

Gefährdete Kinder

Psychische Störungen Erstaunlich viele Kinder und Jugendliche sind psychisch belastet. Mit dem PH-Dozenten Jürg Frick sprachen wir über Anzeichen, Ursachen und über die Handlungsmöglichkeiten der Lehrpersonen. Interview: Werner Heiniger

ZLV-Magazin: Primarschulkinder sind eigentlich immer «gut drauf», so denkt man landläufig. Ist dies nicht wahr?

Jürg Frick: Es gibt viele Kinder, die sind psychisch gesund, aber es gibt auch eine Anzahl von Kindern, denen es nicht gut geht, die psychisch belastet sind und zum Teil sogar unter psychischen Störungen leiden. Die Unterschiede sind zum Teil regional bedingt. Es kann vorkommen, dass an einem Ort mehr als die Hälfte der Kinder – wegen Armut zum Beispiel – nicht «gut drauf» ist. Zudem gibt es auch Zeitabschnitte, in denen es den Kindern nicht gut geht, nämlich bei Übergängen.



Jürg Frick

Prof. Dr. Jürg Frick ist Dozent an der Pädagogischen Hochschule Zürich und arbeitet am Zentrum für Beratung der PHZH. Jürg Frick hat zahlreiche Bücher und Fachaufsätze geschrieben über die psychische Entwicklung (Kinder, Jugendliche, Erwachsene), wie zum Beispiel «Die Kraft der Ermutigung» (2007), «Die Droge Verwöhnung» (2001, 4. Aufl. 2011), «Resilienz – was Menschen schützt und stärkt» (2010, akut, das Infomagazin, 20), «Das hat doch alles keinen Sinn! Hinweise für Suizidgefahren erkennen» (2007, ph akzente 3) u. v. m. Nach kurzer Tätigkeit als Primarlehrer hat Jürg Frick allgemeine und klinische Psychologie, Psychopathologie und Pädagogik studiert.

Zum Beispiel?

Man hat untersucht, wie es den Kindern in der ersten Schulwoche geht, und hat dabei entdeckt, dass Kinder dann mehr belastet sind. Dasselbe gilt auch für den Übertritt in die Mittelstufe oder in die Oberstufe. Aber das Wohlbefinden ist individuell. Deshalb würde ich Ihre Eingangsfrage mit «Jein» beantworten.

Wie merkt man, dass die Befindlichkeit eines Kindes nicht mehr alltäglichen Stimmungsschwankungen zugeordnet werden kann?

Hier gibt es zwei Kriterien: Zum einen die Intensität eines Leidens, zum anderen die Dauer. Ausserdem spielt es eine Rolle, ob eine Selbst- oder Fremdgefährdung besteht.

Kinder äussern sich in der Schule oft nicht, wenn es ihnen nicht gut geht. Wie soll man da spüren, dass Handlungsbedarf ist?

Das würde ich so nicht unterschreiben. Wenn Sie Ihre Klasse ein wenig kennen und einen einigermaßen guten Draht zu den Kindern haben, wenn Sie auch über den Hintergrund der Kinder ein wenig Bescheid wissen, dann spüren Sie in vielen Fällen, dass bei einem Kind etwas nicht stimmt. Vor allem ältere Kinder sprechen Sie zwar eher nicht an, aber Sie als Lehrperson können den ersten Schritt machen.

Welche Verhaltensweisen ändern sich, wenn bei einem Kind eine depressive Störung vorliegt? Ab wann spricht man von einer Depression?

Auch hier ist festzustellen, dass es Unterschiede gibt. Bei kleineren Kindern treten häufig körperliche Symptome auf, wie Kopfweg, Bauchweh usw. Bei Schulkindern fallen oft Schulleistungsschwankungen auf. Weiter kann man beobachten, dass

die Kinder schnell aufgeben, dass sie sich zurückziehen aus dem Freundeskreis oder sich so oder ähnlich äussern: «Mir stinkt es», «Am liebsten möchte ich nicht mehr leben», «Was soll das alles». Und auch hier muss die Zeitdauer und die Intensität der Probleme beachtet werden sowie die Selbst- oder Fremdgefährdung. Mädchen beginnen z. B., sich zu ritzen, oder sie pflegen sich äusserlich nicht mehr. Bei Jungs äussert sich die Depression oft auch dadurch, dass sie sehr aggressiv werden oder mit sich selber unvorsichtig umgehen. Solche Verhaltensweisen deuten darauf, dass man etwas unternehmen muss und dass man die Kinder – taktvoll zwar – darauf anspricht.

Wie geht man das an?

