

COVID-19-Pandemie:

Ihre Auswirkungen auf die psychische Gesundheit und was wir aus anderen Pandemien lernen können

COVID-19 Pandemic: Its Effects on Mental Health and What We Can Learn from Other Pandemics

Barbara Juen & Alexander Kreh

Themenschwerpunkt Pandemie – Gesellschaften in der Krise

Zusammenfassung

Aus dem aktuellen Forschungsstand zu den psychosozialen Auswirkungen der COVID-19-Pandemie und der mit ihrer Bekämpfung verbundenen nichtpharmakologischen Maßnahmen lassen sich häufig negative Auswirkungen auf die psychische Gesundheit der Bevölkerung ableiten. Diese äußern sich vor allem in erhöhten Angst- und Depressionswerten, geringerem Wohlbefinden und teilweise erhöhter Ausprägung von Traumasymptomen. Risikofaktoren sind junges Alter, weibliches Geschlecht, niedriger sozioökonomischer Status, Arbeitslosigkeit, psychische Vorerkrankungen sowie Beschäftigung im Gesundheitsbereich. Demgegenüber stehen neben personalen Schutzfaktoren insbesondere auch organisationale Resilienzfaktoren, die negative Effekte auf das Wohlbefinden während der Pandemie abfedern können. Neben sozial und ökonomisch unterstützenden Maßnahmen spielen vor allem die Art der Krisenkommunikation und die Partizipation der Bevölkerung eine zentrale Rolle im Krisenmanagement. Besonderes Augenmerk muss auf niederschweligen, kostenneutralen Zugang zu psychologischer Beratung und Behandlung sowie enge Zusammenarbeit mit Sozialarbeiter*innen gelegt werden, um besonders vulnerable Gruppen zu erreichen.

Abstract

Recent studies of the psychosocial consequences of non-pharmacological measures associated with the COVID-19 pandemic show negative impacts on the mental health of the population. Relatively high rates of symptoms of anxiety, depression, and also trauma symptoms are reported alongside decreased wellbeing. Risk factors are young age, female gender, lower socioeconomic status, unemployment, chronic/psychiatric diseases, and working in health care.

Personal resilience factors, and in some cases even more importantly factors of organizational resilience, protect from negative impacts on mental health. Social and economic support measures alongside good crisis communication and (community) participation play an important role in crisis management. Special focus must be on low threshold psychological counseling and treatment, as well as close cooperation with social workers to reach vulnerable groups.

1. Generalisierbare Effekte der COVID-19-Pandemie

Die Corona-Pandemie hat vielfältige Auswirkungen auf psychische Gesundheit und Wohlbefinden. Im folgenden Artikel widmen wir uns der Frage, welche der Auswirkungen vom jetzigen Forschungsstand aus generalisierbar sind und was wir aus früheren Pandemien lernen können. Betrachtet man den gegenwärtigen, sich rasch entwickelnden Forschungsstand zu den psychischen Auswirkungen der Corona-Pandemie, lassen sich schon jetzt einige Aspekte verallgemeinern.

1. Die Corona-Pandemie wirkt sich auf das Wohlbefinden der Menschen negativ aus.
2. Neben erhöhten Depressions- und Angstwerten kommen auch Traumasymptome vor.
3. Jüngere Menschen leiden besonders unter den negativen Auswirkungen.
4. Weitere Risikogruppen sind das Gesundheitspersonal, Frauen, Personen mit niedrigem sozioökonomischem Status, arbeitslose Personen, Personen mit psychischen Erkrankungen.