

Pandemie und Kinderseele:

Auswirkungen der COVID-19 Pandemie auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen

Paul Plener



Quarantäne: Psych. Gesundheit

- Syst. Review (n=24 Studien)
- Häufige psych. Effekte der Quarantäne:
 - Gedrückte Stimmung (73%)
 - Erhöhte Reizbarkeit (57%)
 - Angst (20%)
 - Nervosität (18%)
 - Traurigkeit (18%)
 - Schuld (10%)
- Positive Effekte (Freude, Erleichterung) bei 4-5%
- Deutliche Abnahme negativer Effekte 4-6 Monate nach Quarantäneende
- Langfristige (3a) negative Effekte: Alkoholabusus bei Angehörigen med. Berufe



Brooks et al., 2020, Lancet

Quarantäne: Psych. Gesundheit

- Prädisponierende Faktoren für Beeinträchtigung psychischer Gesundheit:
 - **Jüngeres Alter (16-24 Jahre)**
 - Geringerer Bildungsabschluss
 - Weibliches Geschlecht
 - Ein Kind vs. keine Kinder (ab 3 Kindern protektiv)
 - Vorgeschichte psychischer Erkrankung
 - Med. Personal: PTSD, Ärger, Angst, Frustration, Schuld, Isolation, Einsamkeit, Nervosität, Sorgen,...

Vergleichsstudie: Erwachsene

- Internationale multizentrische Studie: 13 Länder, 4 Kontinente
- 22 330 Erwachsene (mAlter:41.9 a, w: 65.6%)
- Mai bis August 2020
- Depressionscreen (PHQ-2): 23,1%
- Angststörungsscreen (GAD-2): 25,6%
- Schlafprobleme (ISI): 36,7%,
Schlafstörung (wahrscheinlich): 17,4%
(w, jünger)

- CoVid-19 Infektion
- Finanzielle Sorgen
- 4-5 Wochen Quarantäne
- Alleinlebend oder >5 Menschen

Proportion of respondents with probable anxiety (GAD2 \geq 3) and depressive disorder (PHQ2 \geq 3), by country, weighted.

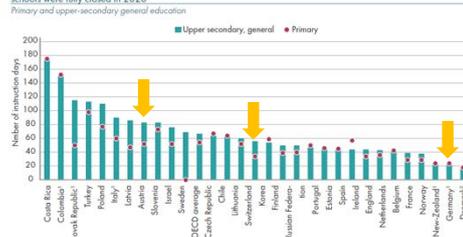
Country	Probable Anxiety Cases		Probable Depression Cases	
	%	95% CI	%	95% CI
Austria	21.2	19.3–23.3	18.2	16.4–20.2
Brazil	47.2	44.8–49.7	38.0	35.6–40.4
Canada	35.3	32.6–38.2	28.1	25.6–30.8
China, Hong Kong	14.6	13.0–16.5	15.5	13.7–17.4
China, Jinlin	10.1	8.7–11.7	12.6	11.1–14.3
Finland	13.9	12.2–15.7	12.8	11.2–14.6
France	29.2	26.7–31.8	19.1	17.0–21.4
Italy	22.0	20.0–24.1	17.1	15.3–19.0
Japan	12.5	10.9–14.2	11.7	10.2–13.3
Norway	19.9	17.6–22.3	23.4	21.0–25.9
Poland	32.5	30.0–35.1	25.6	23.3–28.0
Sweden	19.9	17.9–22.0	22.5	20.4–24.7
UK	31.3	28.9–33.8	28.3	26.0–30.8
USA	51.3	48.8–53.7	50.7	48.3–53.2
Total Sample	25.6	25.0–26.2	23.1	22.5–23.6

Note. GAD = Generalized Anxiety Disorder; PHQ = Patient Health Questionnaire.

Schulschließung

It is noteworthy that infection rates in the population appear unrelated to the number of days in which schools were closed. [...] What is concerning, however, is that the countries with the lowest educational performance tended to fully close their schools for longer periods in 2020. In fact, the performance of 15-year-olds in countries on the OECD Programme for International Student Assessment (PISA) 2018 reading test explains 54% of the variation in the number of days where schools were fully closed in 2020 in upper-secondary schools.

