

Jugend nach dem Lockdown: Neue Chancen, alte Gefahren!

Kinder- und Jugendpsychiater Prof. Paul Plener analysiert im Gespräch mit dem ÖBKT, welche neuen Stärken und welche alten Probleme jetzt deutlich werden, was Kinder und Jugendliche jetzt brauchen. Kunsttherapie kann für viele Menschen eine Lösung sein oder auch ein erster Schritt, in das System der psychosozialen Angebote hineinzugehen.

ÖBKT: *Sehr geehrter Herr Prof. Dr. Plener, Sie haben schon im April 2020 vor schwerwiegenden psychosozialen Folgen der Pandemie für Kinder und Jugendliche gewarnt. In den letzten Wochen nahmen die Überlastungsmeldungen von Beratungsstellen und Ambulanzen kein Ende. Wo stehen wir jetzt?*



Foto: Medizinische Universität Wien

Paul Plener: „Das System der Kinder- und Jugendpsychiatrie in Österreich war vor der Krise schon nicht gut ausgebaut, sowohl im stationären Bereich als auch ambulant. Vor allem im Jänner und Februar hatten wir heuer eine noch deutlichere Nachfrage vor allem im Akutbereich, der das System noch weiter strapaziert hat. Seit den Schulöffnungen ist sicher der Druck etwas geringer – aber auch Normalbetrieb heißt bei uns immer 100 Prozent Auslastung.“

ÖBKT: *Die Situationen in den Familien sind vielfältig. Welche Probleme beobachten Sie am häufigsten?*

Paul Plener: „In den letzten Monaten waren depressive Zustandsbilder sehr häufig. Auch durchaus von suizidalen Krisen begleitet. Da haben Kinder es nicht mehr geschafft, aus dem Bett aufzustehen, am distance learning teilzunehmen, das Haus zu verlassen. Sehr oft treten auch Angststörungen auf. Gerade jetzt, wo die Lockerungen kommen, sind wir mit Ängsten konfrontiert, wieder in die Schule hinzugehen. Dazu kommt ein sehr deutlicher Anstieg an Essstörungen, einem Behandlungsschwerpunkt bei uns in der Klinik.“

ÖBKT: *Dazu passend hat unlängst der deutsche Neurowissenschaftler Gerald Hüther seine Sorge um die ganze „Corona-Generation“ geäußert¹: Kinder haben sich nun ein ganzes Jahr Mühe gegeben, gegen ihre natürlichen Bedürfnisse wie Kontaktbedürfnisse und Entdeckerfreude anzukämpfen. Lässt sich diese Unterdrückung, vielleicht sogar Abspaltung, quasi auf Knopfdruck wieder aufheben?*

¹ (Quelle: Focus-Interview 19.4.2021; https://www.focus.de/familie/eltern/gerald-huether-im-focus-online-interview-7-von-10-kindern-leiden-unter-corona-star-hirnforscher-erklaert-wie-wir-sie-schuetzen_id_13185075.html)

Paul Plener: „Ich sehe das nicht so pessimistisch. Meine Erfahrung ist eher, dass man schon ganz gut auf die Selbstheilungskräfte von Kindern und Jugendlichen vertrauen kann. Genau das macht die Arbeit in unserem Fachgebiet so schön und lohnend, dass wir immer wieder sehen, wie Kinder und Jugendliche auch in ganz verfahrenen Situationen unglaubliche Energien freisetzen können, die zu Lösungen führen. Man hat in den letzten Tagen gesehen, wie schnell sich der öffentliche Raum füllt, sobald Sport im Freien wieder erlaubt war - die Basketballplätze und die Skateparks waren binnen zwei Tagen voll. Ich traue es Kindern und Jugendlichen zu, dass sie sich ihre Räume zurückholen, wenn sie dürfen.“

ÖBKT: *Wie sehen Sie den Gewinn an Selbstorganisation, Resilienz und Eigenmotivation, wo Jugendliche es geschafft haben, gut durch die Krise zu kommen?*

Paul Plener: „Zunächst gab es eine Zunahme von Kompetenzen im Bereich von digital learning, und zwar auf Seiten der Lehrer ebenso wie der Schüler. Das wird ein Umbruch in der gesamten Arbeitswelt! Früher hat die Frage, ob das mit der Videoschaltung klappen wird, jedem Konferenzveranstalter die Schweißperlen auf die Stirn getrieben. Mittlerweile ist das alles völlig normal. Auf der anderen Seite haben wir bisher selbstorganisiertes Lernen in großem Ausmaß in unserem Bildungssystem erst den Studierenden abverlangt. Das hat am Übergang von AHS zur Uni vielen Studienanfängern sehr zu schaffen gemacht. Jetzt haben wir selbständiges Erarbeiten von Inhalten wesentlich jüngeren Schülerinnen und Schülern abverlangt, und ich glaube, das ergibt einen massiven Kompetenzzugewinn.“

