

«Es ist keine Insel in Sicht»

Kinder-Therapeutinnen am Limit Vier Expertinnen berichten über monatelange Wartelisten für psychisch kranke Minderjährige, übervolle Behandlungsstationen – und die eigene Verzweiflung.

Simone Rau und **Roland Gamp**

Corona setzt Kindern und Jugendlichen psychisch extrem zu. Seit Monaten warnen Fachleute vor einer Zunahme minderjähriger Patienten durch die Pandemie und vor Versorgungsengpässen. Doch erst jetzt zeigt eine schweizweite Umfrage bei über 450 Psychiaterinnen und Psychologen das Ausmass der Krise. 78 Prozent von ihnen schätzten das Behandlungsangebot Anfang 2021 als viel zu gering ein (vgl. Ausgabe von gestern).

Erstmals wird mit der Umfrage auch klar, welche starken Belastungen die psychosozialen Fachleute selbst ausgesetzt sind. Nun erzählen vier Therapeutinnen aus ihrem Alltag.

Barbara Widmer

Psychotherapeutin, Kompetenzzentrum für Essstörungen und Adipositas

Die Zunahme von Patienten war enorm. Wir sind so stark ausgelastet, dass wir immer wieder Jugendliche mit Essstörungen abweisen müssen, die Hilfe bräuchten. Ich habe Klientinnen, die sagen, sie hätten bis zu 40 Psychiater und Psychotherapeutinnen angeschrieben.

Die Akutstationen für Jugendliche sind mittlerweile so voll, dass man sie in Erwachsenenkliniken bringt. Es gibt also Zwölfjährige mit Essstörungen, die zusammen mit schwer psychotischen Frauen und Männern unterkommen. Mit Erwachsenen, die fremdgefährdend sind. Das ist sehr problematisch.

Ich erlebte eine Patientin, die war so tief drin in einer Essstörung, dass sie nicht mehr zu rechnungsfähig war. Trotzdem fand ich keinen Platz für sie.

Hilfe anzunehmen, ist für Betroffene sowieso schwierig. Die meisten warten, bis es nicht mehr geht. Sie melden sich erst bei mir, wenn sie schon am Ertrinken sind. Wenn ich dann sagen muss, dass es vielleicht erst in sieben Monaten einen Platz gibt, ist das fürchterlich für die Patientinnen und Angehörigen. Oft habe ich das Gefühl: Ich bin die einzige Person, die diesem jungen Menschen Stabilität bieten könnte. Aber meine Kapazitäten reichen einfach nicht. Schwer kranke junge Menschen muss man doch irgendwie über Wasser halten. Aber es ist im Moment keine Insel in Sicht. Das ist eine extreme Belastung für die ganze Berufsgruppe.

Sophie Engström

Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie, Praxisgemeinschaft Märtpfatz Oerlikon

Mit der Corona-Krise kamen sehr rasch extrem viele Anfragen: von Eltern, Schulen, Behörden, Ärzten, auch Jugendlichen selbst. Aber eine schwere Depression bei Jugendlichen lässt sich nicht in drei Sitzungen behandeln. Das braucht Zeit. Diese Therapieplätze sind also lange belegt.

Die Wartelisten waren irgendwann so lang, dass sie sinnlos wurden. Das funktioniert nicht, wenn man jemanden aufnimmt, aber erst Monate später behandeln kann. Heute sagen wir: Wir haben gerade Kapazität. Oder



Gefragte Therapeutinnen: Curschellas (o.l.), von Schrötter (o.r.), Widmer (u.l.) und Engström (u.r.). Fotos: Ela Çelik, Dominique Meienberg

nicht. Den Familien nicht gerecht zu werden, ist für viele Psychotherapeutinnen schwierig auszuhalten. Gerade für junge Fachleute ist es eine Herausforderung. Es gibt Phasen, in denen man denkt, man habe bald ein Burn-out – aber man will einfach weitermachen, um zu helfen. Wir dürfen nicht alleinbleiben mit diesem Druck und müssen uns auch selber Hilfe holen.

Wir sind sehr bemüht, ein gutes Angebot zu schaffen. Niemand will ein Kind enttäuschen, das Hilfe sucht. Aber die Kapazitäten reichen einfach nicht für alle Anfragen. Es gibt nicht genügend Fachkräfte, weder in Kliniken noch in den Praxen.

Wichtig ist, dass wir Psychiater und Psychotherapeutinnen es nicht allein richten können. Es braucht eine gesellschaftliche Sensibilisierung und Früherkennung – in der Familie, der Schule, im Sportverein, wir müssen Kinder und Jugendliche unterstützen, sie rechtzeitig abholen, bevor die Probleme eskalieren.