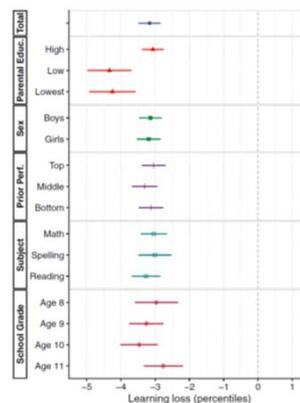
Figure 1.2 • Number of instruction days (excluding school holidays, public holidays and weekends) where schools were fully closed in 2020



1. Most typical number of instruction days
2. Minimum number of instruction days
Source: OECD/UNESCO-UIS/UNICEF/World Bank, Special Survey on COVID, March 2021.

Lernverluste

- NL (n=350.000, nationale Prüfungen prä/post Lockdown: Vgl. mit drei Jahren zuvor)
- Kein Lernfortschritt während Lockdown (Verlust von 3 Perzentilen Punkten, SD: 0,08 ~ 1/5 d. Schuljahres= Lockdown Dauer)
- 60% höhere Lernverluste bei Kindern aus Haushalten mit geringerem Bildungshintergrund

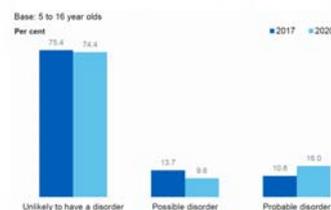


Soziale Isolation und Einsamkeit bei Kindern

- Syst. Review (n=80 Studien, 51.576 TN, 18 longitudinale Studien)
- Zunahme: depressive Symptomatik und Angststörungen
 - Während und auch im Nachgang der Isolation
- Depression: Ausprägung abhängig von Dauer der Einsamkeit
- Effekte bis zu 9 Jahre später sichtbar

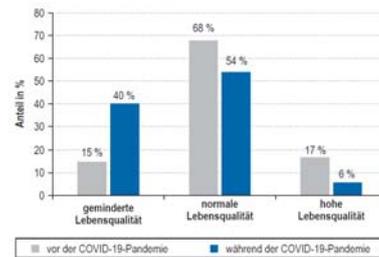
CoVid-19 und Kinder

- N=3.570
- 2017: Interviews mit Kindern, Jugendlichen und Eltern (2-19 Jahre) 2020: Online Nachbefragung (5-22 Jahre)
- Screening f. psych. Erkrankung positiv: 2017: 10,8% → 16%: beide Geschlechter
- V.a. bei Jugendlichen/ jungen Erwachsenen (17-22 Jahre)
- Jene mit psych. Erkrankung:
 - Mehr häusliche Konflikte erlebt
 - Mehr Schlafstörungen
 - Weniger Unterstützung durch Schule oder College
 - Mehr finanzieller Stress
 - Häufiger Zustimmung zu: „Der Lockdown hat mein Leben verschlechtert“: je älter desto schlechter



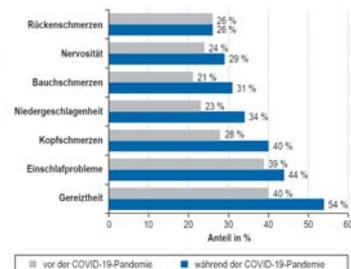
COVID-19 und Kinder

- COPSY Studie (n=1040: 11-17-jährige+Eltern und 546 Eltern: Fremdeinschätzung für 7-10-jährige): Vgl. mit KiGGS Studie
- Belastung durch Kontakteinschränkung 71%
- Schule und Lernen anstrengender: 65%
- Mehr Streitigkeiten: 27%
- Eltern: Streitigkeiten mit Kindern eskalierten häufiger: 37%



