

Aktuelle Forschungsergebnisse zur Lebenssituation von Kindern und Jugendlichen in der Corona-Pandemie

Prof. Dr. phil. Stefanie J. Schmidt

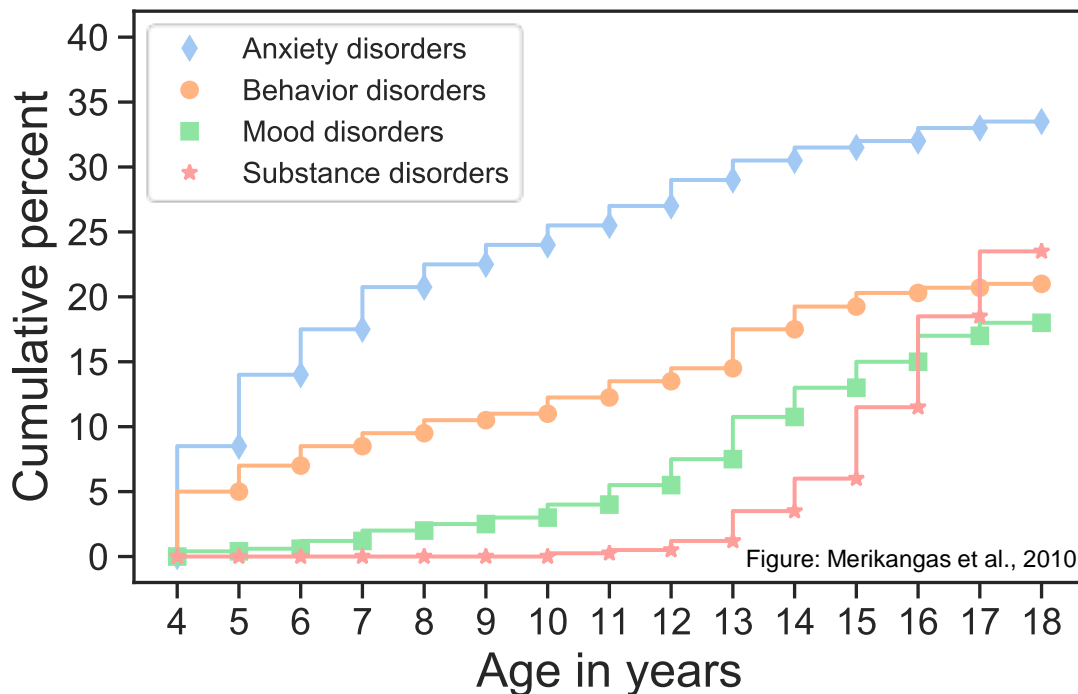
*Professorin für Klinische Psychologie des Kindes- und Jugendalters,
Universität Bern, Schweiz
stefanie.schmidt@unibe.ch*

**Fachkonferenz
„Kinder brauchen mehr / Jugend braucht mehr“
9. November 2021**

Hintergrund

Psychische Gesundheit bei Kindern und Jugendlichen - Beginn

50% Beginn vor dem 14. Lebensjahr
75% Beginn vor dem 24. Lebensjahr



- **Beginn** der meisten psychischen Störungen im Kindes- und Jugendalter
- **60%** der Störungen persistieren
- **Lange Dauer** (> 6 Monate) als bester Prädiktor

Herausforderungen für Kinder, Jugendliche und ihre Familien durch COVID-19

Herausforderungen der COVID-19 Pandemie für Kinder und Jugendliche:

- **Soziales Netzwerk:** weniger Peer-Kontakte, soziale Isolation
- **Review: Einfluss von sozialer Isolation und Einsamkeit** auf psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
 - **63 Studien**, n=51`576 Teilnehmende
 - Höheres Risiko für **Depressionen und Angststörungen**
 - **Dauer der Einsamkeit** hat stärkeren Einfluss als **Intensität**
 - Psychische Probleme **bis 9 Jahre nach** Isolation vorhanden

Herausforderungen der COVID-19 Pandemie für Kinder und Jugendliche:

- Herausforderungen im **Familiensystem**
 - Durch **Home-Schooling** und **Distance-Learning**
 - **Zukunftsängste**
 - Distress in **Eltern-Kind Interaktionen**, Crowding, Paar-/Ehekonflikte
 - Höhere Raten an **elterlichem Burnout** und **Kindesmisshandlungen**
 - **Angst um Angehörige**, kein adäquater Trauerprozess möglich

Herausforderungen der COVID-19 Pandemie für Kinder und Jugendliche:

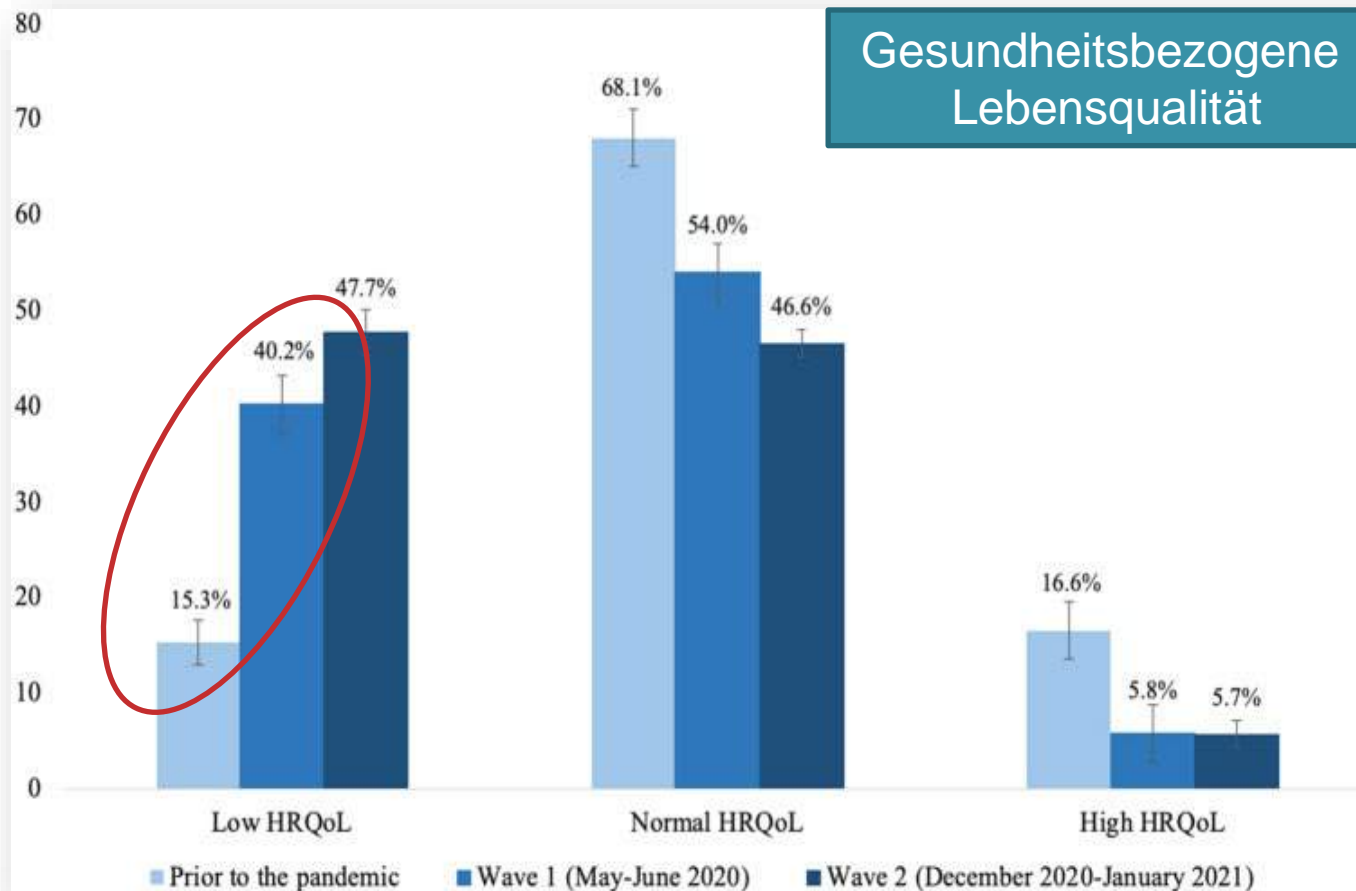
- **Verständnisprobleme** bei kleinen Kindern wegen sich entwickelnder kognitiven Fähigkeiten
 - Veränderungen in der **täglichen Routine**
 - **Komplexe Informationen** zur Pandemie zu verarbeiten
 - Schwierigkeiten, mit den **Sorgen der Eltern** umzugehen

**Studienergebnisse zur psychischen
Gesundheit von Kindern und Jugendlichen
in Deutschland**

Studienergebnisse

Deutschland – Repräsentative Längsschnitt-Studie (COPSY)

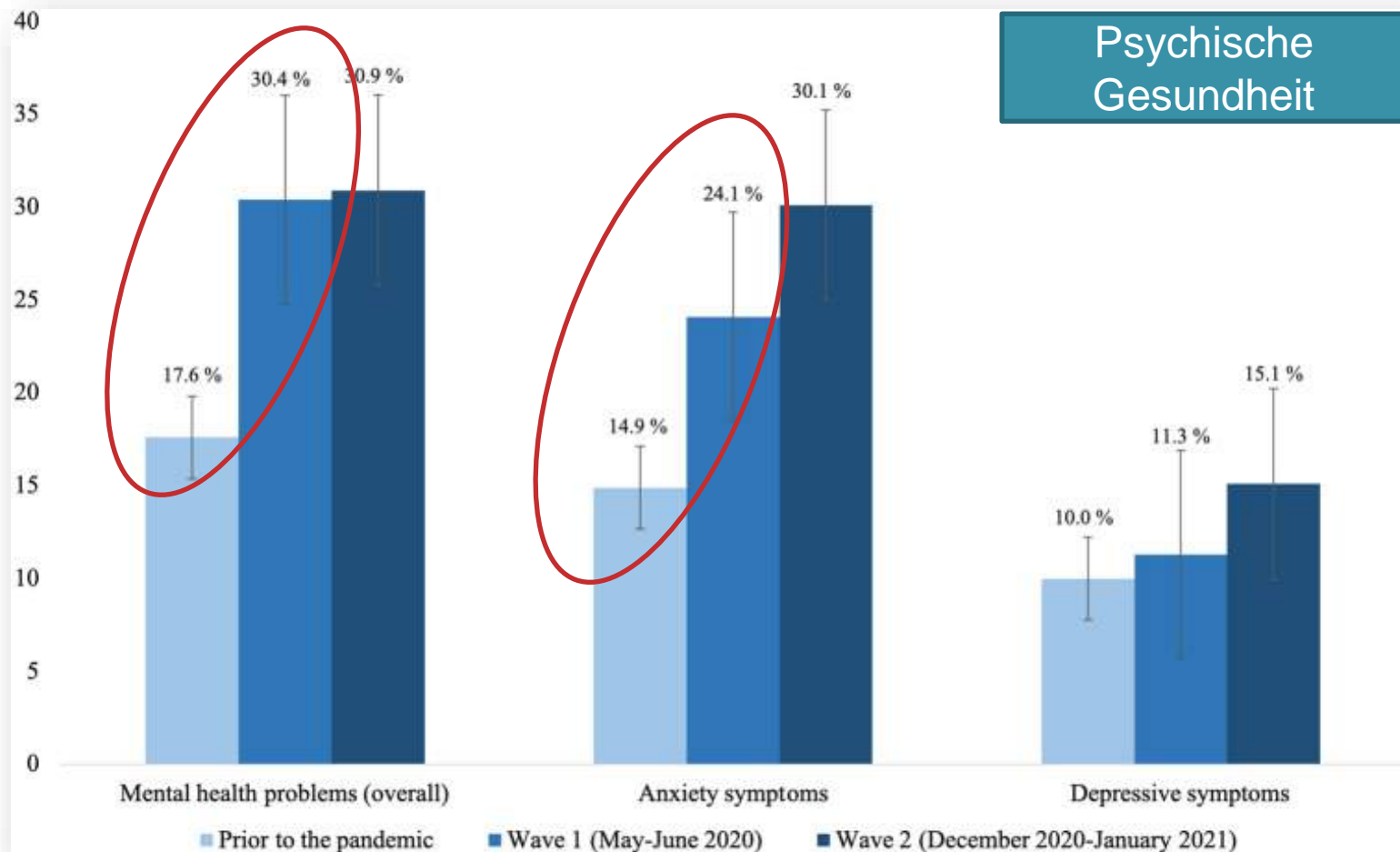
- **1923 Kinder/Jugendliche und ihre Eltern** (7-17 Jahre; M=12.7), 85% Mitmachrate beim Follow-up; 16.0% Migrationshintergrund, 55.7% mittleres Bildungsniveau Eltern
- **2 Erhebungszeitpunkte:** Mai/Juni 2020 und Dezember 2020/Januar 2021



