

Mein Kind braucht Hilfe: Psychotherapie oder doch was anderes?

Zurechtfinden im Dschungel der Möglichkeiten

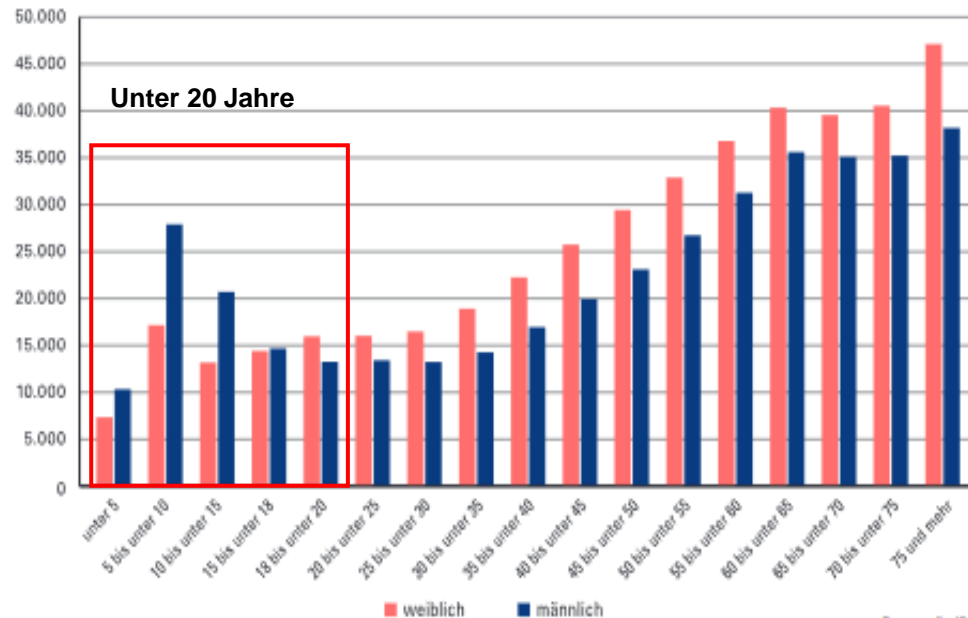
Bettina Naumann, Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin, Dachau

Dachau, 26.4.2022

Psychische Probleme: Keine Seltenheit

Je nach Erhebung, Altersgruppe und einbezogenen Störungsbildern leidet **ein Fünftel bis ein Drittel** der Kinder und Jugendlichen im Laufe eines Jahres an klinisch relevanten seelischen Problemen.

Ambulante F-Diagnosen, Bayern 2020



Daten: KVB, Grafik: StMGP, Erster Bayerischer Psychiatriebericht, 2022, Seite 33

Auf den Landkreis Dachau übertragen, wären das bei gut 24.000 Kindern und Jugendlichen im Alter 3 bis unter 19 Jahren mindestens **6.000 betroffene Kinder und Jugendliche**.

Es geht also nicht um „Sonderfälle“, sondern um den **Normalfall**.

Im Kindesalter sind Jungen häufiger betroffen, im Jugendalter Mädchen.

Bei kleineren Kindern stehen Entwicklungsstörungen (z.B. Probleme der Sprachentwicklung) im Vordergrund, bei älteren Kindern und Jugendlichen z.B. Störungen des Sozialverhaltens, Depressionen, Ängste usw.

Psychische Probleme: Was tun?

Abwarten?

Erziehungsberatung?

Heilpraktiker & Co.?

Schulpsychologische Beratung?

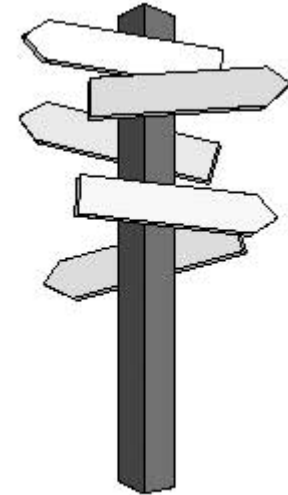
Krisenberatung?

Kinderarzt?

Ambulante Psychotherapie?

Psychiatrische Abklärung, Medikation?

Stationäre Behandlung?



Psychotherapie = psychiatrische Behandlung?

Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie:

- Ambulante Psychotherapie: in der Regel nichtärztlich durch Psychologische Psychotherapeut*innen mit Zusatzgenehmigung oder durch Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut*innen
- keine Verordnung von Medikamenten, außer durch Ärztliche Psychotherapeut*innen
- Zugelassene Verfahren: Verhaltenstherapie, tiefenpsychologische Therapie, Psychoanalyse
- Einzeltherapie oder Gruppentherapie

Kinder- und Jugendpsychiatrie:

- Niedergelassene Fachärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie
- Sozialpädiatrische Zentren wie etwa das Kinderzentrum in München
- Tageskliniken und Kliniken

Keine Konkurrenz, sondern sich ergänzende Ansätze (z.B. Diagnostik, Medikation usw.)!

