

Depressive Störungen im Kindes- und Jugendalter

Depressive Disorders in Childhood and Adolescence

Michael Borg-Laufs, Eva Jankowski & Joachim Kosfelder

Themenschwerpunkt Depression

Zusammenfassung

Depressionen im Kindes- und Jugendalter sind häufig. Symptome wie Niedergeschlagenheit, Freud- und Energieverlust oder das Erleben von Wert- und Hoffnungslosigkeit sind per se belastend, sie behindern aber auch die altersadäquate Bewältigung von Entwicklungsaufgaben und die Befriedigung elementarer Grundbedürfnisse und haben Auswirkungen auf die beteiligten sozialen Systeme wie Eltern, Schule und Peers. Die Ergebnisse einer großen Zahl an Therapiestudien sind jedoch unbefriedigend. Hier werden daher ergänzend zu den bewährten Methoden therapeutische Strategien mit Potenzial vorgeschlagen. Dazu zählen metakognitive Techniken, eine gezielte Nutzung von Ressourcen zur Bewältigung depressionsbedingt ungelöster Entwicklungsaufgaben, eine Sicherung der Befriedigung der Grundbedürfnisse betroffener Kinder und Jugendlicher durch interpersonelle und beziehungsorientierte Strategien, eine systemintegrierende Perspektive sowie die Beachtung auch latenter Anzeichen von Suizidalität.

Abstract

Depression in childhood and adolescence is common. Symptoms such as dejection, loss of joy and energy, or the experience of hopelessness and lacking self-esteem are stressful per se, but they also hinder the appropriate accomplishment of developmental tasks and the satisfaction of elementary basic needs and have an impact on the social systems involved, such as parents, school, and peers. However, the results of many therapy studies are unsatisfactory. Therefore, some promising therapeutic strategies are proposed here to enhance empirically proven methods. These include metacognitive techniques, a targeted use of

resources to cope with depression-related unresolved developmental tasks, ensuring that the basic needs of affected children and adolescents are met through interpersonal and relationship-oriented strategies, a system-integrating perspective, and attention to (latent) signs of suicidality.

1. Einleitung

Gemäß ICD-10 zeichnen sich Depressionen im Kindes- und Jugendalter durch eine gedrückte, niedergeschlagene Stimmung sowie einen deutlichen Interessen- oder Freudeverlust aus. Diese werden begleitet von weiteren Symptomen wie Konzentrations- und Entscheidungsschwierigkeiten, dem Erleben von Wertlosigkeit, starken Schuldgefühlen, Hoffnungslosigkeit sowie wiederholten Gedanken an den Tod oder an Suizid, Veränderungen von Ess- oder Schlafverhalten, Unruhezuständen, Verlangsamung sowie deutlich reduziertem Antrieb und damit verbundener Müdigkeit.

Altersabhängig kommen weitere Merkmale wie körperliche Beschwerden, Reizbarkeit, Trennungsängste, sozialer Rückzug und Vermeidungsverhalten hinzu (Essau & Lauth-Lebens, 2018). Kinder im Vorschulalter zeigen häufig traurige Stimmung und/oder Gereiztheit und adressieren im Spiel nicht selten Aggression oder Schuldthemen. Auffälligkeiten im Essverhalten und Alpträume sind ebenfalls nicht selten zu beobachten. In der mittleren Kindheit sind aggressive Verhaltensweisen und häufig auch psychosomatische Symptome zu beobachten. Konzentrations- und Schulprobleme sind ebenfalls mögliche Anzeichen einer depressiven Störung. Bei Jugendlichen sind häufige zusätzliche Merkmale von Depressivität selbstverletzendes Verhalten, Suizidalität, Interessenlosigkeit, ein vermindertes Selbstwertgefühl und Zukunftsängste (Mehler-Wex & Kölch, 2008; Naab et al., 2015).