Studienergebnisse

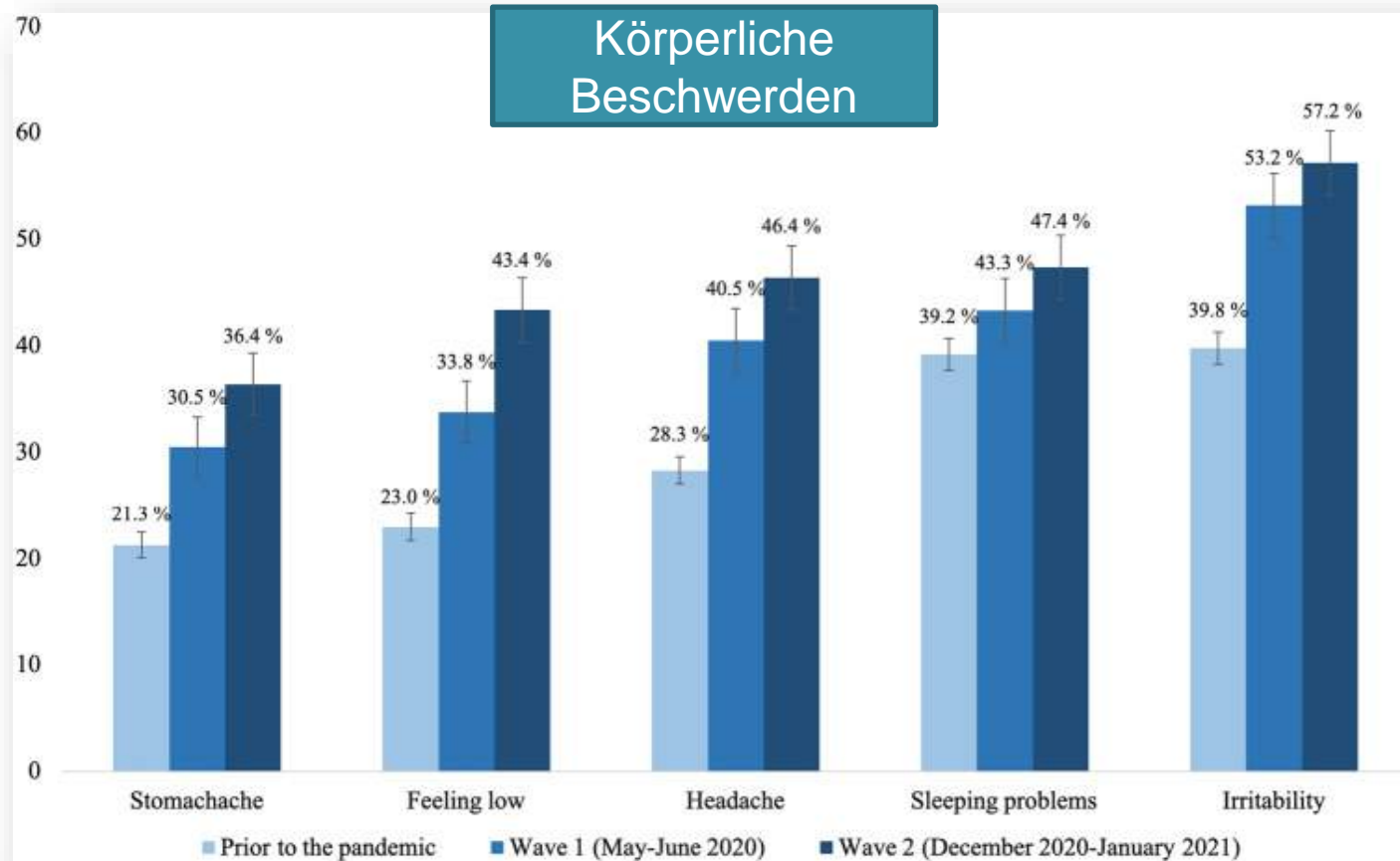
Deutschland – Repräsentative Längsschnitt-Studie (COPSY)

Signifikant **mehr psychische Probleme und Angst** als vor der Pandemie



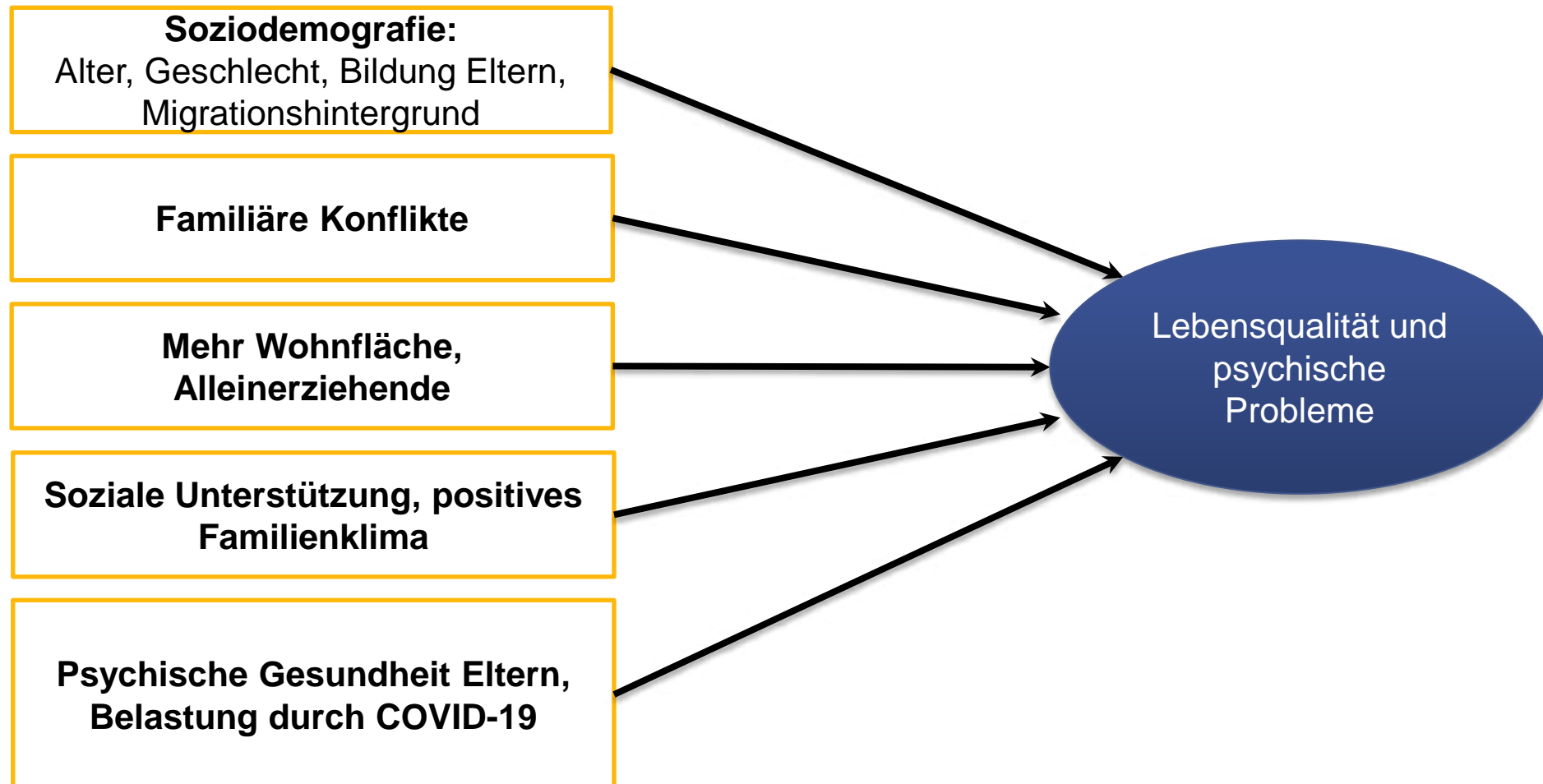
Studienergebnisse

Deutschland – Repräsentative Längsschnitt-Studie (COPSY)



Studienergebnisse

Deutschland – Repräsentative Längsschnitt-Studie (COPSY)



Alterseffekte auf psychische Probleme im Kindes- und Jugendalter

Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Rekrutierung



Universität
Zürich

u^b

UNIVERSITÄT
BERN

- **Anonyme Online-Umfrage** (9. April bis 11. Mai 2020), quer- und längsschnittliche Studie (0-3-6-12 Monate)
- **Rekrutierung** via E-Mail, Soziale Medien, Websites und Zeitschriften, Flyer
- **Einschlusskriterien:**
 - Wohnort in **Deutschland, Liechtenstein, Schweiz, Österreich**
 - Elternteil / BetreuerIn eines Kindes zwischen **1-10 Jahren** oder **Jugendliche/r ≥11 Jahre**
 - Genügend gute **Deutschkenntnisse**
 - **Informierte Einwilligung**



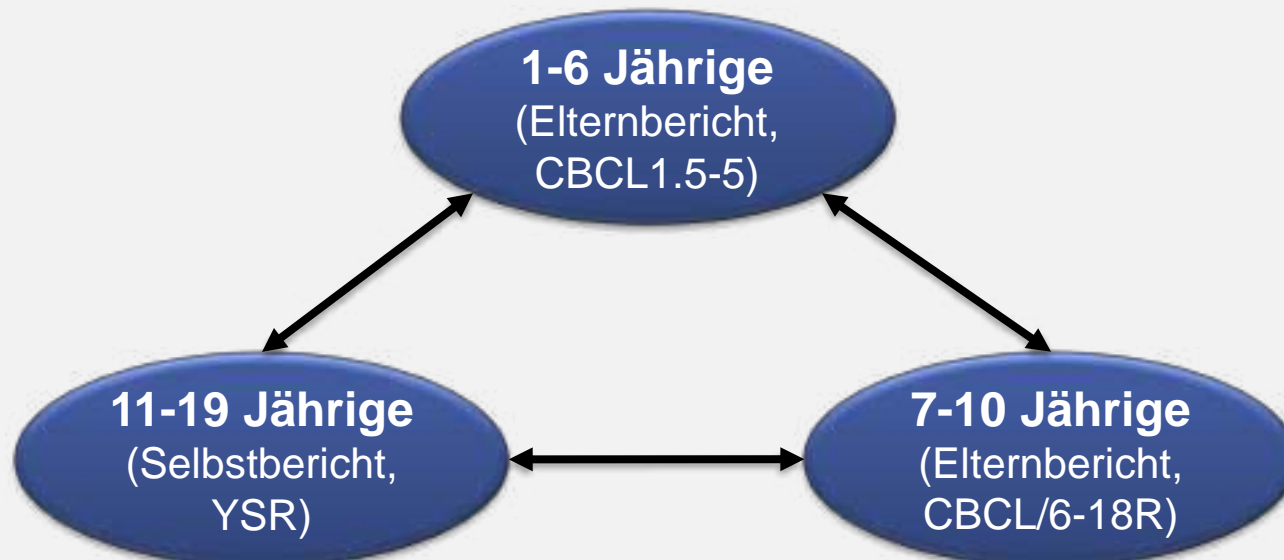
Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Konstrukte

Auswirkungen auf emotionale und verhaltensbezogene Probleme

(Child Behavior Checklist/CBCL und Youth Self Report/YSR)

- Altersgruppen
- Affektiv, Angst und oppositionell-trotzig (1-6J) und Angst/Depression, Rückzug/Depression und Aggressives Verhalten (7-19J)
- Abnahme - Unverändert - Zunahme



