

Burnout im Kinderzimmer

Unter dem Titel „Machen wir unsere Kinder verrückt?“ fanden im April Themenabende zu Burnout, AD(H)S, Essstörungen und Autismus bei Kindern im Deutschen Hygiene-Museum in Dresden statt. Grundanliegen der Kooperationsveranstaltung zwischen Sächsischer Landesärztekammer, Hygiene-Museum sowie der Kinder- und Jugendpsychiatrie der Uniklinik Dresden war eine kritische Auseinandersetzung mit den Ursachen dieser Krankheitsbilder in der heutigen Zeit. Den Einstieg zu Burnout bei Kindern lieferten der Kinder- und Jugendpsychiater Prof. Dr. med. habil. Martin Holtmann aus Bochum und der Erziehungswissenschaftler Prof. Dr. Holger Ziegler aus Bielefeld. Beide betonten ausdrücklich, dass Burnout keine Diagnose ist und sich dahinter meist eine Depression verbirgt. Aber Burnout ist ein Risikozustand für psychische Erkrankungen.

Prof. Holtmann zeigte anhand von Statistiken die enorme Zunahme von psychischen Störungen bei Kindern. Waren es im Jahr 2000 noch 2.000 Kinder die stationär behandelt wurden, so waren es zehn Jahre später bereits 12.000. Die Zunahme erklärt sich nach seiner Analyse dadurch, dass psychische Störungen immer früher einsetzen, die Gesamtzahl in der Bevölkerung daher gleich bleibt. Heute durchläuft jedes fünfte Kind bis zum 18. Lebensjahr eine depressive Phase, die nicht mit einer pubertären Melancholie verwechselt werden darf. Zum Schutz der Kinder sollten Ärzte eine psychische Störung immer zweifelsfrei diagnostizieren, um Fehlbehandlungen auszuschließen. Die prozentualen Steigerungsraten bei der Verschreibung von Methylphenidat ließen da manchmal etwas anderes vermuten.

Zu den häufigsten Störungen bei Kindern gehören 1. Depressionen, 2. Angst, 3. AD(H)S und 4. Sozialverhalten. Zu den Hauptursachen zählt Prof. Dr. Holtmann Konflikte in der Familie, negative Grundeinstellung,



Prof. Dr. med. Martin Holtmann © SLÄK

Armut, fehlende Verantwortungsübernahme von Eltern bzw. Schule, Zeitmangel und die Präsenz der Medien. Depressionen sind zunächst mit einer Pharmako- und Psychotherapie gut heilbar. Allerdings gibt es eine Rückfallquote von 40 Prozent nach fünf Jahren. Es sollte immer eine Familientherapie erfolgen. Doch da fehlt es oft an einer vernetzten Zusammenarbeit zwischen Psychiatern, Kinder- und Jugendpsychiatern und Psychologen.

Eine erziehungswissenschaftliche Studie zu Stress bei Kindern von Prof. Ziegler in München, Dresden und Hamburg ergab, dass 18 Prozent unter Stress leiden. Die Hauptursachen dafür sind der hohe Erwartungs- und Erfolgsdruck der Eltern bei (schulischen) Leistungen, zu wenig Zeit und negative Termine sowie Konflikte in der Familie. Eltern sollten daher ihre Kinder fördern, aber nicht überfordern. Der Stresslevel steigt zwischen der 1. und 4. Klasse stark an. Wobei Kinder aus der sogenannten Mittelschicht durch den elterlichen Wunsch nach gesellschaftlichem Aufstieg besonders betroffen sind. Kinder aus wohlhabenden Familien neigen dagegen zu geringerer Stressanfälligkeit, da deren Eltern aufgrund des finanziellen Spielraums weniger Druck ausüben.

Prof. Dr. med. habil. Veit Rößner, Kinder- und Jugendpsychiater von der Uniklinik Dresden, und Prof. Dr. Nicole Becker, Erziehungswissenschaftlerin aus Freiburg, widmeten sich beim zweiten Termin dem Thema „AD(H)S – Eine Modediagnose für Schulprobleme?“. Auch hier wurde eine zweifelsfreie Diagnose



Prof. Dr. Holger Ziegler © SLÄK

angemahnt, um andere psychische Störungen wie Angst oder Depression auszuschließen. Dabei sind die gängigen Fragebögen meist nicht ausreichend zuverlässig. Das Diagnoseverfahren ist eine Kombination aus Fragebogen, Blut-, Urin- und Stuhlproben, EEG, EKG oder Computertomografie. Die Gesamtzeit der Diagnosestellung bei AD(H)S kann durch mehrere Wochen betragen und weitere Untersuchungen beinhalten. Zu den Ursachen zählen zu 80 Prozent Vererbung sowie gesellschaftlich fördernde Faktoren, wie Abweisung von Verantwortung, weniger Regeln im Alltag und die mangelnde Einhaltung von Regeln sowie die permanente Medienpräsenz.

Die sich anschließenden Diskussionen mit dem Publikum, bestehend aus Erziehern, Eltern, Ärzten und Betroffenen, zeigte eine allgemeine Orientierungslosigkeit im Umgang und mit der „richtigen“ Erziehung von Kindern in der heutigen Gesellschaft, wo Leistung, Medienpräsenz und Patch-Work-Familien zum Alltag gehören. Kann es richtig sein, ein dreijähriges Kind im Kindergarten zu fragen „Möchtest du jetzt beim Architekturprojekt, beim Kreativtisch mitmachen oder gar nichts tun?“. Und ist es gut, wenn weinende Drei- bis Vierjährige beim Kindermarathon, wie kürzlich in der Schweiz, von ihren Eltern über die Ziellinie geschleift werden?

Zumindest die jeweils über 500 Gäste pro Abend dieser Veranstaltungsreihe werden sich diese Fragen gestellt haben.