ÖBKT: *Aber leider nicht durchgängig für alle?*

Paul Plener: „Ja, die Gefahr ist nun, dass da die Schere zwischen bildungsaffinen und weniger bildungsaffinen Hintergründen extremst aufgeht. Ich will nicht sagen, dass diese Unterschiede nur sozioökonomisch gewichtet sind, die kritische Frage ist aber für die Kinder und Jugendlichen „Habe ich Eltern, die es sich finanziell leisten können, das zu unterstützen, und für die das eine Wertigkeit besitzt – oder nicht?“ Hier haben wir schon in der Vergangenheit eine immense Ungleichbehandlung geschaffen. Und da wird es sehr viel brauchen, um das wieder aufzufangen.“

ÖBKT: *Welche Unterstützung ist dazu nötig?*

Paul Plener: „Zum einen, denke ich, braucht es Unterstützung auf Schulebene. Jetzt wird darüber nachgedacht, ob der Fächerkanon, der unterrichtet wird, noch zeitgemäß ist. Braucht es, auch im Zuge der Digitalisierung, neue Inhalte und neue Formen wie Kernlernzeiten und mehr Freiraum für selbstgeleitetes Lernen? Zum anderen hat die Öffentlichkeit nun auch gesehen, wie sehr Kinder und Jugendliche derzeit psychisch belastet sind. Das zwingt uns, darüber nachzudenken, wie gut unser System ausgerüstet ist, um diesen Belastungen zu begegnen. Forderungen nach kassenfinanzierter Psychotherapie oder auch nach niedrigschwelligen Angeboten, etwa Schulsozialarbeit, Beratungsstellen, Online-Angebote wie Rat-auf-Draht sind jetzt laut. Bis hin zum Ausbau der Angebote wie z.B. die Kinderpsychiatrie, die ja bisher totale Mangelware waren. Generell geht es darum, mehr Augenmerk auf den Bereich psychische Gesundheit zu legen.“

ÖBKT: *Kinder drücken sich oft leichter in Bildern, Verhalten und Spiel aus als in Worten. Deshalb gilt im Kinder- und Jugend-REHA-Bereich Kunsttherapie schon jetzt als wichtiges ergänzendes Angebot. Wo sehen Sie die Kunsttherapie im psychosozialen Angebot?*

Paul Plener: „Ich glaube, dass Kunsttherapie für viele ein Zugang ist, der niedrighschwelliger wahrgenommen wird und auch annehmbarer ist als andere Angebote. Wir haben immer noch ein hohes Stigma beim Aufsuchen von psychiatrischer oder psychotherapeutischer Hilfe. Kunsttherapie kann für viele Menschen einerseits eine Lösung sein, für viele auch ein erster Schritt, in das System der psychosozialen Angebote hineinzugehen.“

ÖBKT: *Welche Erfahrungen haben Sie persönlich mit Kunsttherapie?*

Paul Plener: „Ich kenne KunsttherapeutInnen, die in therapeutischen Prozessen InitiatorInnen von positiven Veränderungen waren und ganz wesentliche Inputs geliefert haben. Allerdings habe ich auch das Problem gesehen, dass Leute, die keine besonders tiefgreifende Qualifikation haben, ebenso mit diesem Titel Kunsttherapie agieren. Für jemanden, der den Kontakte zur Kunsttherapie herstellt und sich überlegt, was ein Patient braucht und wie eine Weiterbehandlung ausschauen könnte, muss ich genau einschätzen können, wie die Qualifikation ist. Deshalb halte ich es für sehr wichtig, dass es einen Standard gibt, aufgrund dessen ein Außenstehender wirklich verstehen kann, dass jemand über eine wirklich qualifizierte Ausbildung in diesem Feld verfügt.“

ÖBKT: *Das ist natürlich Wasser auf unsere Mühlen. Derzeit bietet nur die Mitgliedschaft im ÖBKT ein transparentes Qualitätssiegel. Eine Regelung als der Kunsttherapie als Gesundheitsberuf ist also auch aus Ihrer Sicht notwendig?*

Paul Plener: „Genau. Auch die Standards im Bereich des Kinderschutzes könnten dabei mit hineingenommen werden. Ich halte Kunsttherapie als Gesundheitsberuf als erstrebenswert, weil man dann weiß, wer diesen Berufstitel tragen darf hat eine fundierte Ausbildung gemacht.“

ÖBKT: *Also wäre es aus Ihrer Sicht durchaus wünschenswert, systematisch auf qualitativ hochwertige Kunsttherapie zurückgreifen zu können?*