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Stichprobenbeschreibung



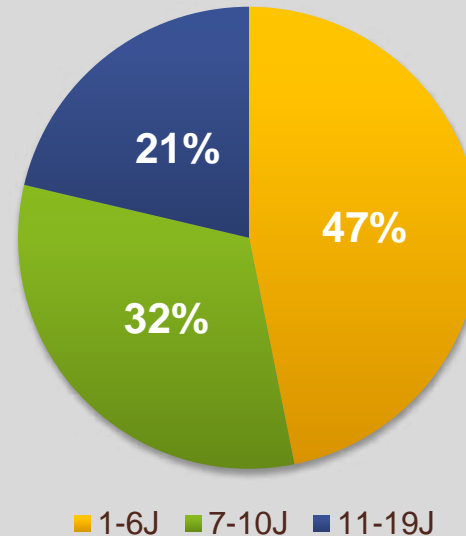
Universität
Zürich

u^b

UNIVERSITÄT
BERN

– 5823 Teilnehmende

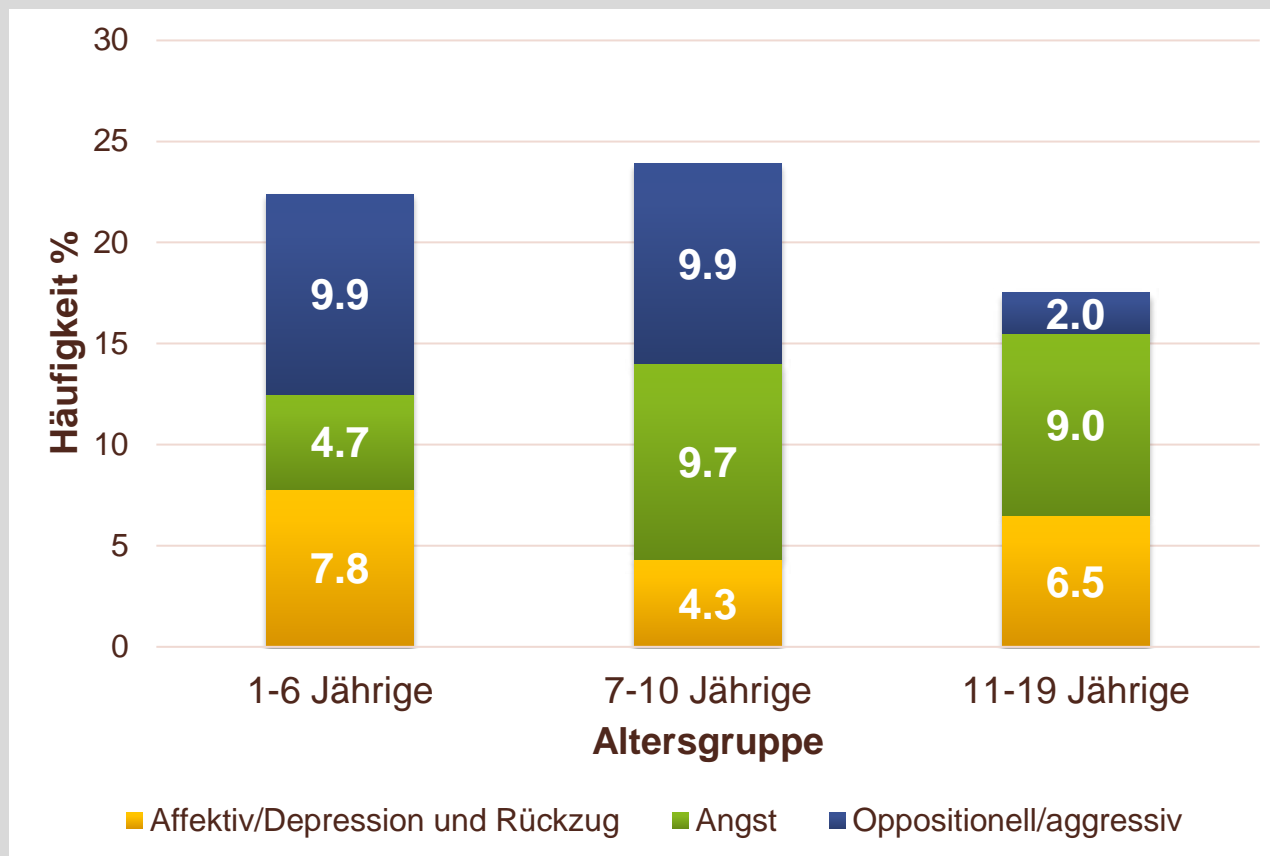
- 52.1% weiblich
- Durchschnittsalter 7.6 Jahre (SD=4.3)
- Zusammenleben mit beiden Eltern: 87.7%
- Bildungsniveau Eltern:
 - Mutter: 44.9% Universität
 - Vater: 39.1% Universität
- Altersverteilung:



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz – Klinisch-relevant

- Zwischen **2.0% und 9.9%** berichteten emotionale und Verhaltensprobleme über dem klinischen Cut-off ($T \geq 70$)



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Veränderung

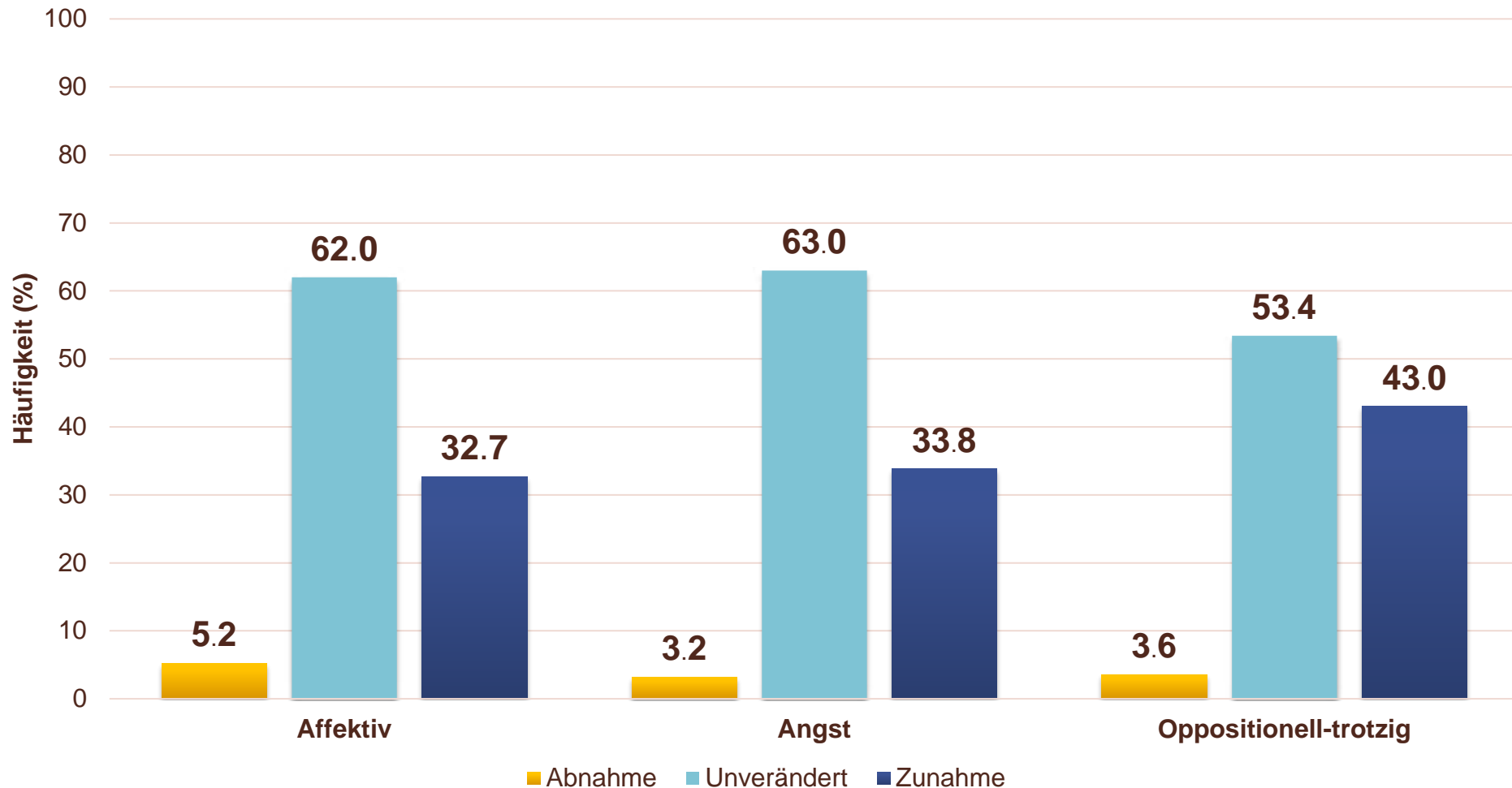


Universität
Zürich

u^b

UNIVERSITÄT
BERN

1-6 Jährige (N=2726)



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Veränderung

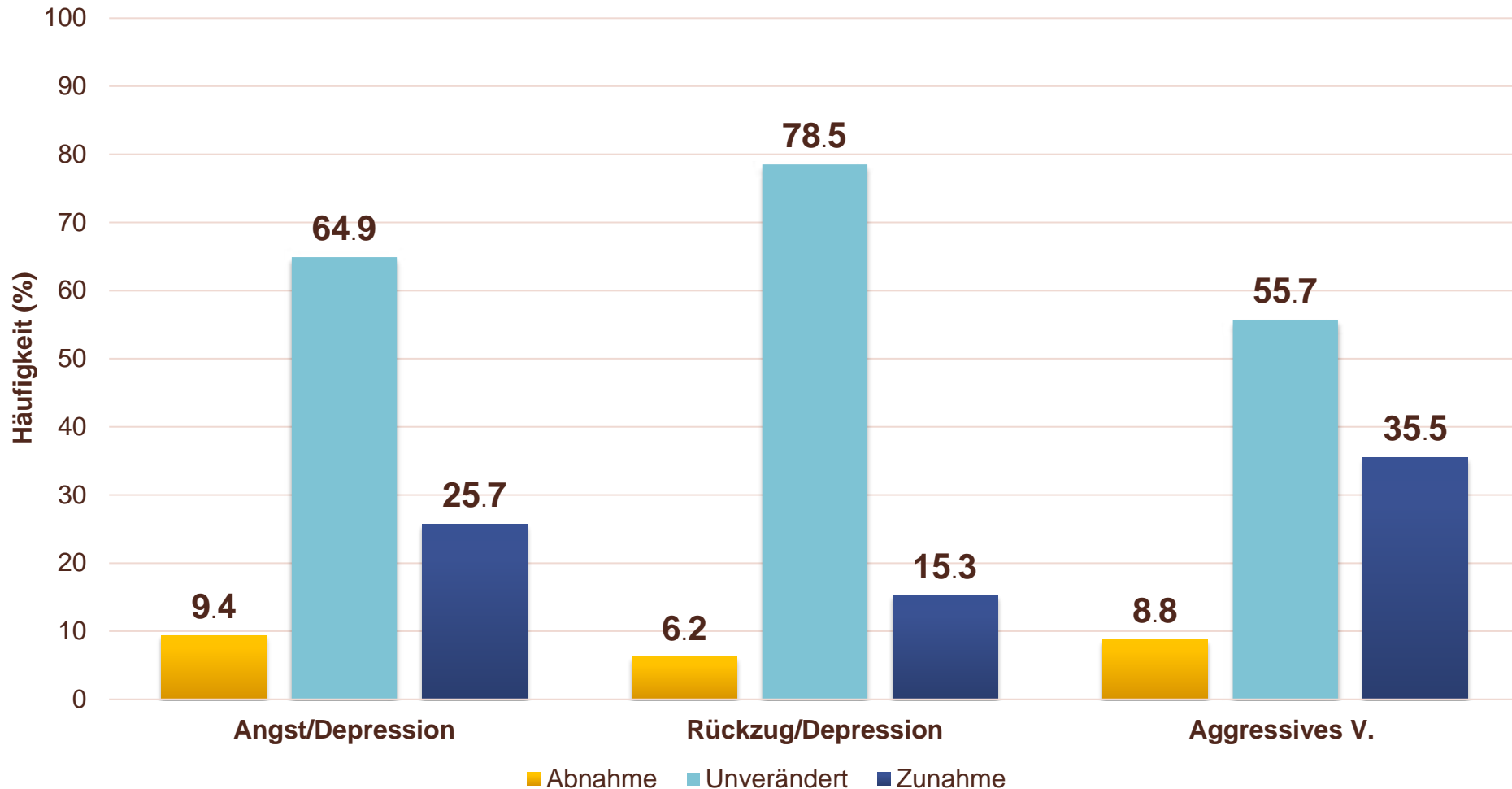


Universität
Zürich

u^b

UNIVERSITÄT
BERN

7-10 Jährige (N=1854)



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Veränderung

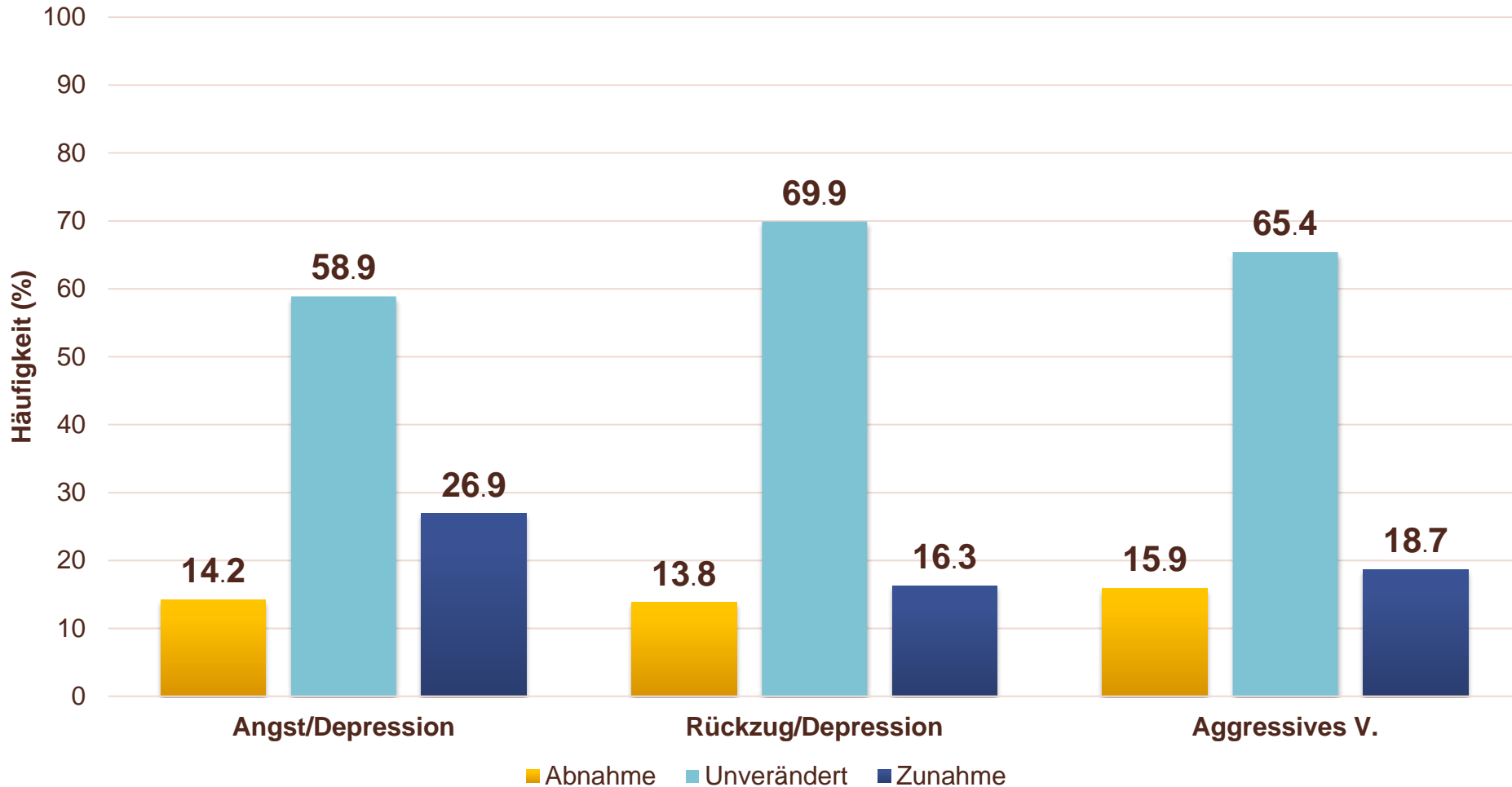


Universität
Zürich

u^b

UNIVERSITÄT
BERN

11-19 Jährige (N=1243)



