

Einsatz digitaler psychologischer Interventionen bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen im Rahmen der COVID-19-Pandemie

Use of Digital Interventions for Children, Adolescents, and Young Adults during the COVID-19 Pandemic

Linda Fischer-Grote, Vera Fössing, Martin Aigner, Elisabeth Fehrmann¹⁾ & Markus Böckle¹⁾

Themenschwerpunkt Long COVID/weitere Kollateralschäden

Zusammenfassung

Die COVID-19-Pandemie führte zu einem Anstieg psychischer Erkrankungen bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen bei gleichzeitig eingeschränktem Therapiezugang. Dadurch entstand ein dringender Bedarf zur Entwicklung neuer Online-Interventionen. In diesem Artikel wird basierend auf einem systematischen Review und einer Meta-Analyse ein umfassender Überblick über solche Therapieprogramme für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene gegeben. Die Meta-Analyse ergab moderate Effektstärken für Interventionen bei Ängsten und zur Verbesserung von sozialen Fähigkeiten sowie eine kleine Effektstärke für Interventionen bei depressiver Symptomatik. Keine signifikanten Behandlungseffekte ergaben sich studienübergreifend für psychisches Wohlbefinden, psychische Belastung, Essstörungen und Symptome, die mit der COVID-19-Pandemie in Verbindung standen. Dieser Artikel beschreibt daher Interventionen, die Ängste, depressive Symptomatik und soziale Fähigkeiten verbessern. Für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene gibt es vielversprechende Ansätze für Online-Interventionen. Digitale Gesundheitsangebote für diese Altersgruppe sollten bei der Therapieplanung, aber auch in der Ausbildung sowie Weiterbildung von Klinischen PsychologInnen, PsychotherapeutInnen und PsychiaterInnen mitbedacht werden.

Abstract

The COVID-19 pandemic led to an increase of mental illness in children, adolescents, and young adults while simultaneously restricting access to therapy resulting in an urgent need to develop new online interventions. This article gives an overview of such interventions for children, adolescents, and young adults based on a systematic review and meta-analysis. The meta-analysis showed moderate effect sizes for

interventions for anxiety and to improve social functioning as well as a small effect for interventions targeting depressive symptoms. No significant effects could be found across studies for psychological well-being, psychological stress, eating disorders, and COVID-19-related symptoms. Therefore, this article focuses on interventions to improve anxiety, social functioning, and depressive symptoms. There are promising approaches for online interventions for children, adolescents, and young adults. Digital treatment options should be considered in therapy planning and regarding education of clinical psychologists, psychotherapists, and psychiatrists.

1. Einleitung

Die hohe Prävalenz psychischer Störungen im Kindes- und Jugendalter ist seit Jahren bekannt (z. B. Costello et al., 2003; Fuchs & Karwautz, 2017; Polanczyk et al., 2015) und wurde 2015 weltweit auf 13,4% geschätzt (Polanczyk et al., 2015), während die Schätzungen der Punktprävalenz in Österreich von 16,5% (Philipp et al., 2018) bis 25% (Fuchs & Karwautz, 2017; Wagner et al., 2017) reichen und die Lebenszeitprävalenz für Österreich auf 35,8% geschätzt wird (Wagner et al., 2017). Die Kindheit und Jugend sind besonders relevante Perioden für Hirnreifung und Lernen (Dahl et al., 2018) und gerade aufgrund dieser entwicklungsbezogenen Aspekte zeigt sich bei Jugendlichen eine erhöhte Vulnerabilität für z. B. Suchtverhalten (Chambers et al., 2003). Gleichzeitig zeigen psychische Störungen im Kindes- und Jugendalter oft auch einen signifikanten Einfluss auf das weitere Leben (Fuchs & Karwautz, 2017; Wilson et al., 2015). Zusätzlich zählen Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene zu den Gruppen, in denen die COVID-19-Pandemie mit einem erhöhten Risiko für sinkende psychische Gesundheit einhergeht (Dale et al., 2021; Huscsava et al., 2022; Özlü-Erkilic et al., 2021; Pieh et al., 2021; Pierce et