

Kranke Kinderseelen

Steigender Druck in der Schule und zu Hause macht Kinder krank. Bei Ärzten melden sich immer mehr Schüler mit Beschwerden, für die es keine medizinische Erklärung gibt. Sie leiden an Kopfwahl, Schlafstörungen oder Depressionen.

Von Anja Burri

Julia ist vierzehn Jahre alt, als sie nicht mehr kann. Die Schlaflosigkeit, die Kopfschmerzen und die Schwindelgefühle fesseln sie ans Bett. Sie geht nicht mehr zur Schule. Julia kommt in die Kinderabteilung eines Spitals in der Deutschschweiz. Die Ärzte suchen lange. Doch sie finden keine medizinische Ursache für ihre Beschwerden. Trotzdem ist klar, dass Julia krank ist: Im Alter, in dem sich andere Teenager zum ersten Mal verlieben, hat sie eine Erschöpfungsdepression. Das Mädchen ist in der Schule in einen Strudel aus Ausgrenzung und Leistungsdruck geraten, aus dem es allein nicht mehr herausfindet. Es folgen ein monatelanger Spitalaufenthalt, Psychopharmaka und Therapiestützungen.

Julia heisst eigentlich anders. Geschichten wie ihre hören die Kinderärzte immer wieder und vor allem: immer öfter. Es sind die Geschichten von Kindern, die über ihren Körper signalisieren, dass mit ihnen etwas nicht stimmt, dass ihre Seele krank ist. Kopfwahl oder Bauchweh sind solche Signale, und sie heissen psychosomatische Erkrankungen. Diese treffen zunehmend auch die Jüngsten unserer Gesellschaft. Das berichten Psychologen, Lehrer, Kinderärzte und Sozialpädagogen übereinstimmend. Christian Henkel ist leitender Arzt für Psychosomatik am Ostschweizer Kinderspital in St. Gallen. «Es gibt immer mehr Kinder, die aufgrund von Schmerzen nicht in die Schule gehen», sagt er. Besonders stark zugenommen hätten Kopf- und Bauchschmerzen sowie Darm-Beschwerden. Betroffene Kinder leiden auch an Übelkeit, Schwindel und Atemnot sowie an Schlaf- und Essstörungen. Manche Patienten sind erst zehn Jahre alt.

Die Entwicklung in der Schweiz entspricht einem globalen Trend. Internationale Studien schätzen, dass weltweit zwischen 10 und 20 Prozent aller Kinder unter psychischen Störungen leiden. Längst nicht alle Betroffenen kommen wie Julia ins Spital, sondern viel häufiger zum Hausarzt. Die psychosomatischen Erkrankungen beschäftigen zunehmend auch allgemeine Kinderärzte und Spezialisten für Augen-, Ohren- oder Atem-erkrankungen.

Zum Beispiel Jürg Barben, Lungen spezialist für Kinder am Ostschweizer Kinderspital. Er hat es regelmässig mit Kindern zu tun, deren Atembeschwerden er medizinisch nicht erklären kann. Am Anfang stehe oft der Verdacht auf Asthma, sagt er. Doch bei geschätzten 10 bis 15 Prozent der jugendlichen Patienten stelle sich heraus, dass das Problem ganz woanders liege. «Diese Kinder kriegen aus Angst oder Panik keine Luft mehr, sie beginnen zu hyperventilieren», sagt er. Oft passiere dies abends, vor dem Ins-Bett-Gehen oder beim Erledigen der Hausaufgaben. Der Abend ist für viele Kinder mit Ängsten und Sorgen die schlimmste Zeit. Eine Studie der Weltgesundheitsorganisation zeigte vor drei Jahren: 27 Prozent der Elfjährigen in der Schweiz leiden täglich oder mehrmals pro Woche unter Schlafstörungen. Noch gibt es in der Schweiz kaum wissenschaftliche Erkenntnisse zu psychosomatischen Erkrankungen von Kindern.

Die Anzeichen, dass sich gerade etwas verändert, sind allerdings unübersehbar. Thomas Brunner ist eine Art Seismologe für die Erschütterungen der Kinderseelen. Der Sozialpädagoge leitet das Sorgentelefon 147 der Pro Juventute für Kinder. Er sitzt in einem hellen Altbau in der Stadt Bern. Pro Raum gibt es