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Alterseffekte

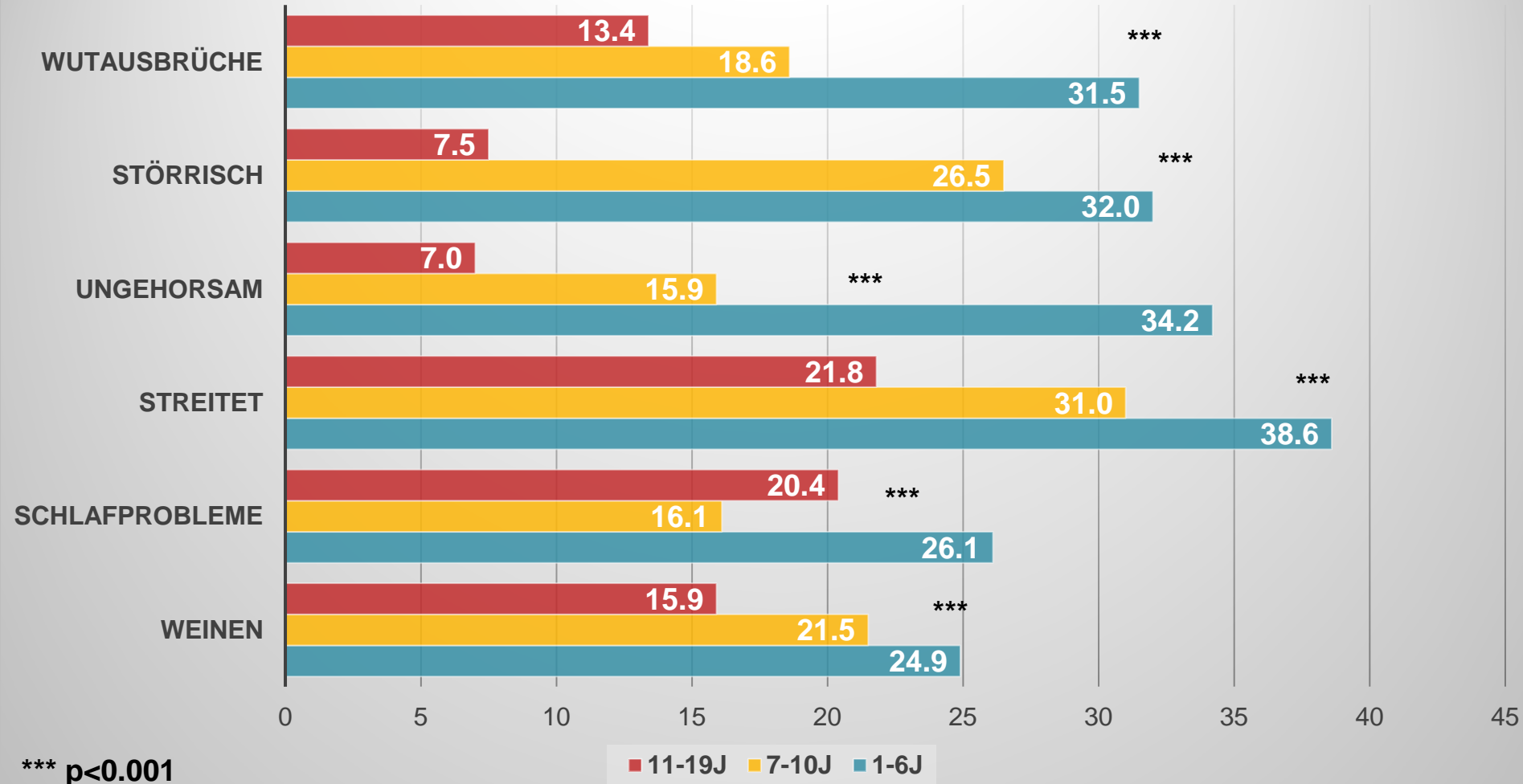


Universität
Zürich

u^b

UNIVERSITÄT
BERN

Grösste Zunahme bei 1-6 Jährigen

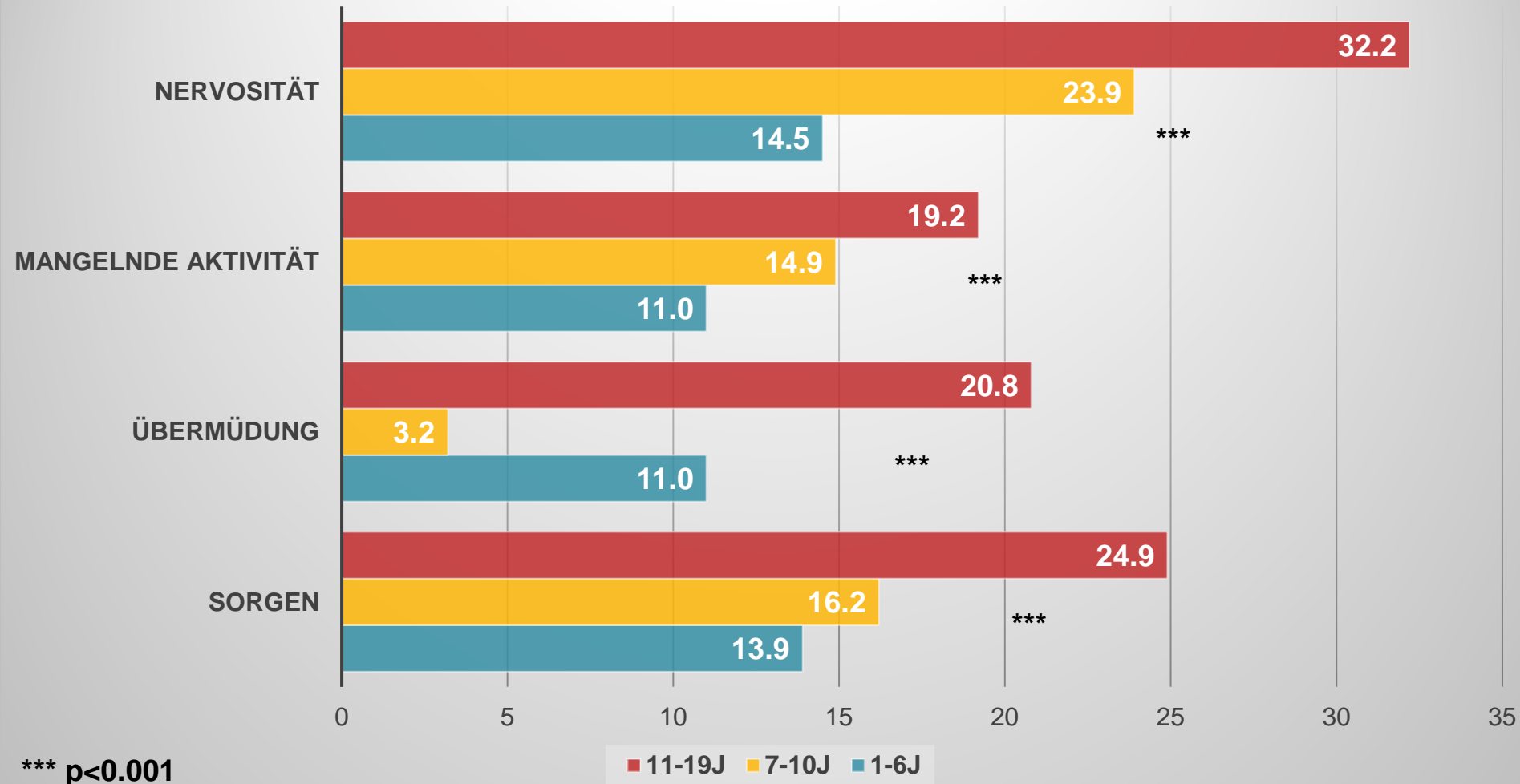


Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Alterseffekte



Grösste Zunahme bei 11-19 Jährigen



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Alterseffekte



Veränderungen seit Corona pro Altersgruppe

CBCL / YSR item	1-3 Jahre (N=1043)			4-6 Jahre (N=1683)			7-8 Jahre (N=955)			9-10 Jahre (N=899)			11-13 Jahre (N=478)			14-16 Jahre (N=542)			17-19 Jahre (N=223)		
	<	=	>	<	=	>	<	=	>	<	=	>	<	=	>	<	=	>	<	=	>
	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)	No. (%)
Affektive Probleme																					
Weint viel ^{13, 14, 14}	37 (3.5)	756 (72.5)	250 (24.0)	97 (5.8)	1157 (68.7)	429 (25.5)	47 (4.9)	685 (71.7)	223 (23.4)	45 (5.0)	678 (75.4)	176 (19.6)	53 (11.1)	364 (76.2)	61 (12.8)	62 (11.4)	392 (72.3)	88 (6.2)	19 (8.5)	155 (69.5)	49 (22.0)
Schlafprobleme ^{38, 100, 100}	46 (4.4)	736 (70.6)	261 (25.0)	68 (4.0)	1164 (69.2)	451 (26.8)	51 (5.3)	722 (75.6)	182 (19.1)	51 (5.7)	731 (81.3)	117 (13.0)	37 (7.7)	370 (77.4)	71 (14.9)	51 (9.4)	377 (69.6)	114 (21.0)	14 (6.3)	140 (62.8)	69 (30.9)
Schaut traurig aus ^{43, NA, NA}	37 (3.5)	858 (82.3)	148 (14.2)	82 (4.9)	1313 (78.0)	288 (17.1)	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA
Immer müde ^{50, 54, 54}	60 (5.8)	861 (82.6)	122 (11.7)	111 (6.6)	1393 (82.8)	179 (10.6)	69 (7.2)	808 (84.6)	78 (8.2)	36 (4.0)	840 (93.4)	23 (2.6)	45 (9.4)	370 (77.4)	63 (13.2)	76 (14.0)	331 (61.1)	135 (24.9)	26 (11.7)	137 (61.4)	60 (26.9)
Wenig Freude ^{5, 5}	38 (3.6)	939 (90.0)	66 (6.3)	70 (4.2)	1458 (86.6)	155 (9.2)	58 (6.1)	800 (83.8)	97 (10.2)	42 (4.7)	764 (85.0)	93 (10.3)	53 (11.1)	389 (81.4)	36 (7.5)	60 (11.1)	399 (73.6)	83 (15.3)	19 (8.5)	169 (75.8)	35 (15.7)
Schläft wenig ^{74, NA, NA}	51 (4.9)	861 (82.6)	131 (12.6)	58 (3.4)	1445 (85.9)	180 (10.7)	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA	NA
Zu wenig Energie ^{89, 102, 102}	50 (4.8)	901 (86.4)	92 (8.8)	76 (4.5)	1399 (83.1)	208 (12.4)	48 (5.0)	774 (81.0)	133 (13.9)	42 (4.7)	713 (79.3)	144 (16.0)	56 (11.7)	370 (77.4)	52 (10.9)	72 (13.3)	351 (64.8)	119 (22.0)	27 (12.1)	128 (57.4)	68 (30.5)
Traurig ^{90, 103, 103}	32 (3.1)	835 (80.1)	176 (16.9)	66 (3.9)	1224 (72.7)	393 (23.4)	52 (5.4)	717 (75.1)	186 (19.5)	48 (5.3)	673 (74.9)	178 (19.8)	44 (9.2)	371 (77.6)	63 (13.2)	53 (9.8)	370 (68.3)	119 (22.0)	15 (6.7)	147 (65.9)	61 (27.4)

