

«Wir müssen Kinder und Jugendliche ernst nehmen»

Psychische Erkrankungen nehmen zu. Belén Vázquez, Leitende Psychologin an der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie (KJP) der Psychiatrischen Dienste Aargau (PDAG), spricht über die Rolle der Schule.

Laut einer Studie von UNICEF ist ein Drittel der 14- bis 19-Jährigen in der Schweiz und in Liechtenstein von psychischen Problemen betroffen. Das hört sich nach sehr viel an – geht es der Schweizer Jugend schlechter als auch schon?

Auch die Ergebnisse des Schweizerischen Gesundheitsobservatoriums (Obsan) zeigen einen Anstieg von psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Die Anzahl der Hospitalisierungen beispielsweise hat seit 2012 kontinuierlich zugenommen – zwischen 2020 und 2021 um ca. 26 Prozent. Auch in den Folgejahren kam es zu mehr Hospitalisierungen, auch wenn der Anstieg nicht mehr so stark ausfiel. Insbesondere Mädchen und junge Frauen sind davon betroffen. Auch in unserer Klinik beobachten wir diese Zunahme der Anmeldezahlen in den letzten zehn Jahren.

Sind vor allem Jugendliche oder auch Kinder betroffen?

Beide Altersgruppen sind davon betroffen, auch wenn die Ausprägung der psychischen Störungen sich oftmals unterscheidet. Bei Kindern äussern sich psychische Belastungen oft in Form von psychosomatischen Beschwerden (Bauchschmerzen oder Kopfschmerzen) sowie durch Verhaltensauffälligkeiten (Rückzug, aggressives Verhalten, Konzentrationsprobleme). Jugendliche können hingegen, aufgrund ihres weiter fortgeschrittenen Entwicklungsstandes, ihre emotionalen und psychischen Probleme tendenziell besser ausdrücken. Daher zeigt sich bei ihnen oft das umfassendere und typische Bild psychischer Störungen.

Welche Krankheitsbilder sind häufig zu beobachten?

Vor allem Angststörungen, depressive Störungen und Verhaltensstörungen sind in diesen Altersgruppen stark ausgeprägt. Aber auch Essstörungen oder Traumafolgestörungen.

Welche Faktoren tragen Ihrer Erfahrung nach aktuell am meisten zur psychischen Belastung junger Menschen bei?

Die Jugend setzt sich intensiv mit den weltweiten Geschehnissen auseinander. Die Pandemie, der Klimawandel, politische Entwicklungen und Kriege verunsichern viele Kinder und Jugendliche. Auch die Familien waren durch die Pandemie und solche Gegebenheiten stark be-

lastet: Elternteile verloren ihre Arbeitsstelle, erkrankten selbst oder hatten mit den Folgen der Krankheit zu kämpfen, was sich wiederum auf die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen auswirkte. Meiner Ansicht nach spielt das schulische Umfeld eine zentrale Rolle für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

Ein weiteres wichtiges Thema sind auch die sozialen Medien. Sie sind aus dem Alltag der Jugendlichen nicht mehr wegzudenken, bringen aber neben Vorteilen auch viele Herausforderungen mit sich. Die jungen Personen müssen lernen, sich abzugrenzen, sei es gegenüber der Vielzahl an Inhalten, dem Vergleichsdruck, der ständigen Erreichbarkeit oder dem potenziellen hohen Nutzungsumfang. Die Erwachsenen fühlen sich in der Begleitung oft überfordert, sodass Jugendliche hier häufig auf sich alleine gestellt sind.

Meiner Ansicht nach spielt das schulische Umfeld eine zentrale Rolle für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen.

Welche Rolle spielt das schulische Umfeld für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen?

Meiner Ansicht nach spielt das schulische Umfeld eine zentrale Rolle für die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen. Sie machen in der Schule viele wertvolle Erfahrungen und verbringen viel Zeit mit Gleichaltrigen und Erwachsenen, die nicht zu ihrem familiären Umfeld gehören. Diese Personen übernehmen eine Modellfunktion und prägen neben der schulischen auch die sozio-emotionale und persönliche Entwicklung. Darüber hinaus können die Kinder und Jugendlichen in ihrer Resilienzentwicklung gefördert und dadurch gestärkt werden, um besser mit Herausforderungen, Stress und Belastungen umgehen zu können. Die Schule kann zudem dazu beitragen, psychische Störungen frühzeitig zu erkennen.

Inwiefern können Leistungsdruck, Prüfungsstress oder soziale Dynamiken in der Schule psychische Erkrankungen verstärken?

Ebenso wie die Schule ein positives Umfeld für die Kinder und Jugendlichen bieten kann, können Mobbing, hoher

Stress oder andere Belastungen im schulischen Kontext die psychische Gesundheit beeinflussen. Bei psychischen Störungen gehen wir jedoch nicht von einer alleinigen Ursache, sondern von einem biopsychosozialen Erklärungsmodell aus, was bedeutet, dass mehrere Faktoren für die Entwicklung einer psychischen Störung verantwortlich sind. Durch negative soziale Einflussfaktoren können bereits bestehende psychische Erkrankungen eine Verschlechterung erfahren.