Paul Plener: „Ich denke, dass grundsätzlich ein eher nonverbaler Zugang für viele Patientinnen und Patienten eine hohe Wertigkeit besitzen kann, so gesehen ist das sehr wünschenswert.“

ÖBKT: *Würden Sie Kunsttherapie gerne in den medizinischen Leitlinien sehen?*

Paul Plener: „Als jemand, der selber Leitlinien mitentwickelt hat, weiß ich, wie wichtig es ist, ganz harte, evidenzbasierte Entscheidungskriterien einzuhalten. Dafür muss ein Verfahren zumindest einer, idealerweise mehreren randomisierten, kontrollierten Studien standgehalten haben. Zur Kunsttherapie kenne ich dazu die Literatur in den Anwendungsfeldern zu wenig. Wenn Kunsttherapie evidenzbasiert ist, hat sie natürlich ihren Platz verdient wie andere Psychotherapieformen auch. Man muss fairerweise auch sagen, dass nicht jede Psychotherapieform gleich gut bei allem hilft. Für mich ist es der beste Weg, immer festzustellen, was kann eine Therapieform für ein spezifisches Störungsbild de facto auf den Tisch legen. Wenn es den Betroffenen besser geht und es einen Vorteil gegenüber anderen Behandlungsformen gibt, dann ist alles gut.“

ÖBKT: *Das heißt, es geht in erster Linie um den positiven Effekt, nicht um die Methode?*

Paul Plener: „Ganz genau. Ich kann zum Beispiel nicht allgemein sagen, Psychotherapie hilft bei Zwangsstörungen, weil man auch kritisch sagen muss, dass nicht für jede Psychotherapierichtung diese Wirkung nachgewiesen ist. Dennoch gilt in der evidenzbasierten Medizin immer der folgende, wesentliche Grundsatz: „Absence of evidence is not evidence of absence“. Das heißt, nur weil ich keine Evidenz habe, muss das Verfahren nicht wirkungslos sein. Aber ich kann dann nicht prinzipiell voraussetzen, dass es wirkt – und wenn jemand eine Krankenbehandlung macht und dafür von der Solidargemeinschaft dafür bezahlt wird, dann muss er auch nachweisen, dass das, was er macht, wirksam ist.“

ÖBKT: *Herr Prof. Plener, Sie sind Mitglied des psychosozialen Beraterstabes der Coronavirus-Taskforce im Gesundheitsministerium. Maßnahmen für Kinder und Jugendliche stehen dabei dem Vernehmen nach ganz oben auf der Liste. Was konnte bisher schon alles bewirkt werden?*

Paul Plener: „Für die Kommunikation des Beraterstabes ist prinzipiell Prof. Michael Musalek zuständig. Tendenziell kann man aber sagen, dass viele der vom Beraterstab empfohlenen Maßnahmen mittel- bis langfristig in der Umsetzung sind und die Prozesse noch nicht in den nächsten Wochen, aber hoffentlich in den nächsten Monaten zu sehen sein werden. Da geht es vor allem um mehr Ressourcen. Es passiert derzeit viel. Es sind die großen Räder, an denen jetzt gedreht wird, und aus meiner Sicht ist auch eine große Bereitschaft da, diese Themen anzugehen.“

ÖBKT: *Herr Dr. Plener, wir bedanken uns sehr herzlich für das Gespräch!*

Interview: Monika Hipsch

Univ. Prof. Dr. Paul Plener ist seit 2018 Leiter der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der [MedUni Wien/AKH](#) Wien, weiters Mitglied mehrerer Leitlinien-Kommissionen und des psychosozialen Beraterstabes der Corona-Taskforce im Gesundheitsministerium – und Vater dreier Kinder.



Nach mehreren Fachbüchern zu seinen Forschungsschwerpunkten (Selbstverletzendes und suizidales Verhalten) zeichnet Paul Plener in seinem neuen Buch das Bild einer Generation mit großem Potential und besonderen Herausforderungen und zeigt leicht verständlich auf, wie wir sie gut unterstützen können.

„Sie brauchen uns jetzt. Was Kinder belastet. Was sie schützt.“ Lockdown-Trauma, Wirtschaftskrise, Klimawandel und die ganze Welt in Veränderung: Leicht werden es unsere Kinder nicht haben. Was können wir ihnen mitgeben, damit sie ihre Aufgaben meistern werden? Wie können wir sie zu widerstandsfähigen und stabilen Menschen erziehen und Phänomene wie Handyspielsucht

oder Essstörungen rechtzeitig erkennen und verhindern? Der Kinder- und Jugendpsychiater Prof. Dr. Paul Plener zeichnet das Bild einer Generation mit Potenzial, die jetzt ganz besonders unsere Hilfe braucht. Leicht verständlich zeigt er, worauf wir achten müssen, was die Gefahren sind und wie wir worauf reagieren