Vera von Schrötter

Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychotherapiestation für Jugendliche an der Integrierten Psychiatrie Winterthur – Zürcher Unterland (IPW)
Depressionen und Angststörungen haben in der Pandemie sehr stark zugenommen, ebenso so-

Persönliche Krisen: Hier finden Sie Hilfe

Haben Sie selbst psychische Probleme oder kennen Sie eine betroffene Person?

Für Kinder und Jugendliche ist das Telefon 147 rund um die Uhr da, auch per SMS, Chat, E-Mail oder online unter www.147.ch. Erwachsene können jederzeit die Dargebotene Hand kontaktieren mit der Telefonnummer 143. E-Mail- und Chat-Kontakte finden Sie auf www.143.ch. Die Angebote sind vertraulich und kostenlos. Unterstützung bieten auch Pro Mente Sana oder die Website www.wie-gehts-dir.ch. (red)

ziale Phobien, Essstörungen, selbstverletzendes Verhalten und Suizidalität. Vor der Pandemie hatte unsere Therapiestation 10 bis 12 Plätze. Vor ungefähr einem Jahr haben wir wegen der sehr hohen Nachfrage angefangen, kontinuierlich auszubauen. Nun sind wir bei 16 Plätzen – und am Limit. Es ist sehr eng auf der Station. Und sehr laut.

Wir führen mit allen Jugendlichen ein Vorgespräch. Vor der Pandemie führten wir dieses in den meisten Fällen innerhalb einer Woche nach der Anmeldung. Vier Wochen später kam es zum Eintritt. Jetzt dauert es sicher zwei bis drei Wochen bis zum Vorgespräch, danach nochmals

acht Wochen bis zum Eintritt. In dieser Zeit können sich die Symptome verstärken.

Ist jemand akut suizidal oder zu instabil für unsere Therapiestation, überweisen wir ihn auf die Akutstation. Da können wir nicht zuwarten. Zugenommen haben insbesondere die Überweisungen in die Erwachsenenpsychiatrie – weil es schlicht nicht genug stationäre Plätze in der Jugendpsychiatrie gibt. Erste Erhebungen gehen von einer Verdoppelung aus.

Damit sich langfristig etwas ändert, müssten sowohl das stationäre als auch das ambulante Angebot weiter ausgebaut werden. Und mehr Medizinstudierende müssten sich für unsere Fachrichtung entscheiden. Das ist immerhin etwas Schönes an der Pandemie: Unser Beruf erhält mehr Anerkennung.

Auch stellen wir eine Entstigmatisierung von psychischen Krankheiten fest. Die Jugendlichen dürfen sagen, dass sie belastet sind – weil es auch vielen anderen so geht. Genau das ist aber auch ein Problem: Die Jugendlichen merken, dass es keine Sicherheit mehr gibt, nicht in der Schule, nicht zu Hause. Dass auch ihre Bezugspersonen belastet sind.

Stefania Curschellas

Selbstständige Fachpsychologin für Psychotherapie und für Kinder- und Jugendpsychologie FSP in der Stadt Zürich

Bei mir in der Praxis haben vor allem Panikattacken und Angststörungen zugenommen. Gerade bei jungen Mädchen. Sie machen sich einen extremen Druck in der Leistungsgesellschaft, haben schon im frühen Alter Zukunftsängste. Normalerweise regulieren Teenager diesen Stress untereinander, indem sie sich austauschen. Aber im Lockdown brach das zusammen, Strukturen wie Sportvereine oder die Pfadi fielen weg.

Kinder, deren Entwicklungsaufgabe es ist, herauszugehen und Neues zu entdecken, mussten plötzlich zu Hause bleiben. Und so rutschten viele in eine Depression, manche äusserten gar Suizidgedanken. Wir alle haben eine ständige Unsicherheit durch Corona. Und Kinder trifft das am meisten. Das glaubt man oft gar nicht, weil sie Ängste nicht so gut ausdrücken können. Aber die aktuelle Situation macht ihnen extrem zu schaffen.

Ich habe täglich Anfragen von verzweifelten Eltern, die keine Plätze für ihre Kinder finden. Die meisten muss ich abweisen, darunter auch schwere Fälle. Einfach weil ich keine Kapazitäten habe. Meinen Patienten sage ich immer: Ihr müsst gut zu euch schauen. Das sollte aber auch für mich selber gelten. Es nützt niemandem etwas, wenn es mich auch noch umhaut.

Dass die Ressourcen knapp sind, sagen wir Psychologinnen schon lange. Aber es rückt erst jetzt durch die Pandemie in den Fokus. Viel zu oft schaut die Gesellschaft nur auf die körperliche Gesundheit. Die seelische Gesundheit ist leider zweitrangig. Dabei wäre die genauso wichtig, auch bei Kindern.