



Foto: Nicolas Armer/dpa

Kinder, warnen Eltern und Experten, tragen eine gewaltige Last während der Pandemie. Viele verzweifeln daran.

Macht Corona die Kinder-Seelen kaputt?

PSYCHE Die Pandemie hinterlässt bei Kindern schlimme Verletzungen - Neurobiologe: Junge Menschen haben teilweise keine Freude mehr am Leben.

VON TOBI LANG

ERLANGEN/NÜRNBERG - Es gibt Tage, da ist für Elias (*Name geändert*) sein Smartphone das einzige Fenster zur Welt. Acht Jahre lang spielte der Junge mit anderen Kindern statt mit dem Handy, rangelte, tobte, quasselte. Dann begann die Pandemie. Seit mittlerweile eineinhalb Jahren ist es immer häufiger still in Elias' Kinderzimmer. Statt im Klassenzimmer begegnet er seinen Mitschülern nur im virtuellen Raum. Häufig fällt es ihm schwer, ruhig zu sitzen – man sieht ihm an, dass er sich lieber bewegen möchte. Es ist das stille Leiden, das sich derzeit tausendfach in bayerischen Einfamilienhäusern und Wohnungen abspielt. Kinder und ihre Eltern, mahnen Experten, tragen eine der Hauptlasten der Pandemie. Gehört werden sie selten.

Das hat teils dramatische Folgen. Der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) schlägt Alarm und kritisiert konkret die Vernachlässigung der jüngeren Generation. „Es gibt psychiatrische Erkrankungen in einem Ausmaß, wie wir es noch nie erlebt haben“, sagte BVKJ-Sprecher Jakob Maske der *Rheinschen Post*. „Die Kinder- und Jugendpsychiatrien sind voll, dort findet eine Triage statt. Wer nicht suizidgefährdet ist und ‚nur‘ eine Depression hat, wird gar nicht mehr aufgenommen.“ Die Ambulanzen in ganz Deutschland würden volllaufen, so der Verband. Das Symptom einer stillen Krise?

Auch in Franken ist die Situation mancherorts angespannt. Etwa in Erlangen, wo die Warteliste auf ein Bett in der psychiatrischen Ambulanz so lang ist wie die Zahl der verfügbaren Behandlungsplätze groß. „Die Situation war vor Corona schon äußerst unbefriedigend“, sagt Gunther Moll, Leiter der Kinder- und Jugendabteilung für Psychische

Gesundheit. „Jetzt erleben wir aber eine deutliche Verschärfung.“ 72 Behandlungsplätze gibt es in Erlangen, 24 davon vollstationär – gebraucht werde aber die doppelte Menge. Es gibt so viele Bewerber wie nie zuvor. „Und der Gipfel ist noch nicht erreicht“, sagt Moll. „Den werden wir mutmaßlich erst dann sehen, wenn alle Kinder in die Schulen und Kindergärten gehen. Den Großteil sehen wir nicht.“

Schon jetzt beobachten Experten aber eine deutliche Zunahme von psychiatrischen Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen. Sie befragten rund 1000 Jugendliche zwischen elf und 17 Jahren und mehr als 1500 Eltern. Bei einer Erhebung im ersten Lockdown fühlten sich rund 71 Prozent seelisch belastet, während des zweiten Lockdowns waren es sogar 80 Prozent.

Zwei Drittel von ihnen gaben an, sich psychisch ungesünder zu fühlen – vor Corona sei es lediglich rund ein Drittel gewesen. Auch Gunther Moll vom Erlanger Uniklinikum sagt: „Sowohl der Schweregrad als auch die Ausprägung haben sich deutlich verstärkt. Dadurch gibt es einen größeren Aufnahmepressure für Tageskliniken und Stationen.“

Junge Menschen stehen in der Pandemie unter Dauerstress. „Die Erwartungshaltung der Schule und der Gesellschaft ist gleich, die Rückstände werden aber immer größer“, sagt Moll. Eine gefährliche Zange, die viele Kinder in die Verzweiflung treibe. Gerade im sozialen Umgang stagnieren viele zudem komplett. „Unser Gehirn entwickelt Verhaltensmuster durch Erleben.“ Genau das passiert aber durch Distanz nicht. Der Psychiater vergleicht das mit Tieren, die im Zoo gehalten werden. „Dort lernt man das echte Leben nicht.“ Und das ist nicht das einzige Problem.

Jugendliche tun ungern Dinge, die sie nicht wollen. Jeder kennt das. In

der Pandemie aber beobachten Experten ein relativ neues Phänomen bei jungen Menschen. „Kinder tun Dinge nicht nur nicht, weil sie verboten sind, sondern auch, weil sie selbst nicht mehr wollen“, sagt der Neurobiologe Gerald Hüther. Sie unterdrücken ihre Bedürfnisse nach Nähe, nach Verbundenheit, nach Freiraum und Gestaltungsmöglichkeiten.

