

Depression im Kindes- und Jugendalter

Ein guter Schüler bringt unverständlicherweise schlechte Noten nach Hause, ein sechs-jähriger Junge möchte plötzlich nicht mehr in den Kindergarten und eine sonst ruhige Jugendliche wird zur auffälligen Schlägerin. Diese Symptome können Zeichen verschiedener Schwierigkeiten sein, an eine depressive Störung wird dabei nicht als erstes gedacht. Dabei gehören leichte depressive Verstimmungen bis hin zu schweren depressiven Störungen zu den häufigsten psychischen Krankheiten, unter denen Kinder und Jugendliche bis zum 18. Lebensjahr leiden.

Die Merkmale einer Depression können vier Kategorien zugeordnet werden:

- *Stimmung (traurig, unglücklich, reizbar u. a.)*
- *Kognition (negative Gedanken, geringes Selbstwertgefühl, Interesselosigkeit, Konzentrationsschwierigkeiten, Suizidgedanken u. a.)*
- *Verhalten (Antriebsverringerung, psychomotorische Verlangsamung, weinen, sozialer Rückzug, Suizidhandlungen u. a.)*
- *Körper (Schlafstörungen, starke Müdigkeit, verminderter oder gesteigerter Appetit u. a.).*

Diese Merkmale sind stark entwicklungsabhängig, das heisst, sie unterscheiden sich in ihrem Erscheinungsbild je nach Alter und Entwicklungsstand eines Kindes oder einer/einem Jugendlichen. Auch ist eine Depression im Kindes- und Jugendalter oft hinter einem auffälligeren Erscheinungsbild verborgen (zum Beispiel Schulverweigerung, plötzlich auftretende Lernstörungen, Alkohol-Missbrauch), was die Diagnosestellung stark erschwert.

Wichtig erscheint die Tatsache, dass bereits bei Kleinkindern (1 bis 3 Jahren) gewisse Symptome beobachtet werden können, die auf eine Depression schliessen lassen, und dass gerade im Jugendalter viele depressive Symptome auch Zeichen einer ganz normalen jugendlichen Entwicklung sein können (zu Tode betrübt, gereizt, verschlossen, gelangweilt oder grüblerisch).

Haben Eltern oder Lehrkräfte den Eindruck, dass eine depressive Symptomatik vorliegen könnte, sollte als erstes ein vertrauliches Gespräch mit dem / der Betroffenen geführt werden. Besteht nach einem solchen Gespräch weiter der Verdacht einer Depression, ist eine Fachperson hinzuzuziehen, wobei diese wiederum auf die enge Zusammenarbeit mit den Bezugspersonen angewiesen ist, sowohl in Bezug auf die Diagnosestellung als auch bezüglich der Behandlung.

Werden Kinder oder Jugendliche mit dem Verdacht einer depressiven Störung am Schulpsychologischen Dienst angemeldet, geht es zunächst um eine genauere Abklärung der Symptomatik und um die Einschätzung des Schweregrades der möglicherweise vorliegenden Depression. Bei einer leichten depressiven Störung werden die Eltern und die Lehrkräfte beraten, wie das betroffene Kind resp. der / die betroffene Jugendliche weiter im Unterricht und im sozialen Leben eingebunden werden kann, ohne dass er oder sie überfordert wird. Es wird gemeinsam versucht, einen schulischen Alltag zu gestalten, ohne dass sein oder ihr vielleicht störendes Verhalten zu einer grösseren Belastung für die anderen wird.

Bei einer schweren Depression, die oft mit Suizidgedanken und -äusserungen einhergeht, wird meist eine Überweisung an den Kinder- und Jugendpsychiatrischen Dienst eingeleitet, da die Betreuung intensiver und möglicherweise nicht mehr ambulant erfolgen muss.