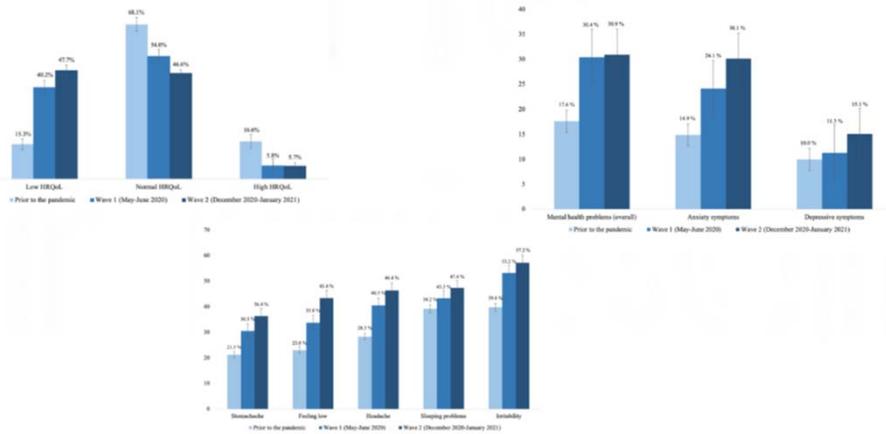
COVID-19 und Kinder

- Risiko für psych. Auffälligkeiten (SDQ): 18%→30%
- Depression (CES-D):↑ (n.s.)
- GAD (SCARED): 15% →24%
- Zunahme psychosomatischer Beschwerden
- Belastete Familien (niedriger Bildungsabschluss, Migrationshintergrund, beengter Raum):
- Stärkere Gesamtbelastung
- Häufigere psychosomat. Beschwerden: d: 0,67
- QoL↓: d:0,67
- Angst ↑: 0,37
- Depression ↑: 0,64



2. Welle: COPS Y

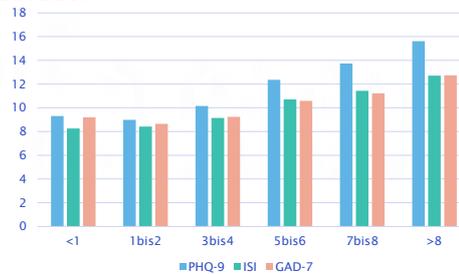
- 2. Befragungswelle (Dezember 2020-Jänner 2021)
- N=1.923 Kinder/ Jugendliche, 1.600 Elterninterviews



Situation Jugendliche: Ö



- Online Studie (n=3052, Februar 2021: 14-20-jährige, mAlter: 16,47)
- Depressive Symptomatik: 55%
- Angststörungen: 47%
- Schlafstörungen: 23%
- Symptome einer Essstörung: 60%
- Suizidale Gedanken: 37% (9% täglich)
- Zunahme an Smartphone Gebrauch



PHQ-9: cut-off: 11
 ISI: cut-off: 15
 GAD-7: cut-off 11

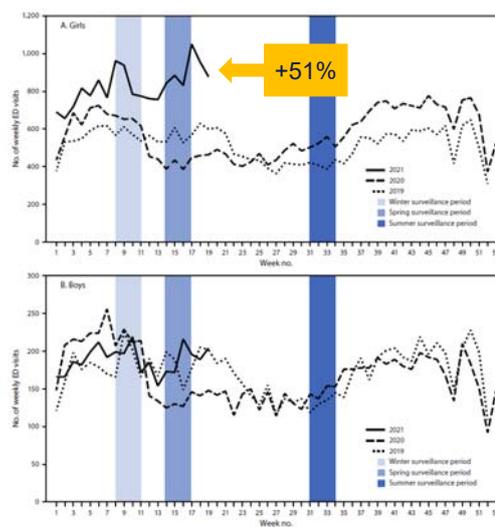
Situation Lehrlinge: Ö



- N=1442 Lehrlinge (w: 53,5%) Online Befragung: März-Mai 2021
- Depressive Symptomatik: 48%
- Angststörungen: 35%
- Schlafstörungen: 27%
- Symptome einer Essstörung: 51%
- Am stärksten betroffen:
 - Weiblich oder non-binary
 - Migrationshintergrund
 - Arbeitslosigkeit

