

# Neue Studie belegt: Kunsttherapie hilft Jugendlichen bei Typ-1-Diabetes mellitus

**Kunsttherapie reduziert Angst und Depression bei Jugendlichen mit Typ1-Diabetes mellitus und erhöht die wahrgenommene Lebensqualität – dies zeigt eine jüngst veröffentlichte klinische Studie.**



Mit Diabetes zu leben, ist für Jugendliche am schwersten. Kunsttherapie hilft, dem Alltag besser zu begegnen

<https://www.minimed.at/medizinische-themen/gesund-kind/diabetes-bei-kindern/>

*Foto: Freerange Stock*

Typ-1-Diabetes mellitus (DM), einer der häufigsten chronischen Erkrankungen in der Kindheit, nimmt weltweit zu und bringt eine Reihe von körperlichen, emotionalen und sozialen Problemen mit sich. Laut MiniMedStudium sind insgesamt in Österreich ca. 3.000 Kinder unter 15 Jahren von Diabetes betroffen.

## Schwer belastete Jugend

Ganz besonders in der Pubertät und Adoleszenz ist es laut Experten am schwersten, mit DM zurechtzukommen. Mangelndes Selbstvertrauen, Isolationsgefühle und Zukunftsängste bis hin zu Burnout und Depression sind für viele Jugendliche die Folgen.

Die Wirksamkeit von Kunsttherapie als unterstützende Maßnahme zur Behandlung chronischer Erkrankungen bei dieser Altersgruppe wurde bereits in zahlreichen wissenschaftlichen Publikationen dokumentiert. Einige Beispiele führen wir im Kasten am Ende des Artikels an.

## Neue Studie über die Wirksamkeit von Kunsttherapie

Im September 2020 wurde eine Studie der Erciyes Universitätsklinik in Kayseri, Türkei veröffentlicht, in der die Auswirkungen von Kunsttherapie auf Depressionen, Angstzustände, Lebensqualität und das Diabetes-Management bei Jugendlichen mit Typ-1-DM untersucht.

21 Jugendliche mit Typ-1-DM im Alter zwischen 13 und 18 Jahren nahmen an der Studie teil und wurden vor Beginn mit Hilfe des Beck-Depressions-Inventars (BDI), des Beck-Angst-Inventars (BAI) und der Lebensqualitätsskala für Kinder (PedsQL) untersucht. Danach haben die Jugendlichen 12 Wochen lang einmal pro Woche für 90 Minuten an Kunsttherapie in Gruppen-Settings teilgenommen. Die vorangegangenen Untersuchungen wurden nach Abschluss der Kunsttherapie wiederholt.

## **Eindeutige Ergebnisse**

An der Studie nahmen 13 Mädchen (61,9%) und 8 Jungen (38,1%) teil. Als die BDI-, BAI- und PedsQL-Werte vor und nach den Kunsttherapie-Settings bei Typ1-DM-Jugendlichen verglichen wurden, ergab sich ein statistisch signifikanter Unterschied in allen Skalen.

## **Besseres Selbstwertgefühl, weniger Angst**

Es zeigte sich, dass die wöchentlichen Kunsttherapieeinheiten zu einer signifikanten Abnahme der Depressions- und Angstwerte geführt hatten. Auch eine Verbesserung der Lebensqualitäts-Scores wurde festgestellt. Die Studie kommt zu dem Schluss, dass Kunsttherapie bei Jugendlichen mit Diabetes sehr erfolgreich eingesetzt werden konnte, um negative Gedanken zu reduzieren, Emotionen auszudrücken und das Selbstwertgefühl zu steigern.



Übersetzung der Studie

**Timm Smutny, M.A.,**

Dipl. Kunsttherapeut, 4400 Steyr, OÖ

[www.kunsttherapie.space](http://www.kunsttherapie.space)

E-Mail: [praxis@kunsttherapie.space](mailto:praxis@kunsttherapie.space)

Mobil: 0677 6356 2689

---

## **Quellennachweis:**

Başı E., Özmen S., Demirci E., Kendirci M., Uzan Tatlı Z., Kondolot M.

The Effects of Art Therapy Techniques on Depression, Anxiety Levels and Quality of Life in the Adolescent with Type 1 Diabetes Mellitus: A Preliminary Study.

In: Erciyes Medical Journal 2020; 42(4): 431–5.

Link: <https://academia.edu/resource/work/44489952>

## **Kunsttherapie bei chronischen Erkrankungen: Ein dynamisches Forschungsfeld**

Die Wirksamkeit der Kunsttherapie zur Unterstützung bei chronischen Erkrankungen insbesondere jugendlicher Patienten ist ein weltweit äußerst dynamisches Forschungsfeld. Die Autoren der vorliegenden Studie beziehen sich exemplarisch auf folgende Untersuchungen:

Metzl E, Morrell M, Field A. A pilot outcome study of art therapy and music therapy with hospitalized children. Canadian Art Therapy Association Journal 2016; 29(1): 3–11.

Link: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/08322473.2016.1170496>

Councill TD, Ramsey K. Art therapy as a psychosocial support in a child's palliative care. Art Therapy 2019; 36(1): 40–5.

Link: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07421656.2019.1564644>

Beebe A, Gelfand EW, Bender B. A randomized trial to test the effectiveness of art therapy for children with asthma. Journal of Allergy and Clinical Immunology 2010; 126(2): 263–6.e1.

Link:

[https://www.researchgate.net/publication/44592246\\_A\\_Randomized\\_Trial\\_To\\_Test\\_The\\_Effectiveness\\_Of\\_Art\\_Therapy\\_For\\_Children\\_With\\_Asthma](https://www.researchgate.net/publication/44592246_A_Randomized_Trial_To_Test_The_Effectiveness_Of_Art_Therapy_For_Children_With_Asthma)

Dalei SR, Nayak GR. Compare the effect of art therapy and play therapy in reducing anxiety among hospitalized preschool children in selected hospitals. Journal of Biomedical Sciences 2019; 6(3): 5–23.

Link:

[https://www.researchgate.net/publication/338156667\\_Compare\\_the\\_effect\\_of\\_art\\_therapy\\_and\\_play\\_therapy\\_in\\_reducing\\_anxiety\\_among\\_hospitalized\\_preschool\\_children\\_in\\_selected\\_hospitals](https://www.researchgate.net/publication/338156667_Compare_the_effect_of_art_therapy_and_play_therapy_in_reducing_anxiety_among_hospitalized_preschool_children_in_selected_hospitals)

Harel S, Yanai L, Brooks R, Bar Y, Bistritzer T, Ivgi S, et al. The contribution of art therapy in poorly controlled youth with type 1 diabetes mellitus. Journal of Pediatric Endocrinology and Metabolism 2013; 26(7-8): 669–73.

Link: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/23612534/>

