

Unverkäufliche Leseprobe



**Christiane Nevermann,
Hannelore Reicher**
**Depressionen im Kindes- und
Jugendalter**
Erkennen, Verstehen, Helfen

267 Seiten, Paperback
ISBN: 978-3-406-58579-1

Vorwort

Depressionen im Kindes- und Jugendalter sind keineswegs selten, sie werden nur selten erkannt. Mehr als 5 % aller Kinder und Jugendlichen sind heute von einer schweren Depression betroffen, und etwa 10 % weisen nach jüngsten Untersuchungsergebnissen deutliche depressive Symptome auf. In Fachkreisen wird inzwischen von einem dramatischen Anstieg depressiver Störungen im Kindes- und Jugendalter gesprochen.

Depressive Kinder und Jugendliche sind nicht einfach nur „schlecht drauf“. Ihre anhaltend niedergedrückte bis gereizte Stimmung, pessimistische Selbsteinschätzungen und der Verlust an Freude und Interesse an den sonst so beliebten Aktivitäten drängen sie in die Passivität und den sozialen Rückzug. Was zuvor noch „hoch im Kurs“ stand und unbedingt durchgeführt oder mitgemacht werden mußte, wird plötzlich belanglos. Viele Dinge verlieren ihren Wert. Insbesondere im Kindesalter fallen auch körperliche Beschwerden wie Bauch- und Kopfschmerzen sowie Einschlafstörungen auf. In allen Altersstufen treten vermehrt Schulschwierigkeiten bis hin zur Schulverweigerung auf. Häufig überlagern zusätzlich auftretende Verhaltensprobleme, Eßstörungen oder auch Drogenmißbrauch die eigentliche Depression. Zwei Drittel aller depressiven Kinder und Jugendlichen weisen eine zusätzliche psychische Störung auf. Einer der Hauptgründe, warum so viele depressive Kinder und Jugendliche in ihrer eigentlichen Problematik verkannt werden.

Nur ein geringer Teil depressiver Kinder und Jugendlicher befindet sich in professioneller Behandlung. Der weitaus größere Teil bewegt sich täglich durch einen Alltag, der durch zahlreiche Mißerfolge und Niederlagen geprägt ist. Manch einer von ihnen gerät in eine schwere Selbstwertkrise und wird schon im Jugendalter suizidgefährdet. Jedes „Übersehen“ birgt die Gefahr weiterer Eskalationen von Hilflosigkeit und Hoffnungslosigkeit.

Was in diesem Buch dargestellt und behandelt wird, basiert neben eigenen Praxiserfahrungen vor allem auf unzähligen Forschungs-

ergebnissen insbesondere aus dem anglo-amerikanischen Bereich. Der aktuellen Wissensstand wurde in diesem Buch mit der Absicht zusammengetragen, dem interessierten Leser einen möglichst umfassenden Einblick in die Gesamtproblematik depressiven Verhaltens und Erlebens im Kindes- und Jugendalter zu vermitteln, um damit das zu realisieren, was im Hinblick auf depressive Kinder und Jugendliche so dringend notwendig erscheint: ein verbessertes Erkennen, Verstehen und Helfen.

Berlin und Graz, im Februar 2001

*Christiane Nevermann
Hannelore Reicher*

Originaldokument
© Verlag C.H.Beck

Vorwort zur 2. Auflage

In der vorliegenden zweiten Auflage des Buches wurde der aktuelle Forschungsstand zum Thema eingearbeitet, wobei vor allem neuere Erkenntnisse im Bereich der Behandlung depressiver Störungen bei Kindern und Jugendlichen Berücksichtigung fanden. Das Kapitel 6 wurde um die aktuellen Präventionsansätze und Präventionsprogramme ergänzt. Die gesamte Fachliteratur des Textes wurde entsprechend aktualisiert.

Berlin und Graz, im Januar 2009

*Christiane Nevermann
Hannelore Reicher*

Einführung

Da wachsen Kinder auf an Fensterstufen –
und wissen nicht, daß draußen Blumen rufen –
an einem Tag voll Weite, Glück und Wind –
und müssen Kind sein und sind traurig Kind.

(Rainer Maria Rilke)

Traurigkeit und Angst, Gefühle der Hilflosigkeit und des Versagens stellen im Leben eines jeden Menschen, so auch für Kinder und Jugendliche, besonders belastende Erfahrungen dar. Kinder wie Erwachsene können zu bestimmten Zeiten besondere Freude empfinden, sich „wie im siebten Himmel“ fühlen und zu anderen Zeiten eher deprimiert in einem vorübergehenden „Stimmungstief“ stecken. Jugendliche nennen es häufig ihre „Depri-Phase“, und Kinder, die sagen in solchen Situationen eher: „Ich hab’ schlechte Laune!“ In der Tat haben diese Kinder dann auch schlechte Stimmung, sind gereizt, nörglerisch und unausgeglichen und vor allem ohne Interesse an sonst attraktiven Aktivitäten und Unternehmungen.

