

## Depressionen im Kindesalter

„ICH HABE KEINE LUST !“

### Depressionen bei Kindern

Leider werden heutzutage Depressionen bei Kindern und Jugendlichen nicht immer entdeckt. Die einzelnen Episoden dauern zwischen 3 und 12 Monaten, sie

werden häufig durch belastende Lebensereignisse ausgelöst. Aber auch andere körperliche oder psychische Erkrankungen können Mit-/Auslöser sein. Diese schwerwiegenden psychischen Erkrankungen finden sich bei 2% der Kinder und 4-8% der Jugendlichen bis zu 14 % der Jugendlichen zeigen sog. depressive Symptome. Ab der Pubertät sind Mädchen stärker häufiger betroffen als Jungs.

Kinder und Jugendliche sind dabei häufig mit Computerspielen beschäftigt, isolieren sich und bleiben passiv in ihrer Freizeit. Eltern sind selbst in einen hektischen Alltag eingebunden und mit ihren beruflichen Aufgaben teilweise überlastet. Nur wenige haben Zeit hinzuhören und regelmäßig gemeinsame Freizeitaktivitäten durchzuführen.

Depressive Kinder und Jugendliche fallen z.B. negativ durch Leistungsstörungen oder permanente Streitigkeiten mit Mitschülern und Lehrern in der Schule auf. In diesen Fällen befinden sich die Kinder aber oft schon in einem fortgeschrittenen Stadium der Depression. Sie weisen bereits typische Kriterien auf wie Niedergeschlagenheit, Weinerlichkeit, traurige und bedrückte Grundstimmung. Vereinzelt können aber auch eine starke Unzufriedenheit und eine Gereiztheit vorliegen, die sich in Streitigkeiten und Aggressionen äussern kann. Weitere Symptome können bei depressiven Kindern und Jugendlichen eine allgemeine Lustlosigkeit, scheinbare Langeweile und der Interessenverlust auch bei Dingen, die ihnen bisher Spaß bereitet haben, sein. Eine zusätzliche Freudlosigkeit und das Gefühl von Minderwertigkeit und der Schuld sind ebenfalls anzutreffen. Oft zeigen Kinder und Jugendliche Ängste vor zum Teil realen oder auch eingebildeten Gefahren: zum Beispiel vor dem Alleinsein, der Dunkelheit oder Verlassenwerden, vor anderen Menschen, Monstern und Tieren. Angst ist dabei ein wichtiges Begleitsymptom, so davor, gekränkt zu werden oder peinlich zu sein. Irreale Angst vor Strafen, Kriegen, Explosionen, Feuer oder Zukunftsängste kommen je nach Alter häufig vor. Störungen des Schlafes und des Appetites sind nicht selten.

Der Therapeut kann dabei oftmals auch gehemmtes Denken und Handeln, Müdigkeit, Antriebslosigkeit oder Konzentrationsstörungen erkennen. Depressive Kinder und Jugendliche haben daher große Schwierigkeiten, eine Aufgabe abzuschließen und weisen oft Gedächtnisstörungen auf. Sie neigen zum ergebnislosen Grübeln und verlieren dadurch den Anschluss in der Schule oder im Freundeskreis. Ausserdem halten sie sich vorzugsweise zuhause oder vor dem Fernseher bzw. dem Computer auf, anstatt sich mit Freunden zu treffen oder Sport zu treiben.

Betroffene Kinder benötigen rasche Hilfe und Unterstützung um sich zu öffnen, Beratung anzunehmen. Dies kann in Form einer kinderpsychiatrischen und –psychotherapeutischen Behandlung geschehen. Im Vordergrund stehen dabei stabilisierende psychotherapeutische Einzelgespräche mit Kindern und Jugendlichen. Dabei werden die Eltern zusätzlich bei familientherapeutischen Gesprächen eng einbezogen. Zusätzlich werden im multiprofessionellen Team ergotherapeutische Behandlungen und Entspannungsmethoden angeboten.

Als Behandlungsgrundsatz gilt: „Je früher desto besser !“