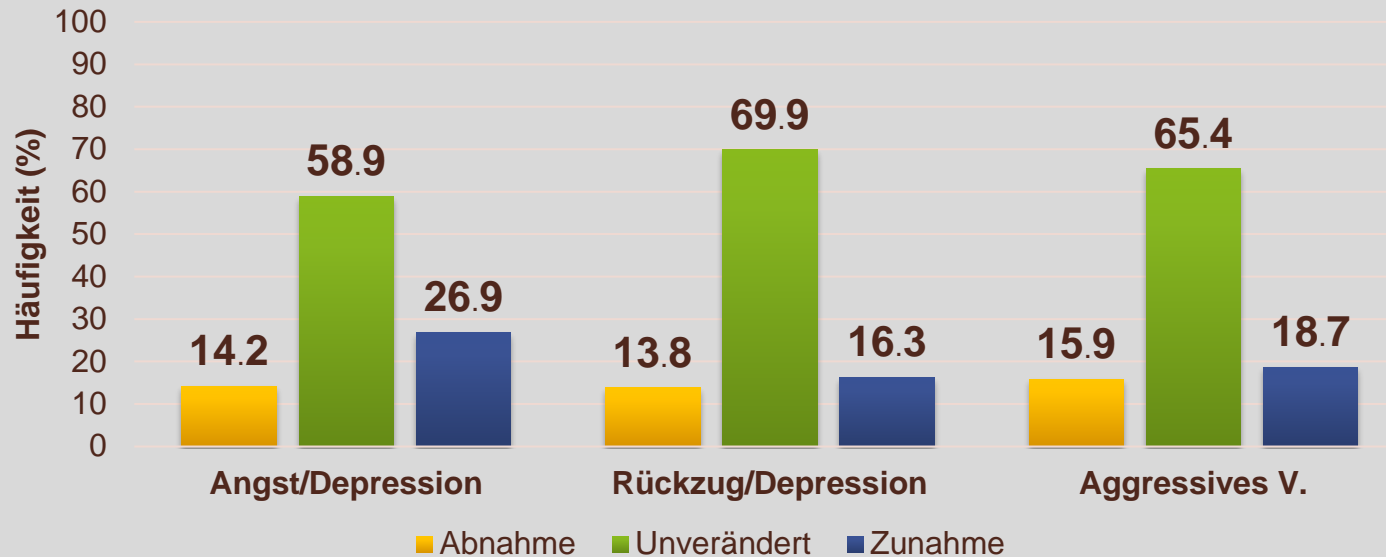
Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Alterseffekte



- **Schulkinder (7-10J):** Grösste Zunahme im Bereich der Ängste, sonst nur moderate Zunahme
- **Jugendliche (11-19J):** Grösste Abnahme in fast allen Bereichen

11-19 Jährige (N=1243)



Studienergebnisse

Corona-Studie Deutschland, Österreich, Schweiz - Einflussfaktoren



Alter

↑ Depr., oppos V. (1-6J) & Rückzug/Depr. (7-10J)

Geschlecht

↑ Oppos. und aggressives Verhalten (1-10J)

Wohnen mit beiden Eltern

↑ Alle Probleme (1-6J) und Depression/Angst (7-10J)

Bildungsniveau Eltern

↑ Angst (1-6J) und Angst/Depression/Rückzug (7-10J)

Kind war in Psychotherapie

↓ Angst/Depr./Rückzug (7-10J), ↑ Angst/Depr. (11-19J)

Kind hat physische Krankheit

-

Lebensereignisse

-

COVID-19 Exposition

↓ Rückzug/Depr. und aggressives Verhalten (11-19J)

Bewertung COVID-19

↑ Alle Probleme (1-19J)

Emotionsregulation/Coping

Rückzug/Depr. und Depr./Angst

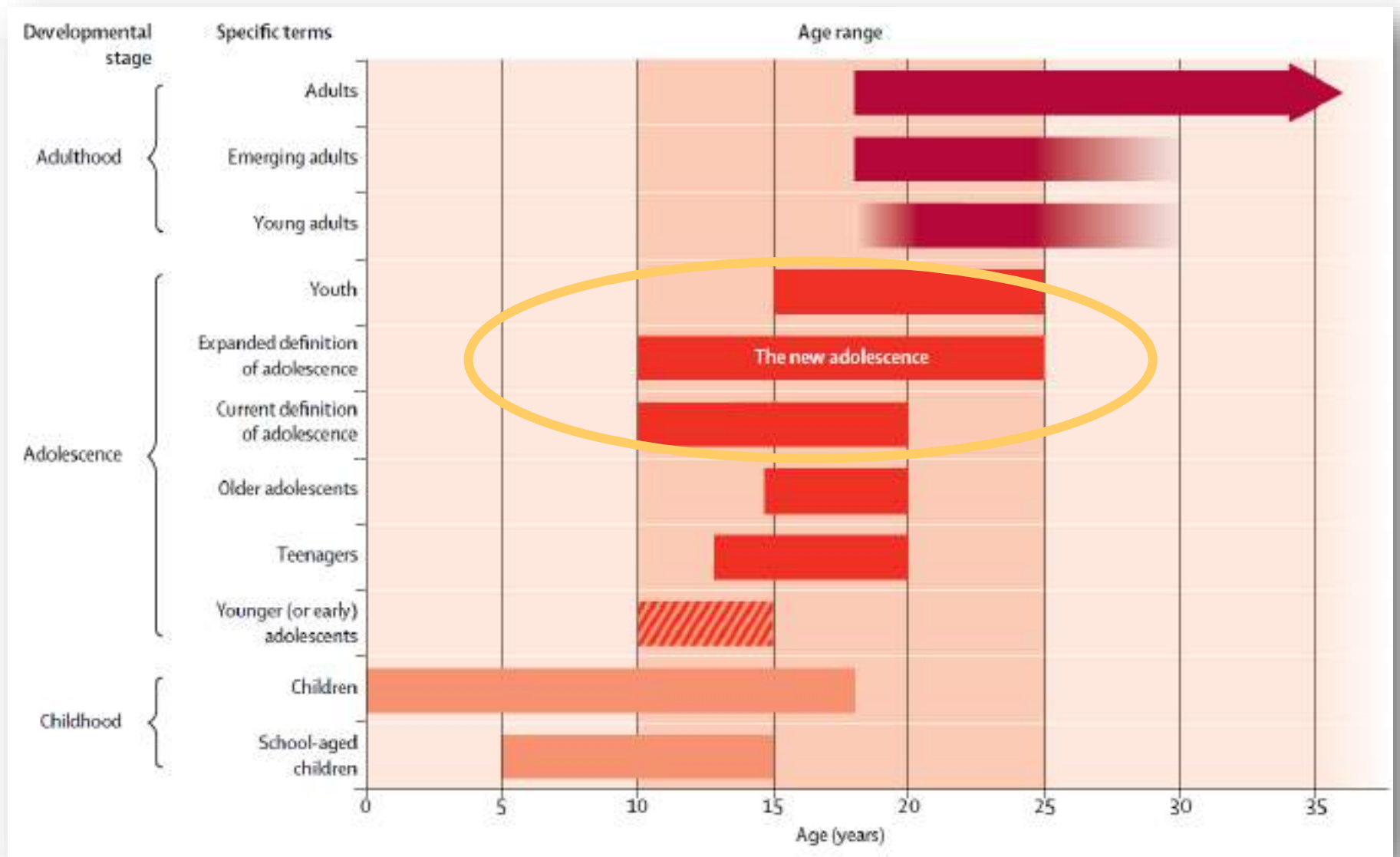
Psychische Gesundheit Eltern

↑ Alle Probleme (1-10J)

Aktuelle Studienergebnisse zur psychischen Gesundheit in der Adoleszenz

Hintergrund Lebensspannenperspektive

Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)

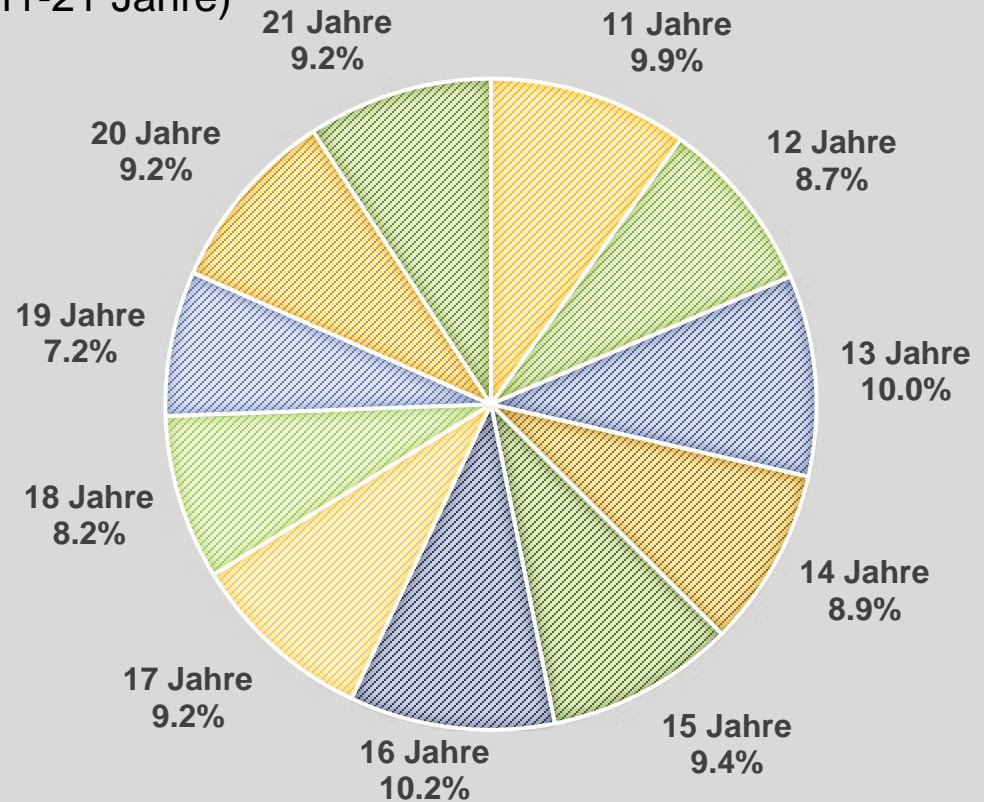


Studienergebnisse

Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)

3579 Teilnehmende

- Mai-Juli 2021
- 62.1% weiblich
- Durchschnittsalter 15.9 Jahre (11-21 Jahre)
- Altersverteilung:



Studienergebnisse

Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)

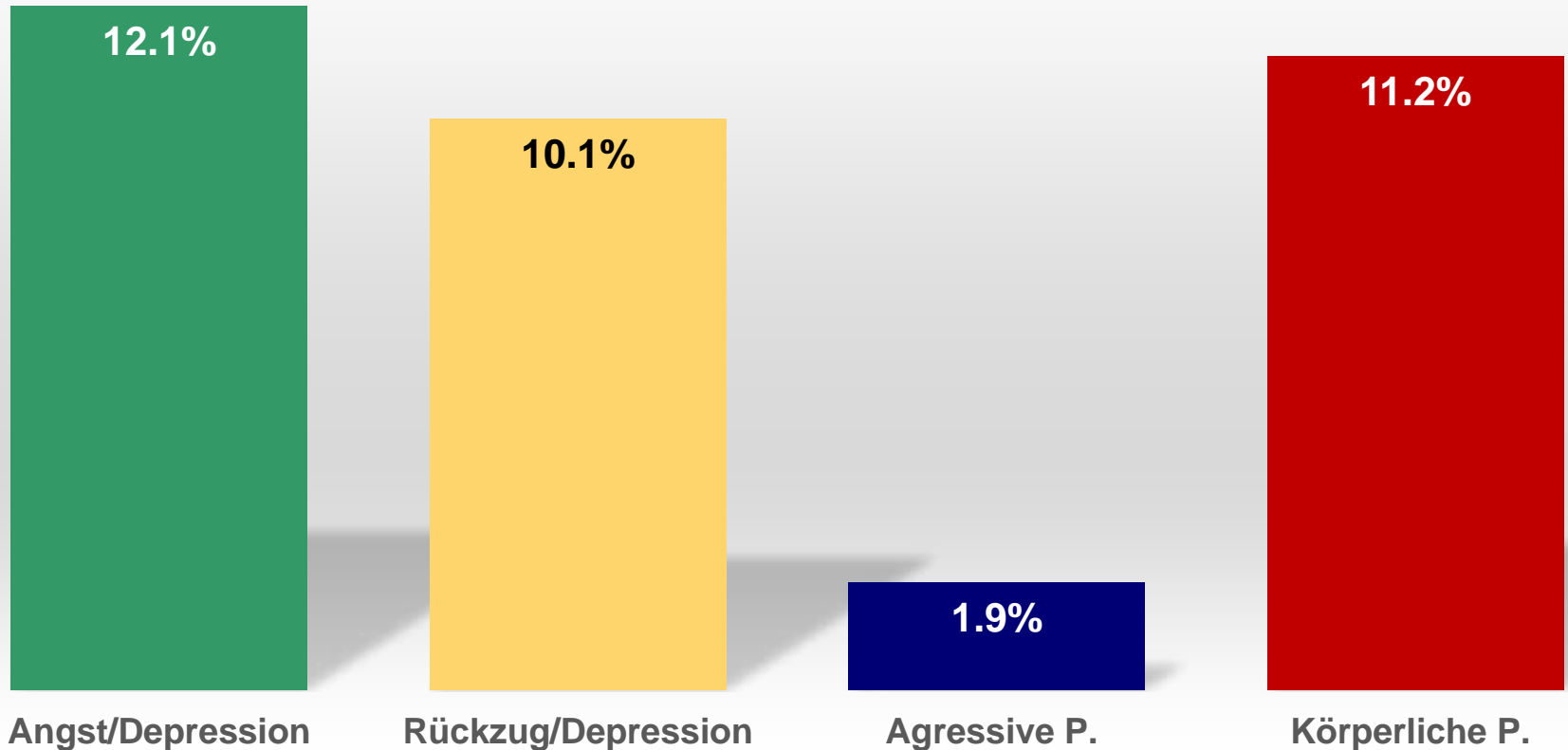
3579 Teilnehmende - Risikofaktoren

- Eltern getrennt oder geschieden: 20.7%
- Aktuell wegen psychischer Probleme in Behandlung: 9.7%
- Chronische körperliche Krankheit vor Corona: 8.8%
- Kritische Lebensereignisse:
 - **Mind. 1 Lebensereignis** in den letzten 6 Monaten: 27.7%
 - 11.3% Umzug
 - 14.1% Deutliche Veränderung der finanziellen Situation der Familie
 - 16.1% Ernsthafte Krankheit/Unfall eines Familienmitglieds
 - 17.6% Stellenwechsel
 - 17.8% Todesfall in der Familie oder im engeren Bekanntenkreis