Die eigene Unzufriedenheit und Unausgeglichenheit führt nicht selten zu Verhaltensweisen, die Konflikte mit den Eltern und Geschwistern, mit Freunden oder Gleichaltrigen nach sich ziehen. Aber all diese Beschreibungen sind eher normaler Alltag und haben noch wenig mit dem Vorliegen einer depressiven Störung im klinischen Sinne zu tun, auch wenn die Übergänge zwischen „normaler Traurigkeit und Bedrücktheit“ und „depressiver Traurigkeit“ durchaus fließend sein können. Depressionen (von dem lateinischen Wort „deprimere“ = herunter-, niederdrücken) sind insgesamt sehr viel mehr als gelegentliche Stimmungstiefs im Alltagsstress oder die „Depri-Phase“ im Jugendalter. Was dabei vor allem eine Rolle spielt, ist die Dauerhaftigkeit und Intensität eines depressiven Zustands sowie, vor allem bei Kindern und Jugendlichen, das Vorhandensein zusätzlicher Beeinträchtigungen. Das heißt mit anderen Worten, erst wenn solche Stimmungstiefs an Stärke massiv zunehmen, zu deutlichen zusätzlichen Verhaltens-

beeinträchtigungen führen und über längere Zeit hinweg andauern, kann möglicherweise von einer depressiven Störung mit klinischer Bedeutsamkeit gesprochen werden.

Der hier verwendete Begriff der „Störung“ verweist darauf, daß es sich in diesem Verständnis bei „depressiven Störungen“ um gestörte Formen von ansonsten normalen Verhaltensreaktionen handelt. „Störungen“ signalisieren gestörte Abläufe oder auch Abweichungen von normalen Verhaltensformen. Gleichzeitig soll damit aber auch betont werden, daß ein depressiver Zustand als ein im Erleben und Verhalten „gestörter Zustand“ einer Entwicklung unterliegt und sich entsprechend wieder zurückentwickeln kann. Bilden sich depressive Störungen ohne therapeutische Behandlung zurück, was sehr häufig passiert, handelt es sich um eine sogenannte „Spontanremission“ (Spontanerholung).

Depressionen beinhalten insgesamt unterschiedlich ausgeprägte depressive Zustandsbilder, denen vor allem eine niedergedrückte, traurige Stimmungslage, Gereiztheit, deutliche Lustlosigkeit und Passivität, ein negatives Selbstbild sowie verschiedene körperliche Beschwerden gemeinsam sind.

Die Symptome der Depressionen im Kindes- und Jugendalter sind vielfältig und vor allem durch alters- und entwicklungsbedingte Ausprägungen gekennzeichnet. In diesem Buch wird von leichten, vorübergehenden bis hin zu schweren, klinisch bedeutsamen depressiven Störungen die Rede sein. Bis vor drei Jahrzehnten meinte man noch, daß depressive Zustände bei Kindern und Jugendlichen insgesamt eher selten auftreten. Heute weiß man hingegen, daß auch Kinder und Jugendliche ähnlich den Erwachsenen schwer depressiv werden können. Und mehr noch! Mit dem Herannahen der Pubertät und dem Einstieg in das Jugendalter, d.h. also mit dem Beginn alterstypischer Irritationen und Fehlschläge sowie der Notwendigkeit zur Neu- und Umorientierung, erreichen depressive Störungen alarmierende Ausmaße.

Depressive Kinder und Jugendliche haben oft große Mühe, den täglichen Anforderungen in Familie, Schule und Freizeit zu entsprechen. Sie erleben auf vielen Ebenen vermehrt Mißerfolg und Versagen und ziehen sich in der Folge resignativ aus dem sozialen Umfeld, vor allem aus Freundeskreisen und Familienleben, zurück. Prozesse der sozialen Isolierung und der Nichtbewältigung von Aufgaben führen als Konsequenz zu weiteren emotionalen

Belastungen und verschlechtern die ohnehin beeinträchtigte Befindlichkeit. In der Fachliteratur wird zur Kennzeichnung dieser einander verstärkenden Situationen häufig auch von einer sogenannten „depressiven Spirale“ gesprochen. Dieses Bild vermittelt einen Zusammenhang fortschreitender depressiver Einengung, was auch bei Kindern und Jugendlichen mit zum Teil erheblichem persönlichem Leid und Leiden verbunden sein kann.

