

# Chefarzt: Pandemie für Kinder „ein Drama“

Werner Terhaar über die psychischen Auswirkungen der Corona-Krise auf die Jüngsten: Erhöhter Hilfebedarf spürbar



Werner Terhaar sieht gute Heilungschancen für psychisch kranke Kinder: „Entscheidend ist vor allem für die Prognose eine bedarfsgerechte und vielfältige positive Unterstützung.“ Foto: Michael Gründel

Sorgen, Ängste, Depressionen: Im Osnabrücker Kinderhospital werden psychisch kranke Kinder und Jugendliche behandelt. Werner Terhaar berichtet im Gespräch mit unserer Redaktion über Auswirkungen der Pandemie, Heilungschancen und Tipps für Eltern.

Terhaar ist am Kinderhospital seit dem 1. Dezember als Chefarzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie tätig. 60 Betten gibt es dort für den stationären Aufenthalt. Aktuell ist die Klinik „komplett ausgelastet“, sagt Terhaar. Die Nachfrage an psychischer Hilfe für Kinder und Jugendliche aus Stadt und Landkreis Osnabrück ist demnach hoch.

### **Störungsbilder nehmen zu**

Depressionen, Ängste, Kontrollzwänge und sämtliche anderen psychischen Störungsbilder bei Kindern und Jugendlichen haben laut Terhaar in den vergangenen zwei Jahren während der Corona-Pandemie zugenommen. Man könne jedoch noch nicht wissenschaftlich fundiert davon sprechen, welche Altersgruppen oder Krankheitsbilder besonders betroffen seien. Fest stehe aber: „Die Reduktion der Entwicklungsmöglichkeiten für Kinder war enorm in den letzten zwei Jahren. Das ist wirklich ein Drama!“

Alle Aktivitäten, die sonst den Alltag der Kinder und Jugendlichen prägten, sei es das Sporttreiben im Verein, die Treffen mit Freunden oder der Präsenzunterricht in der Schule – all diese Möglichkeiten seien sehr heruntergefahren worden, was sich nun an der psychischen Gesundheit der Kinder zeige. „Kinder waren in der Pandemie zu viel für sich alleine“, ergänzt er. „Es ist ein erhöhter Hilfebedarf spürbar, alle Betten sind belegt, und wir haben zudem eine gut ausgelastete Ambulanz.“

Wichtig bei der Behandlung von psychischen Erkrankungen bei jungen Menschen ist wie bei Erwachsenen auch, dass man die Krankheit schnellstmöglich erkennt. Das sei manchmal nicht einfach für die Eltern, so Terhaar. Vor allem in der Pubertät erlebten viele Jugendliche Stimmungsschwankungen, oder Interessengebiete veränderten sich. Aber ist das normal oder schon krank? Das muss sicherlich im Einzelfall beurteilt werden. Aber in jedem Fall gelte: „Wenn das Kind jeden Abend am Zocken oder Kiffen ist oder das Kind sagt, es möchte nicht mehr leben, dann ist das natürlich gefährlich.“

Davon abgesehen, sei es für Eltern aber oft schwierig zu erkennen, ob es einfach eine Laune des Kindes sei oder eine ernsthafte Erkrankung dahinterstecke. „Wenn aber die Entwicklung gefährdet ist, der Alltag nicht mehr gut klappt, der Schulbesuch nicht mehr stattfindet, die Kinder nicht mehr rausgehen oder es Hinweise auf Selbstgefährdung gibt, dann muss gehandelt werden“, sagt der 52-Jährige.

Erste Anlaufstelle sei der Kinderarzt, der eine Überweisung für eine Behandlung in einer psychiatrischen Klinik wie dem Kinderhospital ausstellen könne. Bei einem ersten Termin in der Klinik nehmen sich die Fachleute laut Terhaar viel Zeit, um herauszufinden, was dem Kind fehlt und welche Therapie helfen

könnte.