Studienergebnisse

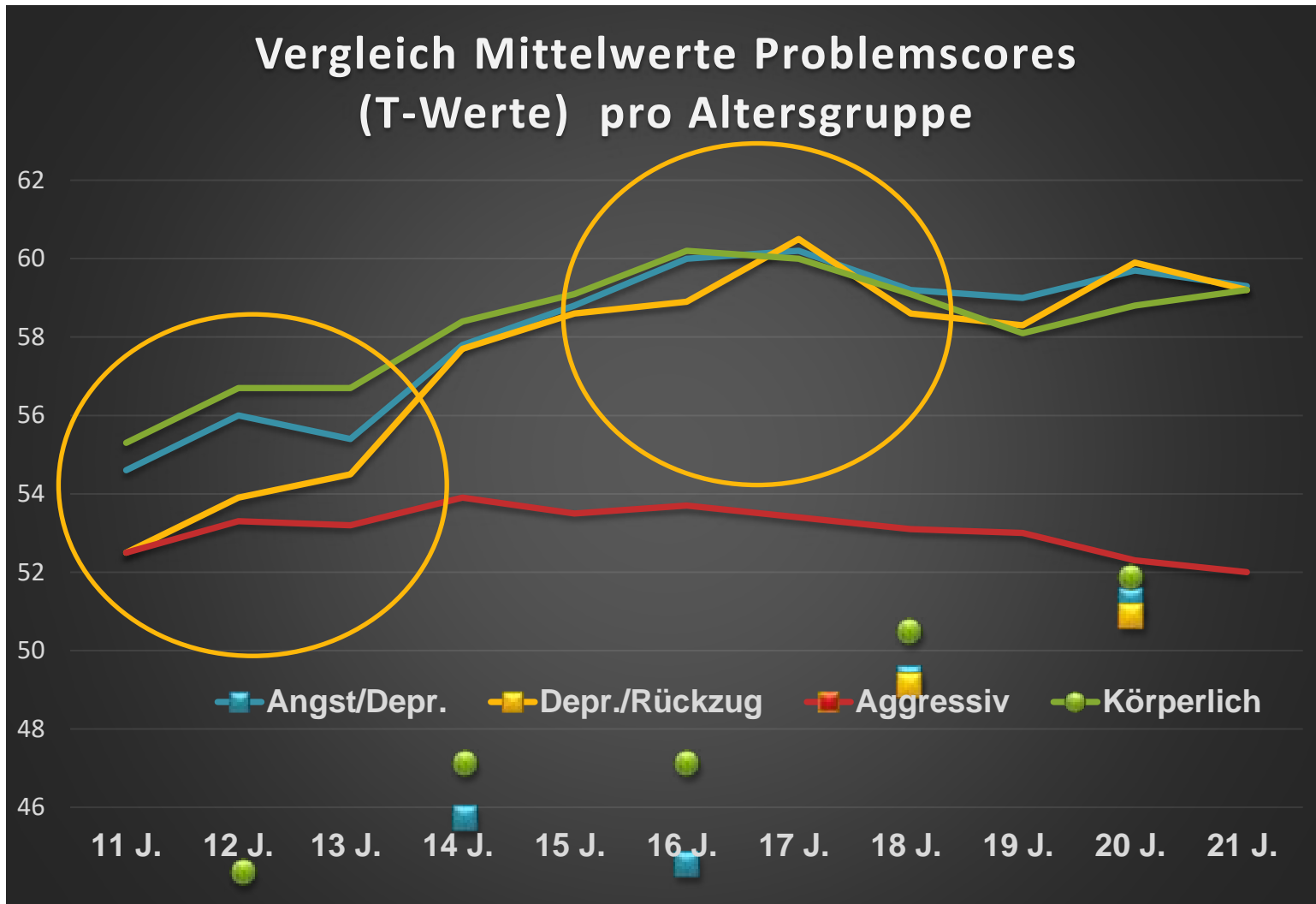
Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)

Häufigkeit in Prozent, %



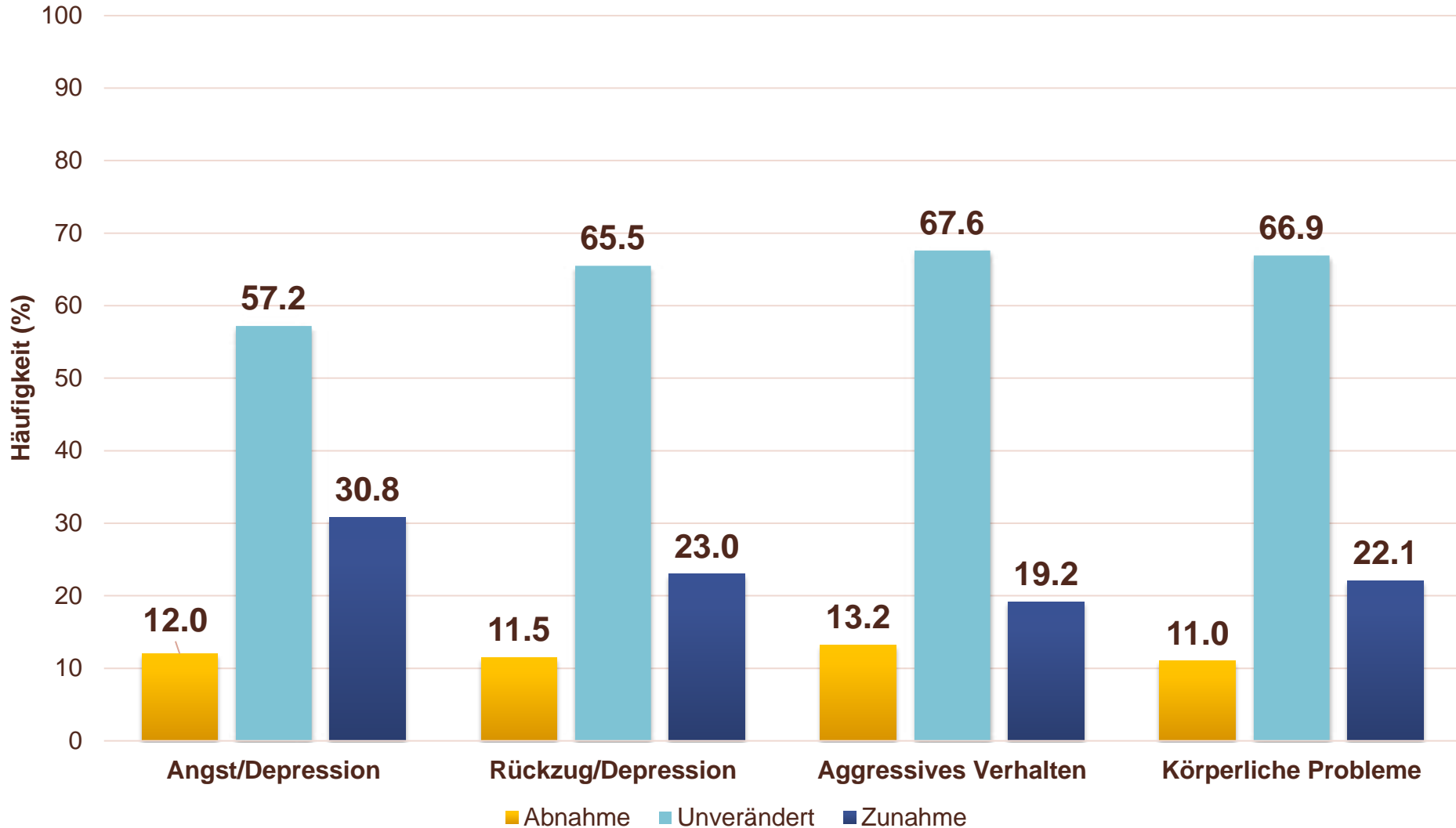
Studienergebnisse

CORABE-Studie - Alterseffekte



Studienergebnisse

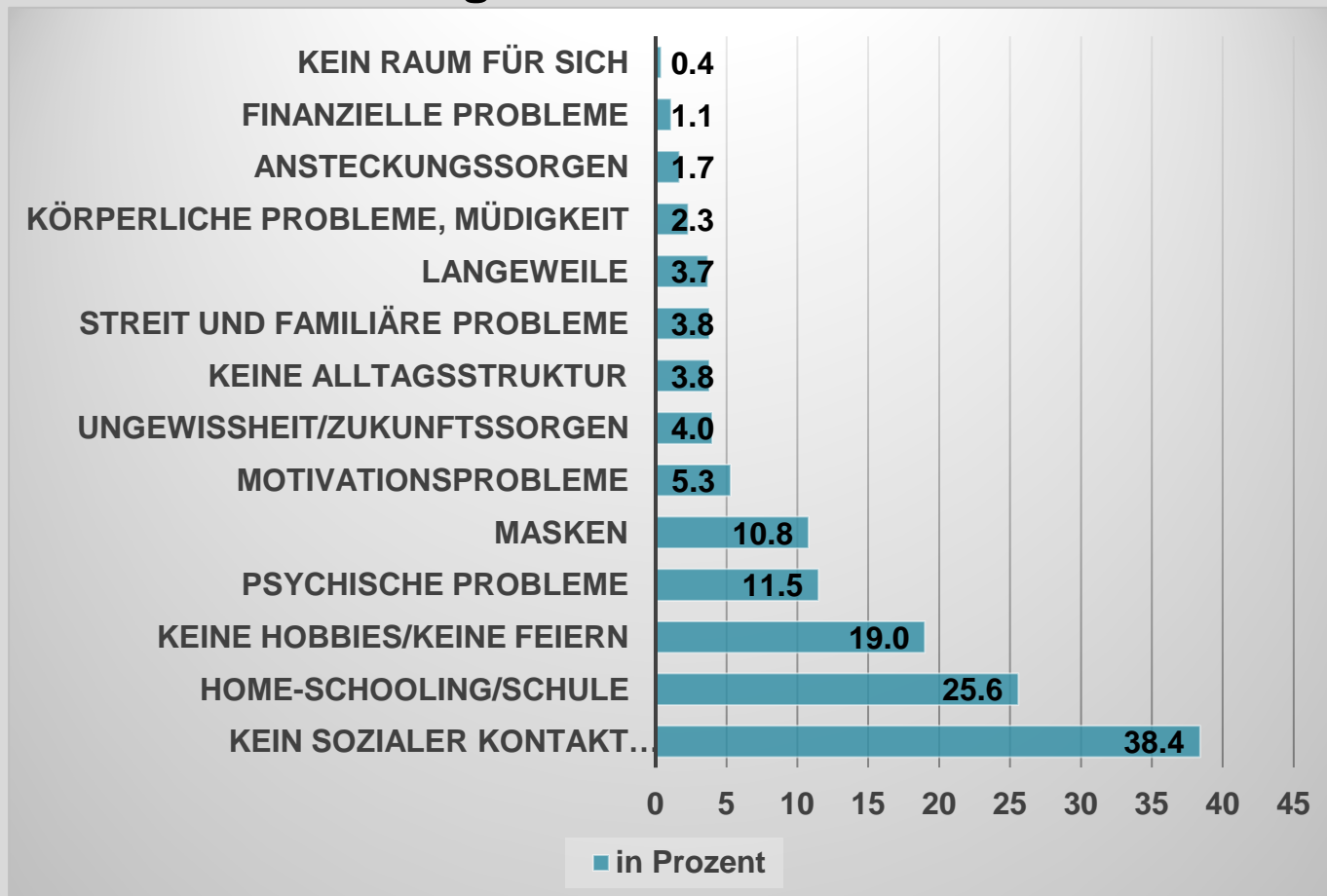
Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)



Studienergebnisse

Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)

Welches sind bzw. waren Deine drei grössten Probleme oder Herausforderungen während der Corona-Pandemie?