Der Weg zur Psychotherapie

- Seit 2018: **Psychotherapeutische Sprechstunde** als Voraussetzung für eine ambulante Psychotherapie für GKV-Patient*innen
- Erfahrungen aus der **telefonischen Erreichbarkeit**: ca. 50% der Anfragen beziehen sich nicht auf den Wunsch nach Psychotherapie, sondern gehören in den Aufgabenbereich der Jugendhilfe und der freien Träger (wie etwa die Erziehungsberatungsstelle der Caritas)
- Erfordernis, sich zu vernetzen und auszutauschen als Fachstellen; Weitervermittlung von ratsuchenden Kindern und Jugendlichen bzw. deren Eltern
- Möglichkeit, sich niedrigschwellig und unabhängig zu informieren auf regionaler Ebene: **Psychotherapeutenkammer Bayern** bietet regelmäßige Koordinierungstreffen für Mitglieder.

Und wenn Psychotherapie nicht das Richtige ist?

Welche Ansätze gibt es bereits?

1. Einrichtung einer **regionalen** Beratungsstelle vergleichbar den Pflegestützpunkten (Modellprojekte in einigen Städten), die über aktuelle Informationen verfügen und auch die **Versorgungsstrukturen** beinhalten. Evtl. mehrere Landkreise zusammenfassen. Eine regionale Struktur hat den Vorteil, dass konkrete Hilfsangebote **vor Ort** benannt werden können. Webseite der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen in Dachau
2. **Onlineangebot** zur Recherche speziell für Kinder und Jugendliche und ratsuchende Eltern
 - Störungsspezifisch
 - Privatversicherte
 - Gruppenangebote
 - Psychologische Psychotherapeuten, die Kinder behandeln (GKV)
4. **Datenbankbasierung**, um schnell auf Veränderungen eingehen zu können

Was wünschen sich die Behandler*innen?

1. Weniger Bürokratie, etwa beim Anbieten von Videositzungen während der Pandemie
2. Vernetzung: Runder Tisch, Qualitätszirkel, PSAG (Psychosoziale Arbeitsgemeinschaft Dachau), Schulen
3. Wahrung der Vertraulichkeit der psychotherapeutischen Behandlung: Datenschutz

Was wünschen sich die Betroffenen?

1. Informationsveranstaltungen, z.B. in den weiterführenden Schulen, in Kitas etc.
2. Beratungsangebote sollen online zugänglich gemacht werden
3. Funktionierende Suchmaschinen (Können Sie mir jemand empfehlen?)

Quellen und weitere Informationen

- StMGP: Erster Bayerischer Psychiatriebericht, München 2022:
<https://www.stmgp.bayern.de/wp-content/uploads/2022/01/bayerischer-psychiatriebericht-2021.pdf>
- Seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen während der Corona-Pandemie:
<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/133535/COVID-19-Pandemie-Seelische-Gesundheit-und-Gesundheitsverhalten-von-Kindern-und-Eltern?rt=912ccb5e2e3982f9792af6f18812b6db>
- Zweiter COVID-19-Lockdown: Zahl der Suizidversuche bei Kindern und Jugendlichen steigt:
<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/132970/Zweiter-COVID-19-Lockdown-Zahl-der-Suizidversuche-bei-Jugendlichen-in-Deutschland-nahm-zu>
- Long Covid bei Kindern und Jugendlichen:
<https://www.zdf.de/gesellschaft/volle-kanne/long-covid-bei-kindern-und-jugendlichen-104.html>

Quellen und weitere Informationen

- „Auf Klo“
<https://www.youtube.com/watch?v=WzIEqwS6TIg>
- Jan Böhmermann: Das Problem mit den Therapieplätzen
<https://www.youtube.com/watch?v=mzMj-v1sMI4>
- Forderung nach Änderung der Bedarfsplanung Psychotherapie bei Kindern und Jugendlichen:
<https://www.aerzteblatt.de/nachrichten/133479/NRW-Wahl-KVWL-fordert-Booster-fuer-die-Gesundheitsversorgung?rt=912ccb5e2e3982f9792af6f18812b6db>
- Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern Rottach-Inn:
<https://www.beratungsstelle-rottach-inn.de/start>
- Webseite der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeut:innen Dachau:
<https://www.kjp-dachau.de/>
- Ratgeber für Eltern der Bundespsychotherapeutenkammer:
https://www.bptk.de/wp-content/uploads/2022/01/bptk-elternratgeber-psychotherapie.web_.pdf