Diese bestehe aus mehreren Säulen, beispielsweise „aus einer Gesprächstherapie, spielerischem und kreativem Handeln, Ergo- oder Bewegungstherapie und Medikation“, ergänzt der Arzt. Dauer und Intensität der Therapie sei sehr individuell. Stationär sei eine Behandlung von drei Monaten üblich. Er ergänzt: „Wichtig ist, dass der Therapieraum ein Raum ohne Vorwurf ist.“ Dort könne alles erzählt und besprochen werden. Terhaar fügt hinzu: „Das Kinderhospital versteht sich als Bindeglied zwischen stationärer Behandlung und den niedergelassenen Kollegen. Wir sind oft die erste stationäre Anlaufstelle, vor allem bei schwer kranken Jugendlichen.“

### **Eltern sind Vorbild – auch für Ängste**

Terhaar sei „zutiefst davon überzeugt“, dass für das Wohl und die psychische Gesundheit des Kindes die Eltern eine große Rolle spielen. „Eltern sind Vorbilder, an denen sich Kindern orientieren, in allem, wie man mit sich selbst und der Welt umgeht.“

Das sei beispielsweise bei der Entwicklung von Ängsten ausschlaggebend, was sich auch in der Corona-Pandemie zeige. Wenn ein Erwachsener dem Kinde suggeriere, dass alles sehr gefährlich sei, man sich nicht mehr mit Menschen treffen dürfe, dann übernehme das Kind diese Angst. In Sachen Corona und auch sonst sei natürlich Vorsicht angebracht – Panik aber nicht förderlich. Risiken müssten abgewogen, könnten aber nicht gänzlich vermieden werden. Terhaar: „Man muss als Eltern auch hinnehmen, dass Dinge auch mal schiefgehen.“

Er fügt hinzu: „Es gibt das Phänomen, dass Kinder große Angst vor einer Ansteckung mit dem Virus haben.“ Diese Angst sei häufig von den Eltern übernommen worden. „Wenn Kinder plötzlich mit dem besten Freund nicht mehr drinnen spielen dürfen, weil ein Kind geimpft ist und das andere es nicht ist, dann entsteht bei den Kindern Angst.“

Für die seelische Gesundheit der Kinder kann vorgesorgt werden, sagt Terhaar. Ein wichtiger Aspekt dabei: Bewegung. „Unser Gehirn braucht eine gleichmäßige Auslastung von dem, was das Gehirn kann.

Das heißt, das Gehirn kann Bewegung steuern, Emotionen produzieren, Ängste auslösen. Diese Fähigkeiten muss das Gehirn gleichmäßig benutzen. Wenn man sich nicht mehr bewegt, beeinflusst das die Entwicklung des Gehirns. Es wird in der Hinsicht träge, und das hat auch Auswirkungen auf die Emotionen.“ Bei Behandlung von Depressionen könne Bewegung sehr helfen. Eine Prognose, wie viele Kinder sich durch eine Therapie vollständig von ihrer Erkrankung erholen, kann Terhaar nicht exakt nennen: „Das ist schwer, das in einfache Worte zu fassen. Manchmal wundert man sich, wer auf einmal komplett gesundet und wer dann doch auf lange Sicht immer wieder, auch als Erwachsener, Hilfe braucht.“ Er ergänzt: „Das Schöne an der Kinder- und Jugendpsychiatrie ist also genau das, nämlich dass eine große Entwicklungsoffenheit besteht.“

Terhaar hat viele besondere Momente in seiner Arbeit mit Kindern und Ju-

gendlichen erlebt, die ihm im Gedächtnis geblieben sind: „Mich bewegt vor allem, wenn man bei Jugendlichen erleben kann, wie es klick macht und es ihnen gelingt, ihr eigenes Leben positiv und konstruktiv in die Hand zu nehmen.“

### **Loslassen lernen**

Werner Terhaar hat selbst zwei Kinder, die mittlerweile im jungen Erwachsenenalter sind. Durch seinen Beruf habe er natürlich ein aufmerksames Auge auf die seelische Entwicklung seines eigenen Nachwuchses geworfen. Dennoch habe er versucht, die Rolle des Arztes zu Hause abzulegen und als Vater zu agieren. Es sei sowieso wichtig, sich seiner Rolle bewusst zu sein und auch mal loszulassen: „Eltern sind Eltern, nicht Freunde.“ Man müsse es aushalten, dass man ab einem bestimmten Alter die Kontrolle über das Kind verliert und nicht mehr alles wisse. Denn das sei richtig so.

---