Integration mit anderen Studienbefunden und Implikationen

Ergebnisse

Internationale Studien - Zusammenfassung

- **Systematische Übersichtsarbeit, k=61 Studien** (n=54`999 Kinder und Jugendliche, 1-19 Jahre, M=11.3 Jahre, 49.7% weiblich)
- **5 Kontinente:** Europa (57.4%), Asien (36.1%), Australien, Nord-/Südamerika (je 1.6%)
- **73.8%** Querschnittstudien
- Meist **nur** Bericht von Eltern oder Kindern

- **Angstsymptome:**
 - 1.8-49.5% Angstsymptome
 - 3.4% starke Angstsymptome
 - 3.2% PTSD-Diagnose
- **Risikofaktoren:**
 - Mangel an Routinen
 - weibliches Geschlecht
 - Adoleszenz
 - übermäßig viele Informationen zu COVID-19
 - Frühere psychische Probleme
 - übermäßiger Medienkonsum zu COVID-19
 - Autismus

Ergebnisse

Internationale Studien - Zusammenfassung

➤ **Depression:**

- 2.2-63.8%
- Zunahme schwerer depressiver Symptome von 10 auf 27%
- 59.6% Zunahme an Grübeln
- Zunahme Suizidalität und NSSV

➤ **Risikofaktoren:**

- weibliches Geschlecht
- Adoleszenz
- Exposition und Arbeitende im Gesundheitswesen

➤ **Schutzfaktoren:** Eltern-Kind Kommunikation (Angst und Depression)

➤ **ADHS-Symptome:** Konzentrationsprobleme (55.9%-76.6%), Zunahme Hyperaktivität und Unkonzentriertheit

➤ **Risikofaktoren:** Schlafprobleme, männliches Geschlecht, elterlicher Stress, Kindesalter

Ergebnisse

Internationale Studien - Zusammenfassung

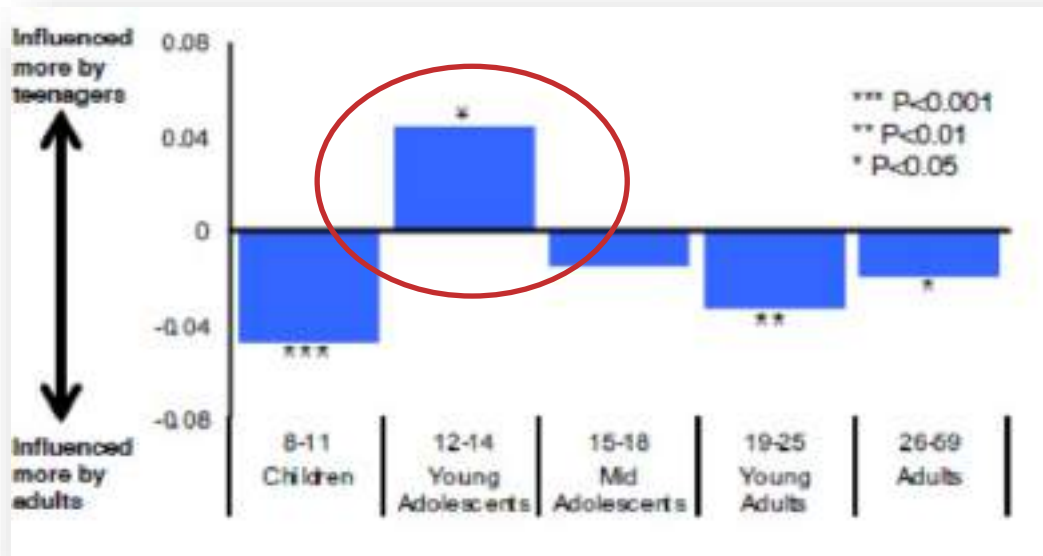
- **Schlafstörungen:** 20.0% (Kinder) und 55.6% (Adoleszente), Zunahme an Schlafstörungen und Parasomnien, spätere Bettgehzeiten und längere Schlafdauer
 - **Zunahme an Screentime**, Mangel an physischer Aktivität, ungesundes Essverhalten, Gewichtszunahme
-
- **Längsschnittliche Studien:** Zunahme an Angst und Depression im Vgl. zu vor dem Lockdown; Zunahme, wenn zu viel Medienkonsum
 - **41.0%** Erneute Symptome einer **Essstörung**, v.a. bei Adoleszenten

Integration mit anderen Studienbefunden und Herausforderungen

Alterseffekte

Diskussion

Integration mit anderen Studienbefunden - Alterseffekte



Sozialer Einfluss auf Risikowahrnehmung ist bei jüngeren Adoleszenten am Grössten (n = 563 Personen, 8-59 Jahre)



Integration mit anderen Studienbefunden und Herausforderungen

Hilfesuchverhalten

Diskussion

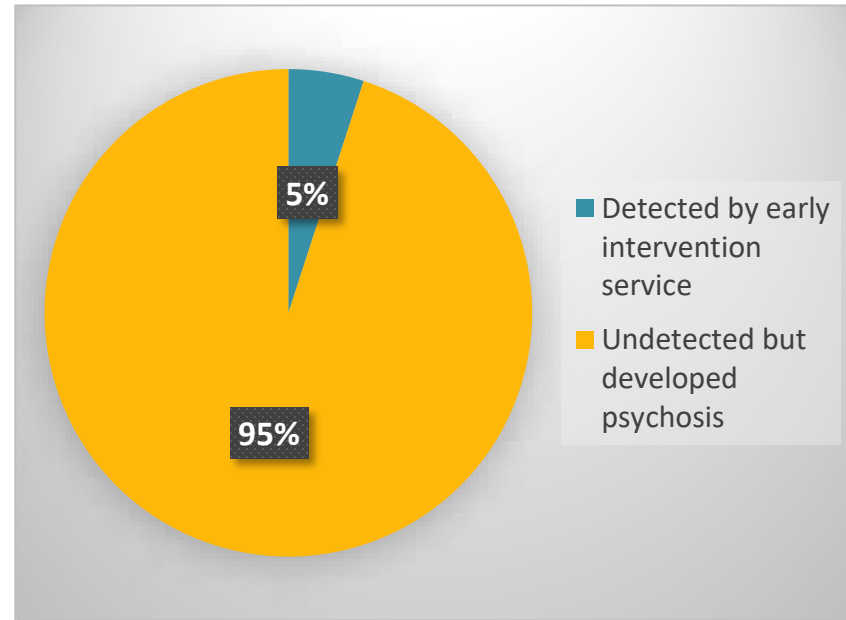
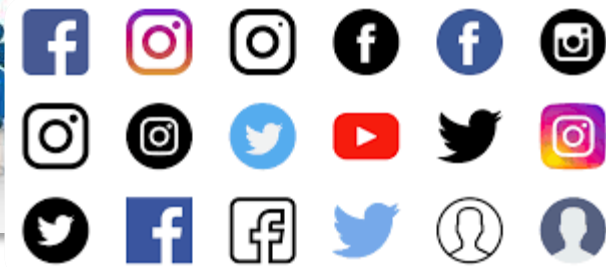
Integration mit anderen Studienbefunden - Hilfesuche

Früherkennungszentren

- Hilfe aktiv suchen
- **Face-to-face** Interventionen



Allgemeinbevölkerung



Diskussion

Integration mit anderen Studienbefunden – Online-Ansätze

SOPHIE

Online-Programm zur
Behandlung und Prävention
von sozialen Ängsten bei
Jugendlichen

<https://selfhelp.psy.unibe.ch/sophie/homepage>

8 Module

1. Einführung
2. Entstehung sozialer Ängste
3. Automatische Gedanken
4. Selbstbild
5. Selbstaufmerksamkeit
6. Wirklichkeitstest I
7. Wirklichkeitstest II
8. Abschluss

The screenshot displays the Sophie program interface. At the top, there are two character avatars: a male character named Leon and a female character named Sophie. Below them is a grid of 8 modules, each with an icon, a title, a brief description, and a 'Modul X' button. The modules are:

- Modul 1: Einführung** (Introduction) - Icon: Sophie with a play button. Description: In 1. Modul erfährst du, wie das Online-Programm funktioniert und worum es dabei geht.
- Modul 2: Entstehung sozialer Ängste** (Origin of social anxiety) - Icon: Leon at a desk. Description: In 2. Modul geht es darum, wie soziale Ängste entstehen und, wieso sie bestehen bleiben.
- Modul 3: Automatische Gedanken** (Automatic thoughts) - Icon: Sophie with thought bubbles. Description: In 3. Modul lernst du, wie du schlechte automatische Gedanken erkennen und verändern kannst.
- Modul 4: Dein Selbstbild** (Your self-image) - Icon: Leon with a mirror. Description: In 4. Modul bekommst du die Frage, wie du dich selbst siehst und wie du mehr Selbstvertrauen haben kannst.
- Modul 5: Selbstaufmerksamkeit** (Self-attention) - Icon: Leon meditating. Description: In 5. Modul lernst du, deinen Ängsten nicht so viel Aufmerksamkeit zu schenken.
- Modul 6: Wirklichkeitstest I** (Reality test I) - Icon: Sophie with a plant. Description: Nun geht es in 6. Modul darum, das bisher lernete in deinen Alltag auszuprobieren.
- Modul 7: Wirklichkeitstest II** (Reality test II) - Icon: Leon with a ladder. Description: In 7. Modul erfährst du, wie man mit möglichen Schwierigkeiten bei den Wirklichkeitstests umgehen kann.
- Modul 8: Abschluss** (Conclusion) - Icon: Leon and Sophie celebrating. Description: Im letzten Modul fasst man die gemeinsamen Zusammenhänge, was du alles geschafft hast.

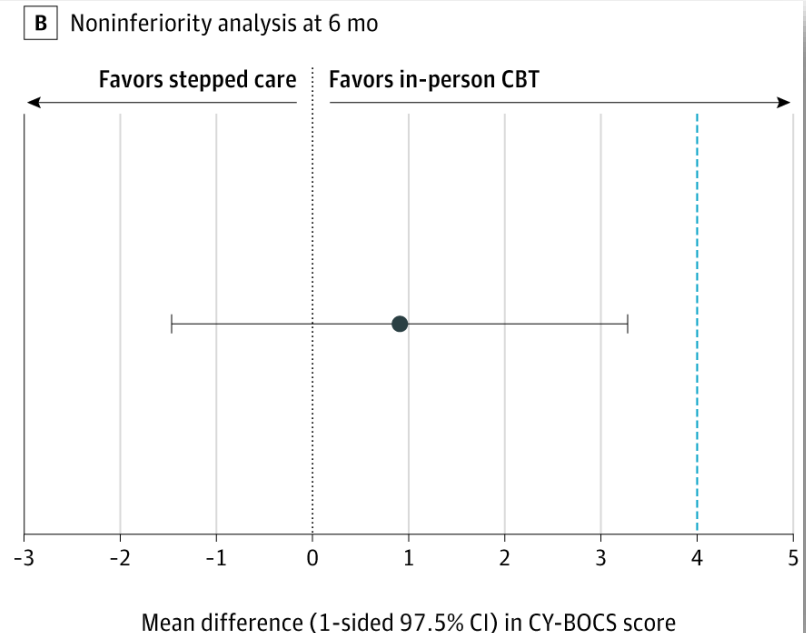
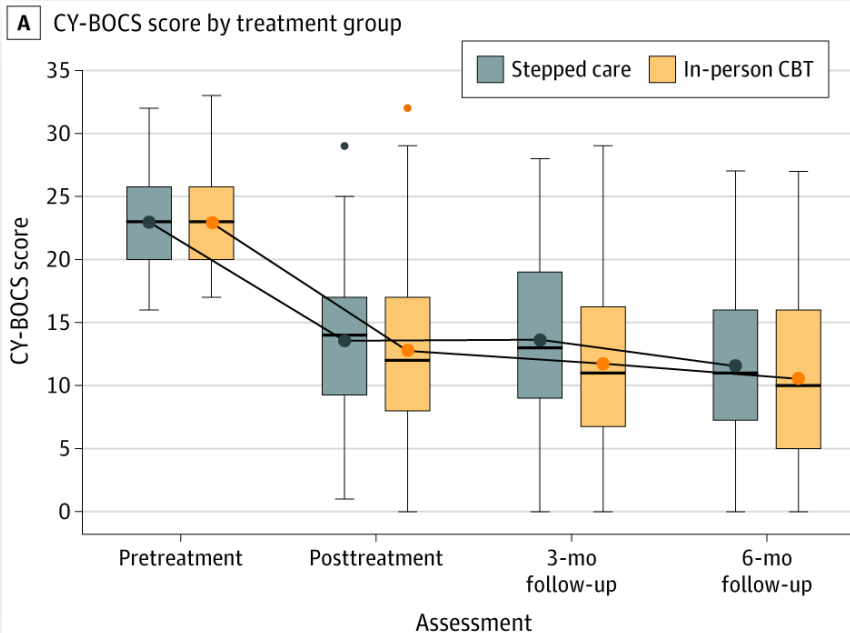
On the right side of the interface, there are illustrations of Sophie and Leon interacting with a spider and a lightning bolt, symbolizing social anxiety and its management.