„Stattdessen suchen Kinder sich Ersatzbefriedigungen. Verbundenheit kann man scheinbar auch über 1500 Freundinnen auf Facebook herstellen, das Bedürfnis nach Gestaltung, indem man den ganzen Nachmittag ‚World of Warcraft‘ spielt.“

Dass junge Menschen ihre Grundbedürfnisse selbst unterdrücken, sagt Hüther, sei aber brandgefährlich. „Sie tun das, weil sie ihre Eltern und den Lehrer glücklich machen wollen.“ Biologisch entsteht dabei ein Konflikt, Nervenzellen feuern durcheinander. „Das kostet viel Energie und ob sie wollen oder nicht – das Gehirn findet dafür eine Lösung“, sagt Hüther. „Die besteht darin, dass sogenannte Nervenzellfortsätze auswaschen und sich als hemmende Verschaltungen über die Bereiche legen, aus denen das Bedürfnis generiert wird.“ Der Neurobiologe vergleicht das mit einem Kokon, der sich über das seelische Bedürfnis legt.

Erwachsene können sich das Gefühl oft nur schwer vorstellen. „Ich vergleiche das immer mit jemandem, der über beide Ohren verliebt ist und feststellen muss, dass diese Frau oder der Mann sie nicht will“,

erklärt Hüther. „Das hält man nur aus, indem man von der Person oder gar Beziehungen an sich nichts mehr wissen will.“ Beim Verliebtsein dauere das zwei, drei Wochen. „Wenn das aber ein Jahr geht, ist das Bedürfnis ganz weg.“

Genau hier liege eine gewaltige Gefahr. „Wir sehen Kinder, die sagen, ich will gar nicht mehr mit Freunden spielen oder nicht mehr zur Oma.“ Tausendfach werden womöglich seit Monaten familiäre Beziehungen auf diese Art und Weise zerstört. „Wenn dann noch die Oma glaubt, dass das Kind sie nicht mehr mag, dann fremdelt auch die Oma und wenn es unglücklich läuft, wollen beide künftig vermeiden, zusammenzukommen.“ Oft werde das als Trotz ausgelegt. „Aber das Kind hat schlichtweg seine eigene Lebendigkeit untergraben, es hat keine Freude mehr am Leben.“

Deutschland läuft Gefahr, eine Krise nach der Krise zu produzieren. Politiker versprechen Millioneninvestitionen für Nachhilfe, Ministerien feilen an Plänen für den Neustart an den Schulen, wollen Unterricht aufholen. Doch das Problem sei nicht der Unterrichtsstoff, sondern die mentale Gesundheit der Kinder und Jugendlichen, warnt Neurobiologe Hüther. „Wenn sich Eltern einreden lassen, das schlimmste an der Pande-

mie sei der verpasste Unterricht, dann werden Kinder erneut gezwungen, ihre lebendigen Bedürfnisse zu unterdrücken – diesmal aber, um den Stoff aufzuholen.“

Auch Gunther Moll vom Erlanger Universitätsklinikum sieht das so. Er plädiert für völlig neue Konzepte – und eine Aufholjagd. „Es geht darum, nicht erworbene soziale Fähigkeiten zu erlangen und Stress zu minimieren.“ Das könne einerseits über Kür-

zungen im Lehrplan funktionieren, sagt der Psychiater. Aber auch über mehr Personal. „Wir müssen Studenten aus dem Lehramt und anderen Fachbereichen abziehen und in Schulen und Kitas einsetzen.“

Statt fünf Tagen an der Uni könnten sie einen Tag in der Praxis als Praktikanten verbringen und dort Lehrer und Kindergärtner unterstützen. Auch sogenannte Freinoten seien eine Überlegung wert. „Wie beim Skispringen“, sagt Moll, „die schlechteste Note wird gestrichen“. Im Frontalunterricht, ist sich der Psychiater sicher, lösen sich die Probleme jedenfalls nicht.

Der Neurobiologe Hüther sieht einen Kraftakt auf die gesamte Gesellschaft zukommen. Die Kapazitäten der Psychotherapie seien ausgelastet, schon vor Corona. Auf professionelle Hilfe können also nur wenige hoffen. „Das einzige, was funktionieren kann, ist, wenn sich Erwachsene verabreden, Kindern jetzt eine Freude zu machen.“ Etwa, indem sie Stadtteilstelle und Konzerte, Partys und Sportveranstaltungen organisieren. Eltern müssen ihren Kindern zeigen, warum das Leben lebenswert ist. „Dann hören viele auf, zu viel zu essen oder sich wegzuhängen, und auch die depressiven Verstimmungen verschwinden“, sagt Hüther. „Es ist die Verantwortung der Erwachsenen, sich um die seelisch verletzten Kinder zu kümmern, die sich für uns geopfert haben.“

... und der Gipfel ist noch nicht erreicht

Die Nervenzellen feuern durcheinander



Kinderpsychiater Gunther Moll vom Klinikum Erlangen.



Der Neurobiologe und Hirnforscher Gerald Hüther.