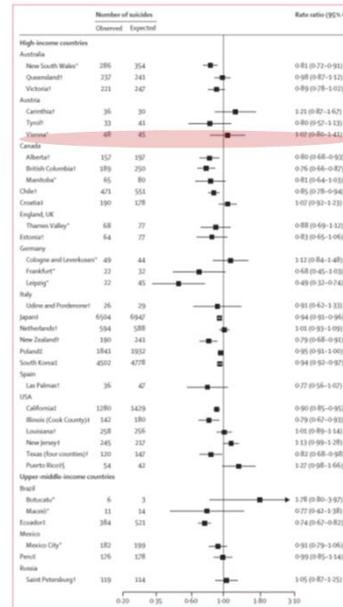
Work situation	Depression— PHQ-9 Cut-Off 10/11	Anxiety— GAD-7 Cut-Off 10/11	Disordered Eating—EAT-8 Cut-Off 2/3	Sleep— ISI7 Cut-Off 15
As before	44.8%	34.2%	49.7%	24.7%
Home office	50.5%	34.9%	51.3%	27.2%
Furlough	56.8%	35.1%	59.5%	33.8%
Lost job	80.8%	65.4%	53.8%	57.7%
Mixed *	55.4%	40.2%	48.9%	33.7%

Vorstellungen: Suizidversuche (USA)



Suizide in 2020

- Daten aus 21 Ländern
- Modellierung anhand Jän-März: Vg.I: April-Juli 2020
- Kein Hinweis auf eine Zunahme
 - Abnahme in 12 Regionen/ Ländern (Australien: NSW, Leipzig, Texas, Japan, Südkorea, Kanada, NZ,...)
- Wenn Daten bis Oktober eingeschlossen: „Ausreißer“ Wien (RR: 1.31), Japan (RR: 1.05) und Puerto Rico (RR: 1.05)



Zusammenfassung: Belastungen für Kinder

Kind:
 Angst, Depression
 Einsamkeit
 Stress/ PTSS
 Suizidalität
 Verlust an Tagesstruktur

Familie:
 Steigender Druck durch Rezession/
 Arbeitslosigkeit
 Weniger Rückzugsräume
 häusliche Gewalt
 Home-office vs. Home-schooling
 Fehlende Unterstützung (Großeltern)

Strukturen:
 Schließungen von Kindergärten und Schulen
 Schließungen von Begegnungsorten
 Einstellen von außerhäuslichen Aktivitäten
 (Vereine)
 Reduktion von aufsuchender Jugendhilfe

Was kann getan werden? Psychische Gesundheit bei Kindern

- home-schooling ⚡ home-office
- Ehrliche Information über die Situation: altersadäquat
- Kinder schauen auf Erwachsene: unberechenbares Verhalten führt zu Stress der zu Angst führt
- Authentizität hinsichtlich der Unsicherheit und Unbestimmtheit
- Psychoedukation zu normalen Reaktionen bei belastenden Ereignissen



Strategien

- **Stellenausbau:** staatl. Investition in Hilfeanbieter für Kinde und Jugendliche: Ausbildung und Unterstützung
- **Umgestaltung der Angebote:** Schwellen zur Inanspruchnahme senken, Zusammenarbeit mit Erfahrungsexpert*innen
- **Investition in Frühintervention:** kosteneffektiver
- **Systemübergreifende Kooperation fördern:** bessere Vernetzung auf regionaler Ebene
- **Repräsentation:** Expert*innen in relevanten Entscheidungsgremien verankern

Was braucht es jetzt?



Monitoring

Ausbau KJP und KJH
Psychotherapie (kassenfinanziert)

Niedrigschwellige Anlaufstellen
Beratung (ff, tel, online)
Schulsozialarbeit, Schulpsychologie,
school nurses, Schulärzte

Evidenzbasierte
Präventionsprogramme
Sport (schulisch, außerschulisch)
(mental) health literacy Förderung

Mögliche positive Aspekte

- Stärkerer innerfamiliärer Zusammenhalt
- Schule ist mehr als Übermittlung von Stoff
- Weniger Ablenkung
- Überwinden einer Herausforderung: Potential für Posttraumatic Growth
- Alternative Arbeits- und Kommunikationsformen erprobt

Zusammenfassung

- Nach der Bewältigung der Phase des exponentiellen Wachstums rücken psychosoziale Folgen in den Vordergrund:
 - Konsequenzen der Isolation und Quarantäne
 - Konsequenzen der sekundären wirtschaftlichen Folgen
 - Frühintervention und Ausbau der Hilfesysteme essentiell
- Potential der positiven Bewältigung