



Bereit fürs Gespräch: Thorsten Sukale, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut an der Uniklinik Ulm.

Foto: Lars Schwerdtfeger

Virus greift auch die Seele an

Psyche Essstörungen, Depressionen: Die Pandemie wirkt sich auf Kinder und Jugendliche aus. In Beratungsstellen und der Psychiatrie gibt es viele Anfragen. *Von Beate Rose*

Jugendliche, die morgens nicht aus dem Bett kommen, weil sie nicht wissen, warum sie überhaupt aufstehen sollen. Mädchen und Jungen, die sich selbst verletzen, deren Gedanken um Selbstmord kreisen und das Essen verweigern. Thorsten Sukale, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut an der Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Ulm, berichtet von einem neuen Ausmaß der Zahl von Kindern und Jugendlichen, die derzeit der Klinik vorgestellt werden. Sukale führt das auf die soziale Isolation zurück. „Notfallvorstellungen sehen wir inzwischen deutlich mehr“, sagt Sukale.

Berg an Problemen

Für alle Jugendlichen ist die Zeit der Kontaktbeschränkung schwierig. Eine Folge: „Ängste, Zwänge, Depressionen nehmen zu“, schildert auch Bettina Müller vom Kinderschutzbund Ulm/Neu-Ulm, die dort die psychologische Beratungsstelle leitet. Viele Mädchen und Jungen werden dort momentan angemeldet, häufig auch Kinder aus stabilen Familien, schildert sie. „Kinder, die bisher nicht auffällig waren, sagen: Ich traue mich nicht mehr raus, denn ich könnte mich anstecken.“

Während Müller von einer „Welle“ spricht, die anrollt, spricht Andreas Mattenschlager von einem Berg an Problemen, der in der Zeit mit der Pandemie angewachsen ist. Mattenschlager leitet die Familien- und Lebensberatung, die die Caritas für Ulm und den Alb-Donau-Kreis anbietet.

Im ersten Lockdown haben viele Familien vieles gut hinbekommen, sagt er. Seit Herbst gibt es hingegen viele Anfragen, gerade wegen Beratungen für Jugendliche, da „für sie am meisten weggebrochen ist“, nämlich Schule und Treffen mit Freunden. Viele würden sich inzwischen geradezu „in der Familie gefangen“ fühlen.

„Bleiben die Schulen zu, sorgen wir weiter für psychische Erkrankungen.“

Thorsten Sukale
Kinder- und Jugendlichentherapeut

An Weihnachten hätten viele Familien mit kleinen Kindern die Zeit daheim noch mit Brettspielen überbrücken können. An Silvester sei für Jugendliche das Wegfallen der geplanten Silvesterparty der Punkt gewesen, an dem das Fehlen der Freunde nochmals deutlich wurde.

Warum Jugendliche Gleichaltrige brauchen

Entwicklung Sabine Müller, Oberärztin der Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Ulm, betont, dass Kinder und Jugendliche für eine gesunde Entwicklung auf Gleichaltrige angewiesen sind. Vor al-

lem für Jugendliche sei die Zugehörigkeit zu einer „Peergroup“ (engl., Gruppe mit großem Einfluss, zu der sich ein Individuum zugehörig fühlt) wichtig. Sind Kinder und Jugendliche isoliert, können sie be-

Trotz der gestiegenen Anfragen um eine Beratung versichert Mattenschlager: „Jeder, der anruft, wird versorgt oder weitervermittelt.“ Für die Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Ulm sagt Psychotherapeut Sukale: „Wir können jeden versorgen und schicken niemanden weg.“ Natürlich gibt es eine Warteliste, wie lang jemand auf Hilfe warten muss, dazu will er sich nicht äußern. Nur so viel: „In ganz dringenden Fällen ist eine Versorgung immer möglich.“

Eine Sache, die Mattenschlager beunruhigt, ist, wie stark digitale Medien Einzug ins Leben von allen gehalten haben, denn Kinder wie Jugendliche bleiben nach dem Homeschooling am Gerät hängen. „Die Jungs zocken, die Mädchen sind auf Instagram“, sagt Mattenschlager. Den Zustand zu ändern, wird nicht einfach, sagt er eine Prognose.

Den Kumpel über WhatsApp anzuschreiben, ist inzwischen für manche Jugendliche deprimierend, weil der Kumpel nur zurückschreibt, dass ihm auch langweilig sei und es ihm nicht gut

gehe. „Man zieht sich gegenseitig runter, ein Teufelskreis entsteht“, beschreibt es Psychotherapeut Sukale. Dennoch ist er durchaus froh über die Technik. Er verweist aufs Homeschooling über Lernplattformen oder die Möglichkeit für ihn und seine Kollege, Therapiestunden per Video zu geben. Digitale Medien nennt er „Fluch und Segen zugleich“.

Hilft es Kindern und Jugendlichen, um aus der sozialen Isolation herauszukommen, etwas mit den Eltern zu unternehmen? Sukale winkt ab: „Gemeinsame Zeit mit den Eltern ist sicher etwas Positives, mittlerweile kennt aber jeder jeden Baum, der in der Nähe wächst.“ Er würde sich für Kinder und Jugendliche eine zeitnahe Öffnung von Schulen wünschen – natürlich nur, wenn es die Infektionslage zulässt. „Bleiben die Schulen zu, sorgen wir weiter für psychische Erkrankungen.“

Er verweist allerdings auch darauf, wie anpassungsfähig junge Menschen sind. Gerade junge Patienten in der Klinik haben sich, als Ausflüge in die Stadt nicht mehr möglich waren, gemeinsam mit den Mitarbeitern eben Hausrallyes ausgedacht, wie Sukale berichtet. Hilfreich ist es für Patienten, von längerfristigen Plänen wegzukommen. „Wir müssen kurzfristiger denken“, sagt Sukale. Eine Perspektive kann für Jugendliche etwa sein, statt nach dem Abi zu reisen, zu jobben, Geld zu verdienen, um später auf Reisen zu gehen. Hilfreich ist der Blick auf das, was man beeinflussen kann, und nicht nur darauf, was aktuell nicht möglich ist.