Der Inhalt dieses Buches gliedert sich in fünf Teile, die einander thematisch ergänzen, aber durchaus auch unabhängig voneinander gelesen werden können.

Teil I beschäftigt sich mit dem Thema der vielen möglichen Gesichter depressiver Störungen im Kindes- und Jugendalter.

Kapitel 1 führt über einzelne Fallbeispiele in die mögliche Vielfalt depressiver Erscheinungsbilder bei Kindern und Jugendlichen ein. Dabei werden die typischen Symptome depressiver Störungen ausführlich vorgestellt. Im Mittelpunkt von Kapitel 2 stehen alterstypische Merkmale depressiver Störungen. Kleinkinder zeigen andere Anzeichen einer depressiven Entwicklung als Jugendliche. Kapitel 3 will mit dem Thema „Einsamkeit und Trauer im Kindes- und Jugendalter“ noch im Bereich einer „normalen“ Entwicklung bleiben.

Teil II konzentriert sich unter dem Titel „Depressiv und hilflos – was steckt dahinter?“ auf unterschiedliche Aspekte des klinischen depressiven Störungsbildes.

In Kapitel 1 werden die klinischen Störungen „Major Depression“, „Dysthyme Störung“ und „Bipolare Störung“ mit ihren typischen Symptomen und wichtigsten diagnostischen Kriterien vorgestellt.

Dabei wird deutlich, daß es keineswegs unwichtig ist, welches depressive Verhalten wie lange und mit welcher Intensität bei einem Kind vorhanden ist. Ab einem bestimmten Ausmaß depressiver Befindlichkeit kann bei einem Kind oder Jugendlichen eine depressive Störung mit klinischer Ausprägung vorliegen. Kapitel 2 stellt die zweifellos berechtigte Frage, ob depressive Störungen im Kindes- und Jugendalter überhaupt ein häufiges Problem darstellen. Auf der Grundlage internationaler Untersuchungsergebnisse informieren wir darüber, in welchem Ausmaß depressive Störungen im Kindes- und Jugendalter heute auftreten. Kapitel 3 informiert über zusätzliche Probleme, die etwa zwei Drittel aller depressiven

Kinder und Jugendlichen aufweisen, darunter vor allem Angststörungen, Störungen im Sozialverhalten, Eßstörungen, Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität sowie auch Drogenprobleme. Solche gleichzeitig vorhandenen psychischen Störungen können eine vorhandene depressive Störung verdecken oder überlagern. Kapitel 4 thematisiert mögliche Suizidalität (suicidere = sich selbst vernichten bzw. töten) bei Kindern und Jugendlichen mit depressiven Störungen. Ein entscheidender Anteil an gelungenen Suiziden und Suizidversuchen geht auf eine schwere depressive Störung zurück. Die Gefahr einer möglichen suizidalen Entwicklung läßt depressive Störungen im Kindes- und Jugendalter zu einer unbedingt ernstzunehmenden Problematik werden. Dabei wird u.a. auch der Frage nachzugehen sein, warum bereits Kinder und Jugendliche über eine Selbsttötung nachdenken, welche unter ihnen am meisten gefährdet scheinen und was Eltern, Lehrer und andere soziale Bezugspersonen überhaupt tun können, um eine suizidale Entwicklung rechtzeitig zu erkennen und suizidale Krisen abwenden zu helfen. In Kapitel 5 wird die Frage zu beantworten versucht, ob aus depressiven Kindern depressive Erwachsene werden.

Teil III widmet sich dem Thema Familie, Schule und Depression.

Die beiden entscheidenden Lebenswelten in der Entwicklung von Kindern und Jugendlichen stellen die Familie und die Schule dar. Eltern und Lehrer bemühen sich, Kindern eine optimale Grundlage zu schaffen, auf der sich die kindliche Persönlichkeit entwickeln kann. Was ist, wenn diese Bedingungen doch nicht in notwendiger Weise vorhanden sind? Welche Einflußfaktoren können dazu führen, daß Kinder sich enttäuscht von der Familie abwenden und auch von ihren Freunden nichts mehr wissen wollen? Kapitel 1 behandelt unterschiedliche Problembereiche des Zusammenlebens depressiver Kinder und Jugendlicher mit ihren Eltern und Geschwistern. Besonders herausgehoben wird dabei das Thema „Wenn ein Elternteil depressiv ist“. Für Eltern und Lehrer ist es von besonderer Bedeutung zu wissen, ob depressive Störungen den Schulerfolg beeinträchtigen können und wenn ja, in welcher Weise. Kann man von einer „Schuldepression“ sprechen? Und woran erkennt eine Lehrerin oder ein Lehrer überhaupt, daß eine Schülerin oder ein Schüler in einer depressiven

Entwicklung steckt? Das 2. Kapitel beleuchtet die Thematik aus unterschiedlichen Perspektiven. Dabei werden die beiden Themen „Mobbing als Risikofaktor für Depressionen“ und „Depression und Schulverweigerung“ besonders ausführlich behandelt. Sie stellen zwei sehr aktuelle Aspekte in der gegenwärtigen Schuldiskussion dar. Das Kapitel wird mit einer Reihe von Empfehlungen zum Vorbeugen depressiver Entwicklungen in der Schule beendet.