Integration mit anderen Studienbefunden und Herausforderungen

Gestufte, transdiagnostische und
dynamische Ansätze

Diskussion

Integration mit anderen Studienbefunden – Gestufte Ansätze



- 152 Kinder und Jugendliche mit einer **Zwangsstörung**
- **Randomisierte Zuordnung zu digitaler KVT-Intervention+F2F vs. F2F-KVT**
- **Nach 6 Monaten:** Keine klinisch relevanten Unterschiede bzgl. Zwangssymptomen und anderen sekundären Outcomes
- **39% Kostenersparnis**

Diskussion

Integration mit anderen Studienbefunden – Transdiagnostische Ansätze

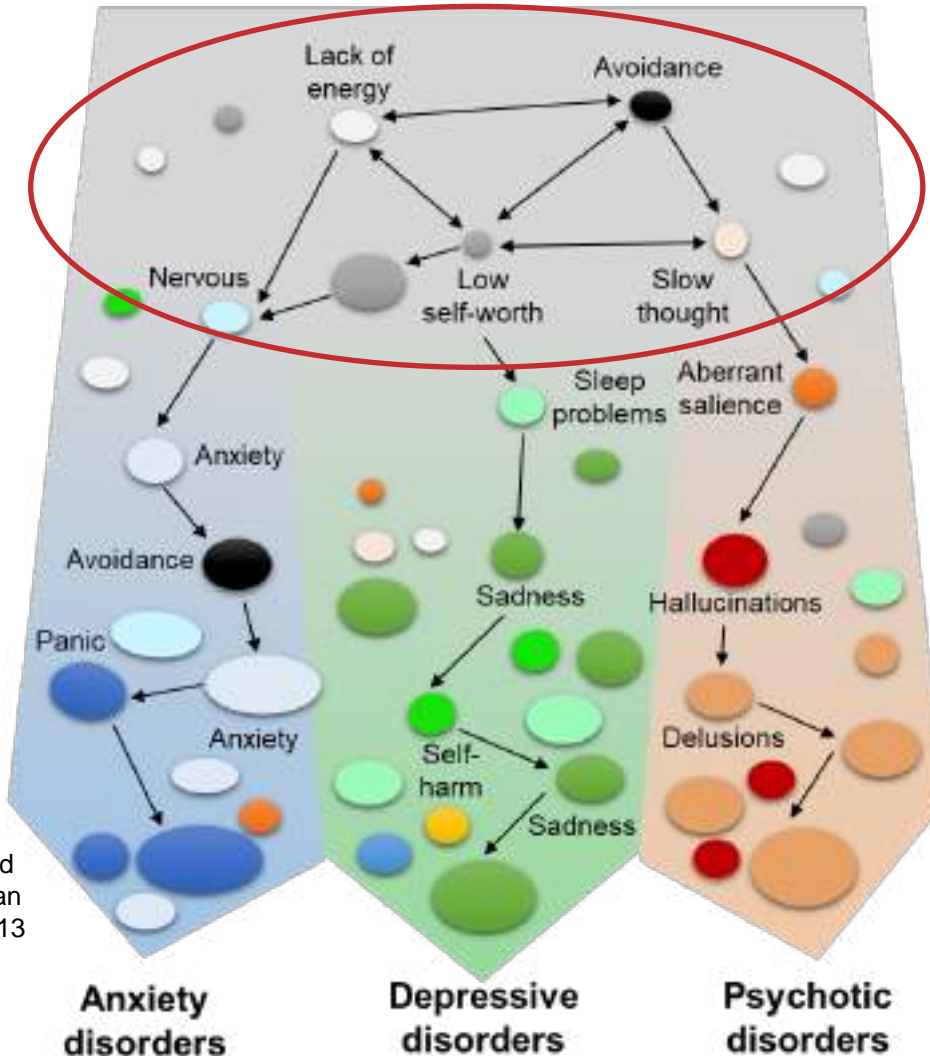


Figure adapted from van Os, 2013

Aktuelle Früherkennungsansätze:

(Schmidt et al., 2015; Hartmann et al., 2019)

- Für **spezifische psychische Störungen**

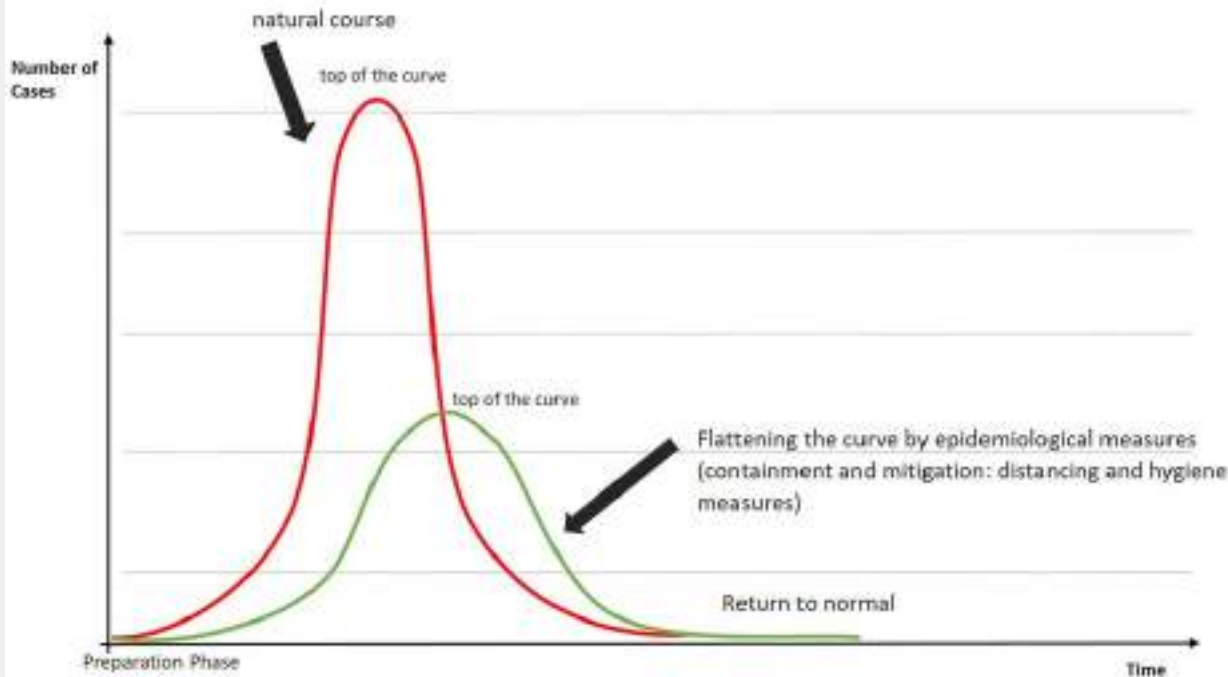
Aber:

- Hohes Mass an **Komorbidität** (Caspi & Moffitt, 2018)
- **Interaktionen** zwischen **verschiedenen Störungskategorien** (Peterson et al., 2018)
- **Schnelle Veränderungen der Symptome** über die Zeit hinweg (Bosman et al., 2019)

Diskussion

Integration mit anderen Studienbefunden – Dynamische Perspektive

3 phases of the pandemic

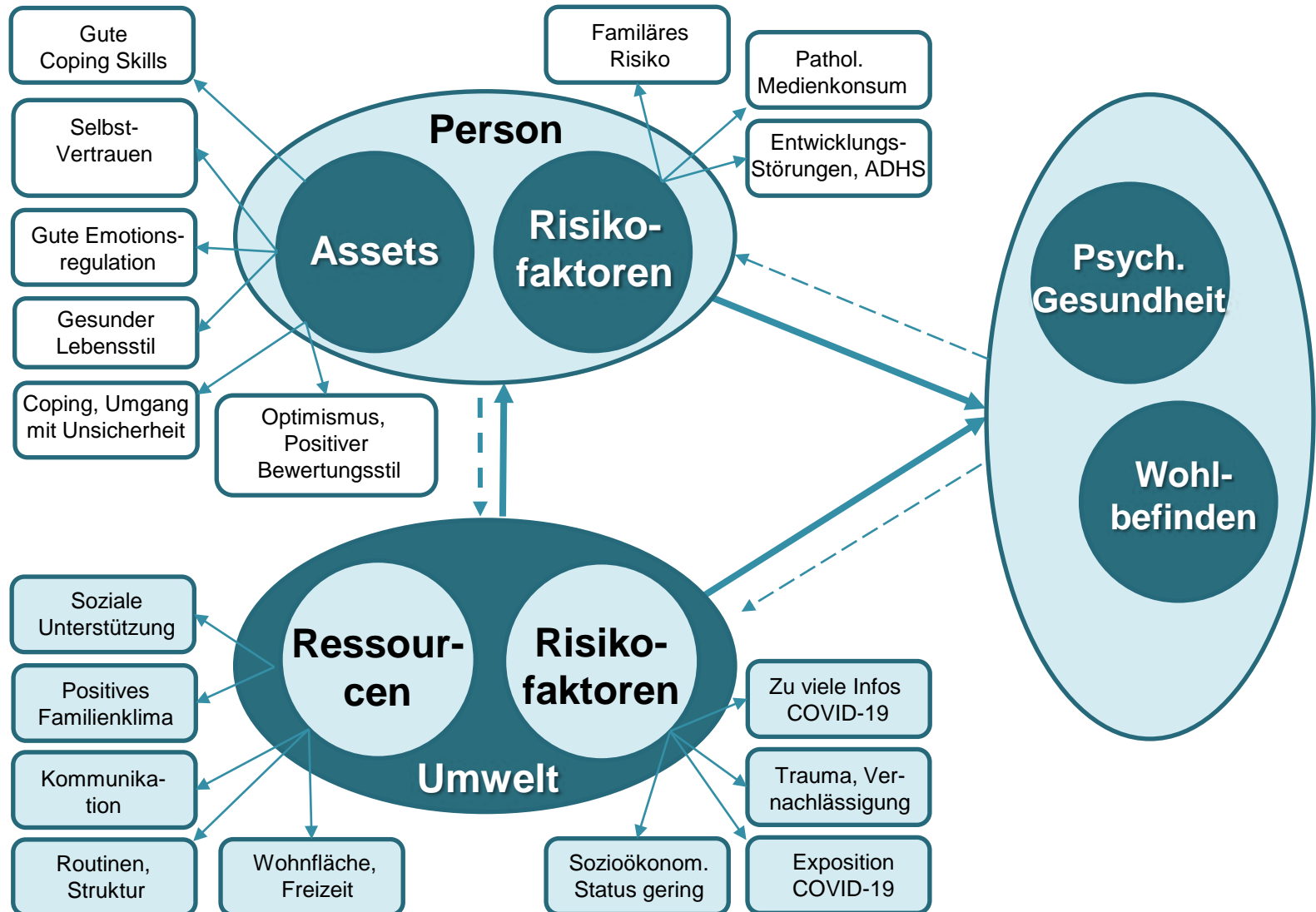


- Rückkehr zur „Normalität“
- Je nach Phase unterschiedliche psych. Reaktionen
- Rückkehr zur Schule
- Erhöhter Behandlungsbedarf

Zusammenfassung und Fazit

Zusammenfassung

Integration mit anderen Studienbefunden



Schlussfolgerungen

- Eine **bedeutende Anzahl Kinder und Jugendliche** erlebt Stress und (vermehrte) psychische Probleme im Verlauf der Corona-Pandemie
- **Emotionale und Verhaltensprobleme** auf eine **entwicklungssensitive** Art und Weise zu beobachten
- **Lebensspannenperspektive** → Transitionen, Zukunftsängste
- **Unterstützung für vulnerable Gruppen**
- **Transparente und zuverlässige Kommunikation**
- **Gestufte, störungsübergreifende und dynamische Angebote** für verschiedene Akteure im System
- Monitoring und Unterstützungsangebote **zur langfristigen Förderung der psychischen Gesundheit im Kindes- und Jugendalter**

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



stefanie.schmidt@unibe.ch
@unibe_pkj
www.online-therapy.ch

Ausblick – Positives der Corona-Pandemie...

- ich bin viel selbstbewusster geworden
- niemanden von meinen Mobbern gesehen und Abstand zur Schule, man hatte mehr Freizeit und man musste lernen, sich die Zeit zum Lernen selbst einzuteilen
- zu wissen, dass man auch mit solchen Situationen klar kommen kann. Die Beziehung zu Leuten stärken.
- zu sehen, dass nicht alles selbstverständlich ist, Hygiene hat sich verbessert.
- zu Hause bleiben, Masken kann ich nun im Winter tragen damit ich nicht krank werde
- zeitweise eine gefühlt grössere Solidarität
- Zeit, um mich selbst zu finden und ich habe engere Freundschaften geknüpft
- Zeit für aufräumen / neu ausrichten für Zukunft, Brainstorming
- Weniger Menschen unterwegs, was für einen eher introvertierten Menschen sehr angenehm ist. Zudem auch der Drang, an Events dabei sein zu müssen ist erloschen
- Weniger Menschen mit dem Auto unterwegs, dies half für die Klimawandel.
- Wenig Schule 😊, viel Minecraft
- Selber entscheiden zu können, wann man arbeiten will und zu realisieren, wie viel Privileg ich selbst in dieser Situation hatte und immer noch habe

Beispiel: Das SOPHIE-Programm

<https://selfhelp.psy.unibe.ch/sophie/homepage>

- Alter 11,00 – 17,11 Jahre
- Subklinische und klinische soziale Ängste
- Gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift
- Notfallkontakt angegeben
- Keine Suizidalität
- Keine Diagnose einer Autismus-Spektrum-Störung
- Parallel dürfen alle anderen Behandlungsangebote genutzt werden



Studienergebnisse

Repräsentative Querschnitt-Studie in der Schweiz (CORABE-Studie)

