 2 Results of the regression analyses on the prediction of baseline knowledge and knowledge gain from pre to post

	<i>B</i>	<i>SE for B</i>	<i>95% CI for B</i>	β	<i>t</i>	<i>p</i>
<i>Baseline knowledge</i>						
Socioeconomic status	2.9	1.4	[0.02, 5.8]	0.31	2.06	0.049
Sex	-3.9	1.1	[-6.2, -1.6]	-0.51	-3.48	0.002
Age	0.8	0.2	[0.3, 1.3]	0.46	3.47	0.002
IQ	0.04	0.04	[-0.1, 0.1]	0.13	0.89	0.381
<i>Knowledge gain pre/post</i>						
Socioeconomic status	-1.6	1.4	[-4.5, 1.3]	-0.21	-1.1	0.277
Sex	2.04	1.1	[-0.3, 4.4]	0.34	1.8	0.084
Age	-0.1	0.2	[-0.6, 0.4]	-0.09	-0.5	0.599
IQ	-0.05	0.04	[-0.1, 0.04]	-0.21	-1.2	0.252

Primbs et al., 2022, Child Psychiatry Hum Dev

- Geschlecht, Alter und sozioökonomischer Status beeinflussen zwar das Grundwissen, jedoch nicht den Wissenszuwachs durch die Website

Bedarf an langfristigen Maßnahmen

- Portal fokussiert auf coronabedingte Einschränkungen
- Inhalte durch Zurücknahme vieler Maßnahmen nicht mehr gleichermaßen relevant
- Erwartung, dass coronabedingte Belastungen **lange nachwirken**
- Anteil der Kinder und Jugendlichen mit **psychischen Auffälligkeiten** war auch schon vor der Pandemie hoch, weiterer Anstieg in der Pandemie
- Neuer Unicef-Bericht (Pressemitteilung; 26.08.2022): >13 Prozent der Heranwachsenden im Alter von 10 bis 19 Jahren leidet unter einer **psychischen Störung**
- Eine der häufigsten Erkrankungen im Kindes- und Jugendalter ist die **Depression**

Informationsportal „ich bin alles“

Ziele der Webseite

Das Portal richtet sich an gesunde und depressiv erkrankte Kinder und Jugendliche sowie in einem separaten Bereich an Eltern

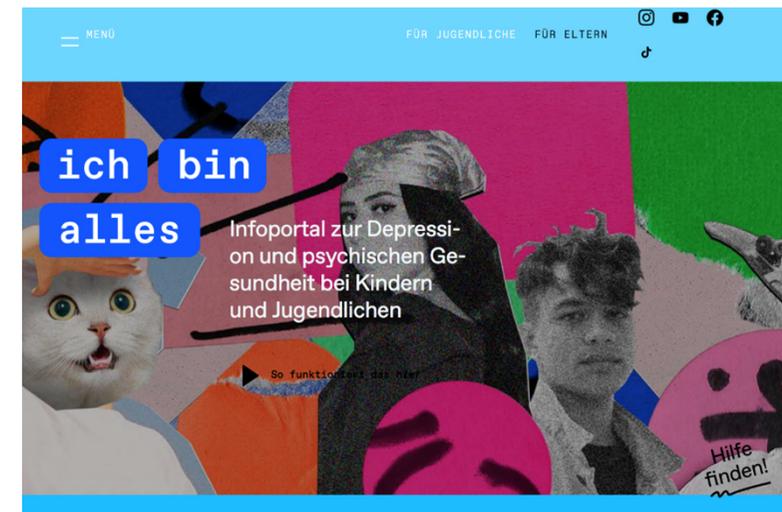
I. Evidenzbasierte Information über Depression, deren Prävention und psychische Gesundheit im Kindes- und Jugendalter

II. Entstigmatisierung von psychischen Erkrankungen wie der Depression

III. Übersicht über professionelle Anlaufstellen

Entwickelt durch die KJP des LMU Klinikums in Partnerschaft mit der Beisheim Stiftung

- **Zielgruppen** wurden in Entwicklung **miteinbezogen**
 - Zielgruppengerechte Sprache
 - Positive Tonalität
 - Farbenfrohes Design



www.ich-bin-alles.de

Informationsportal „ich bin alles“

Inhalte der Webseite

<https://www.ich-bin-alles.de/>

Informationsportal „ich bin alles“

Evaluation

- **Wirksamkeit der Wissensvermittlung** durch das Infoportal sowie die Darstellungsformen und Medienarten wurden **umfangreich evaluiert**
- **Vorläufige Ergebnisse** weisen darauf hin, dass die Inhalte der Webseite zu einem **Wissenszuwachs** bei den Zielgruppen führen, der sich auch bei einer Nacherhebung als stabil erweist
- Gestaltung und Formate (Videos, Podcasts, Texte) stoßen auf **hohe Akzeptanz**

Ausblick & Fazit

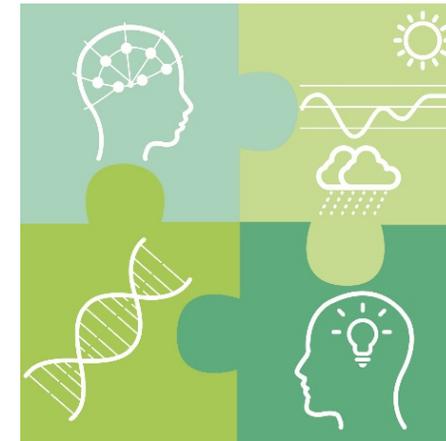
Hohe Zahl von Kindern und Jugendlichen weist psychische Belastungen, Auffälligkeiten und manifeste psychische Erkrankungen auf

Beispielhafte Maßnahmen

- Aufklärungsmaßnahmen und evidenzbasierte Präventionsangebote
- Darunter auch niederschwellige digitale Angebote, die für alle frei zugänglich sind
- Angebote sollten so gestaltet sein, dass auch Risikogruppen gut erreicht werden
- Unterstützung belasteter Eltern
- Ausbau des Versorgungsangebots
- Einbezug von Kindern und Jugendlichen bei der Bedarfsermittlung und Konzeption (bspw. im Kontext von Kampagnen)



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



© Forschungs-AG für Depressionen

& vielen Dank an das „ich bin alles“-Team!

KJP

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

Dr. Lisa Feldmann
PD Dr. Ellen Greimel
Lucia Iglhaut
Veronika Jäger
Sara Kaubisch
Pia-Marie Keim
Cosima Klingele
Maartje Kloek
Chiara Koppenhöfer
Dr. Charlotte Piechaczek
Regine Primbs
Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne

Beisheim Stiftung

Meiré & Meiré