Ich glaube, häufig ist man zu vorsichtig und getraut sich zu wenig, mit den Kindern ins Gespräch zu kommen. Entscheidend ist es, dass man eine geeignete Situation findet für das Gespräch. Hat man eine gute Beziehung mit dem Kind, kann man auch heikle Punkte ansprechen und etwa sagen: «Du, ich habe beobachtet, du hast am Arm Schnitte. Was hat das zu bedeu-

«Es gibt Zeiten, in denen es Kindern weniger gut geht: z. B. bei Übergängen.»

ten? Woher hast du die?» Sehr wichtig ist dabei, dass das Kind spürt, dass Sie interessiert an ihm sind. Das nimmt ein Kind mit.

An wen wende ich mich, wenn ich sehe, dass es einem Kind nicht gut geht?

Es gibt viele Möglichkeiten. Tauschen Sie sich mit Kollegen aus, reden Sie mit der Schulleitung, mit der Schulsozialarbeiterin, der Schulpsychologin. Oder gelangen Sie an eine Fachstelle, nehmen Sie mit der PH Kontakt auf, sie unterhält ein kostenloses Beratungstelefon.

Würden Sie sofort die Eltern anrufen?

Je nachdem. Zuerst würde ich mit dem Kind sprechen, auch wenn es um ein schwerwiegendes Problem geht. Dann ist es womöglich wichtig, dass man dem Kind mitteilt, dass man auch mit den Eltern re-

den müsse. Vielleicht reagiert das Kind abwehrend. Dann könnte man dem Kind eine gewisse Bedenkfrist vorschlagen. Vielleicht reagiert das Kind aber auch erleichtert, weil Sie der Erste sind, der das Problem ernst nimmt und es nicht verharmlost.

Wie gross ist das Ausmass? Muss ich damit rechnen, dass in jeder Schulklasse gefährdete Kinder sind?

Das ist eine heikle Frage. Es verhält sich ähnlich wie beim sexuellen Missbrauch. Es ist sehr unterschiedlich von Klasse zu Klasse, von Situation zu Situation. Was man sicher sagen kann, ist dies: Eine erhebliche Anzahl an Kindern ist gefährdet. Ob sie dann eine manifeste Depression

ner Behandlung, bei Jugendlichen sind es 3 bis 6 Prozent – mit grossen individuellen Unterschieden.

Sie sprechen nur von den Kindern, die in Behandlung sind.

Das ist richtig. Viele Kinder, denen es nicht gut geht, werden gar nicht therapiert. Aus diesem Grund wäre es extrem wichtig, in der Schule die Erkennungszeichen wahrzunehmen.

Wie kann eine Lehrperson vorbeugend daran arbeiten, die Gefährdung zu senken?

Mittlerweile gibt es viele Schulprogramme für Gesundheits-, für Selbstwert- und für Resilienzförderung.

«Häufig ist man zu vorsichtig und getraut sich zu wenig, mit den Kindern ins Gespräch zu kommen.»

zeigen, ist eine andere Frage. Dass es aber vielen Kindern nicht so gut geht, das ist eine Realität, die mich ehrlich gesagt ein wenig bedrückt. In Zahlen: Im Schulalter sind rund 1 bis 3 Prozent der Kinder in ei-

tionen sind. Solche Schulprogramme sind das eine. Der wichtigste präventive Punkt sind aber Sie als Lehrperson: Ihre Beziehung zur Klasse, wie Sie die Kinder in ihren Stärken fördern und in der Arbeit an

den Schwächen unterstützen, sie fordern und herausfordern, sie miteinbeziehen, sie ernst und wichtig nehmen, ihnen ein glaubwürdiges Vorbild sind. Das alles hat einen Einfluss. Mit der Auswahl von geeigneten Geschichten erzielen Sie ebenfalls eine Wirkung. Zum Beispiel indem Sie Geschichten vorlesen oder besprechen, in denen es Menschen gelingt, Probleme zu lösen, Rückschläge zu überwinden. So können Bewältigungsstrategien oder der gute Umgang mit Niederlagen bei Kindern gefördert werden.

Was bedeutet das?

Resilienzförderung heisst, die Widerstandsfähigkeit zu fördern von Menschen, die in belasteten Situa-

Anlaufstellen

- PHZH, Zentrum für Beratung, kostenloses Beratungstelefon 043 305 50 50 (Mo–Fr 15–18 Uhr) oder beratungstelefon@phzh.ch
- Kinderschutzgruppen des Kantons Zürich, www.lotse.zh.ch
- Amt für Jugend und Berufsberatung Kanton Zürich, Fachbereich Kinder- und Jugendhilfe, 043 259 96 50; www.ajb.zh.ch/zs/fj