Teil IV thematisiert die schwierige Frage: Warum können Kinder und Jugendliche depressiv werden?

Die einzelnen Kapitel behandeln mögliche Entstehungsbedingungen und Verursachungshintergründe depressiver Störungen bei Kindern und Jugendlichen aus jeweils unterschiedlicher Perspektive. Dabei wird mit einer kritischen Betrachtung verschiedener Aspekte der Lebenswelt von Kindern heute begonnen. Es besteht kein Zweifel darüber, daß Depressionen im Kindes- und Jugendalter in bestimmten Fällen einen ganz konkreten psychosozialen Hintergrund haben. Die betroffenen Kinder reagieren auf bestimmte belastende Ereignisse und Bedingungen. Kapitel 1 hat die „Lebenswelt heute“ zum Thema. Kapitel 2 stellt aus wissenschaftlicher Perspektive eine Reihe von psychologischen Theorien zur Erklärung der Entstehung und Aufrechterhaltung depressiver Störungen vor. Kapitel 3 ergänzt die psychologischen Erklärungsmodelle, indem die biologischen Ansätze vorgestellt werden. Dabei handelt es sich sowohl um mögliche genetische Vorprägungen als auch biochemische Verursachungsfaktoren. In Kapitel 4 wird die Frage behandelt, welche Kinder und Jugendlichen möglicherweise stärker als andere gefährdet sind, depressiv zu werden. Was schützt sie vor dem Auftreten von Depressionen? Obwohl auch biologische, organische oder genetische Risikofaktoren mit der Entwicklung depressiver Störungen in Verbindung gebracht werden, können psychosoziale Faktoren wie Streß, Verlustereignisse sowie auch Lernschwierigkeiten und soziale Probleme mit verursachend bzw. verstärkend wirken. Offensichtlich gibt es aber auch sogenannte „Schutzfaktoren“, die trotz bestimmter Lebensbelastungen vor Depression schützen.

Teil V steht unter dem Thema Helfen und Vorbeugen. Mit dem deutlichen Ansteigen depressiver Störungen und der Vielzahl „unbehandelter“ bzw. auch „unerkannter“ Kinder und Jugendlicher mit depressiven Störungen wächst die unbedingte Notwendigkeit,

sich mit diesen Aspekten auf allen Ebenen praktischen Handelns auseinanderzusetzen.

In Kapitel 1 werden Schwierigkeiten und Probleme beim Erkennen depressiver Entwicklungen angesprochen. Dabei wird auch gefragt, welche Informationen diagnostisch wichtig sind. Sind depressive Kinder und Jugendliche zuverlässige Informanten? Oder vielleicht eher Eltern oder Lehrer? Im Kapitel 2 wird über Hilfemöglichkeiten und Ansätze von Hilfe gesprochen. Es finden sich Hinweise auf Möglichkeiten professioneller Hilfe durch öffentliche Einrichtungen und Institutionen. Kapitel 3 stellt unterschiedliche psychologisch-therapeutische Verfahren zur Behandlung von Depressionen bei Kindern und Jugendlichen vor. In Kapitel 2 werden vorhandene psychologisch-therapeutische Konzepte vorgestellt. Konkret wird auf kognitiv-verhaltenstherapeutische, psychoanalytische, spieltherapeutische und familienbezogene Ansätze eingegangen. Kapitel 4 ergänzt die Informationen durch Ausführungen zur medikamentösen Behandlung von Depressionen bei Kindern. In Kapitel 5 werden besonders die Eltern angesprochen. Es geht um Beratung und Hilfestellung im Umgang mit depressiven Kindern. Was kann man als Eltern tun, um depressive Entwicklungen zu reduzieren bzw. aufzuheben? Neben einer professionellen psychologischen Psychotherapie sind auch präventive Überlegungen immer wieder notwendig. In der Praxis finden sich bisher nur wenige ausgearbeitete Konzepte, die das Ziel verfolgen, Kinder und Jugendliche vor Depressionen zu schützen.