Wie gut gelingt die Zusammenarbeit zwischen Schulen und Fachstellen der Kinder- und Jugendpsychiatrie heute?

Die Zusammenarbeit zwischen den Schulen und den Fachstellen war immer schon sehr wichtig und hat sich meiner Ansicht nach in den letzten Jahren kontinuierlich verstärkt. Wir fördern und pflegen den Austausch und bieten z. B. für den Schulpsychologischen Dienst einen eigenen Konsiliardienst an. Wir laden Schulleitungen, Lehrpersonen oder Schulsozialarbeiterinnen, wann immer es im Rahmen einer Abklärung und Behandlung angezeigt und möglich ist, zu Gesprächen ein, stehen im telefonischen Austausch und versuchen gemeinsam, einen guten Umgang mit den Problemen der Kinder zu finden und sie in ihrer Entwicklung zu fördern.

Zudem sind wir im engen Austausch und arbeiten in verschiedenen Projektgruppen mit dem Schulpsychologischen Dienst sowie dem Departement für Bildung, Kultur und Sport, um die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen im Kanton gezielt zu fördern.

Wie gut ist die kinder- und jugendpsychiatrische Versorgung in der Schweiz aufgestellt? Gibt es genügend Ressourcen?

Zwar ist in der Schweiz die kinder- und jugendpsychiatrische Versorgung gut aufgestellt und es gibt ein vielfältiges Angebot mit gut ausgebildeten Fachpersonen, dennoch bestehen weiterhin Engpässe in der Versorgung. In der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie haben wir deshalb in den letzten Jahren unser Angebot, vor allem im ambulanten und

familienaufsuchenden Bereich, ausgebaut. Wichtig ist zu sagen, dass alle Not- und Krisenfälle rund um die Uhr unmittelbar Hilfe erhalten und dringende Situationen spätestens binnen zehn Tagen einen Termin erhalten. Stationäre Plätze für Notfälle stehen ebenfalls jederzeit zur Verfügung.

Was müsste aus Ihrer Sicht präventiv geschehen, um die psychische Gesundheit junger Menschen besser zu schützen?

Die Kinder und Jugendlichen müssen in der Auseinandersetzung mit den oben erwähnten Themen begleitet werden. Wir Erwachsenen tragen dazu bei, wie sich die Kinder im Umgang mit Medien, Klima, Politik sowie mit ihren alltäglichen Anforderungen zurechtfinden. Es ist wichtig, die Sorgen, Ängste und Belastungen der Kinder und Jugendlichen ernst zu nehmen und diese auch anzusprechen und sie in der Bewältigung zu begleiten.

Im Positionspapier der Eidgenössischen Kommission für Kinder- und Jugendfragen EKKJ (2024) sind unterschiedliche Empfehlungen, wie die Präventionsarbeit weiter verstärkt werden kann. Sie sprechen sich für eine systematische und aufeinander abgestimmte Förderung ab mit niederschweligen Angeboten, was ich sehr befürworten kann. Wichtige Bereiche dabei sind die Früherkennung von psychischen Auffälligkeiten und die Zugänglichkeit der Angebote. Auch die Schulen tragen stark zur Prävention bei mit Förderprogrammen zur psychischen Gesundheit oder primären Anlaufstellen bei Problemen.

Welche Entwicklungen bereiten Ihnen persönlich Sorgen – und wo sehen Sie Hoffnung oder Fortschritte?

Die steigenden Fallzahlen bereiten mir selbstverständlich Sorgen und es ist wichtig, dass das Bewusstsein für die Förderung der psychischen Gesundheit weiterhin wächst. In der gesellschaftlichen Diskussion wird der Anstieg der psychischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen häufig mit einer als ängstlich und schwach wahrgenommenen Generation gleichgesetzt. Meiner Meinung nach ist dies eine verzerrte und einseitige Sichtweise. Es besteht die Sor-



Foto: zVg

ge, dass junge Menschen zu wenig belastbar seien und Herausforderungen nicht mehr bewältigen könnten. Dabei wird oft übersehen, dass die Anforderungen und Belastungen heute vielfältiger und komplexer geworden sind. Wir beeinflussen durch unsere Sichtweise das Narrativ der Kinder und Jugendlichen, wie sie sich selbst wahrnehmen, und ob sie sich zutrauen, sich den Herausforderungen zu stellen. Es ist wichtig, das Gespräch mit den jüngeren Generationen zu fördern, sie ernst zu nehmen. Es stimmt mich zuversichtlich, dass sich Kinder und Jugendliche bei Bedarf auch Unterstützung holen und diese auch annehmen.

Wenn Sie eine Veränderung im System anstossen könnten:

Was wäre aus Ihrer Sicht der dringendste Handlungsbedarf?

Der weitere Ausbau der allgemeinen Versorgung für Kinder und Jugendliche verschiedener, insbesondere auch nicht klinischer, Fachstellen und weiterhin eine enge Zusammenarbeit und Vernetzung dieser Fachstellen, um ein möglichst breites und gutes Angebot auf verschiedenen Ebenen zu haben.

Interview schriftlich geführt von
KATJA BURGHERR
Redaktion Schulblatt