zwei Arbeitsplätze mit Computer und Kopfhörer, in einer Ecke steht eine zusammenfaltbare Matratze. Das Büro ist rund um die Uhr besetzt, Brunners Mitarbeiter beraten jeden Tag 400 Kinder und Jugendliche aus der ganzen Schweiz per Telefon, Chat, E-Mail oder Textnachrichten. Die meisten Anrufer sind zwischen 13 und 17 Jahre alt, manche auch jünger. «Wir stellen eine Verschiebung hin zu schwerwiegenden persönlichen Problemen der Jugendlichen fest», sagt Brunner. Noch vor fünf Jahren war Sexualität das Thema Nummer 1, mehr als jede fünfte Anfrage drehte sich um Fragen nach dem ersten Mal oder der Pille danach. Heute stehen ganz andere Sorgen an erster Stelle. In den ersten sechs Monaten dieses Jahres berichteten 29,5 Prozent der Teenager über Angst, Selbstzweifel, Stress, Überforderung, Leistungsdruck, aber auch über Sorgen um Eltern oder Freundinnen. Selbstmord ist in mindestens zwei Beratungen pro Tag das zentrale Thema. Das Sorgenbarometer der Kinder und Jugendlichen gleicht sich also zunehmend demjenigen der Erwachsenen an. Da ist es nur logisch, dass die Krankheiten der Erwachsenen - Burnout, Depression oder chronische Schmerzen zum Beispiel - zunehmend auch Kinder betreffen. «Wir können nicht erwarten, dass unsere Kinder in einer komplett anderen Welt leben als wir», sagt Sozialpädagoge Brunner.

Überall Leistungsdruck

Wie kommt es, dass die Welt schon unsere Kinder belastet und sogar krank macht? Es gibt drei Faktoren, die Fachleute aufzählen: Stress in der Schule, familiäre Belastungen und die Gesellschaft.

Der St. Galler Kinderarzt Arnold Bächler, 72, öffnet seine Mappe und legt eine Zeichnung auf den Tisch. Es ist der Turm der Bremer Stadtmusikanten, einfach in umgekehrter Reihenfolge: Der schwere Esel sitzt zuoberst und drückt auf den Hund, dieser zerquetscht den Kater und schliesslich ruht die ganze Last auf dem Guggel. Für Bächler ist die Zeichnung eine Metapher für den Leistungsdruck in der Schule. Zuoberst steht die Gesellschaft, dann kommen die Lehrer, die Eltern und zuunterst die Kinder. «Der Leistungsdruck überträgt sich auf alle, eine eindeutige Schuldzuweisung funktioniert nicht», sagt Bächler, der seit über 40 Jahren praktiziert.

Die Schule krankt aus seiner Sicht jedoch an einem Grundproblem: Sie erwarte von allen Kindern den gleichen Leistungsstand, die Lehrpläne orientierten sich notorisch an den Leistungsstärksten. «Das führt dazu, dass ein hoher Prozentsatz der Kinder als auffällig abgestempelt wird», sagt Bächler. Viele von diesen Kindern kämen später zu ihm in die Praxis - oft in Schubbewegungen: kurz vor den Sommerferien, wenn die Zeugnisse verteilt werden, und ein paar Wochen nach den Sommerferien, wenn die ersten Prüfungen anstehen. Arnold Bächler hat kürzlich einen Tag lang eine Strichliste geführt. Von den 24 Konsultationen drehten sich 6 - also jede vierte - um ein Schulproblem. Häufig gehe es um Konzentrations- und Aufmerksamkeitsprobleme oder Leistungsschwächen, sagt er. Diese seien oft nicht sofort sichtbar. «Hinter Bauchweh, Kopfwahl oder Müdigkeit versteckt sich oft Stress in der Schule.»

Ein solcher Fall ist Michael, achteinhalb Jahre. Nach einem Sturz vom Velo beobachteten Eltern und Lehrerin bei dem Zweitklässler schwere, depressive Stimmungsschwankungen. Weil Michael auch über heftige Schmer-

Kinderärzte



Jürg Barben ist Lungenspezialist. Er leitet die Abteilungen Pneumologie und Allergologie am Ostschweizer Kinderspital in St. Gallen. Er ist Titularprofessor für Kinderheilkunde an der Universität Basel. Sein zentrales Forschungsgebiet ist die zystische Fibrose.



Kurt Albermann ist Kinderarzt, Kinder- und Jugendpsychiater und hat vier Kinder. Der Chefarzt des Sozialpädiatrischen Zentrums am Kantonsspital Winterthur befasst sich mit Prävention, Früherkennung und Behandlung psychischer Störungen bei Kindern und Jugendlichen.



Das Bild zeigt einen Achtjährigen. Kinder in diesem Alter klagen bereits über Bauchweh oder Kopfschmerzen.

zen in Nacken und Kopf klagt, vermuten die Eltern einen Zusammenhang mit dem Sturz. Sie lassen den Buben auf der Notfallstation umfassend untersuchen - ohne Ergebnis. Im Gespräch mit Kinderarzt Bächler erzählt Michael von seiner schulischen Belastung, und dass seine Beschwerden vor allem abends vor dem Einschlafen auftreten. Schliesslich stellt sich heraus, dass Michael motorische Schwierigkeiten hat und deshalb in der Schule nicht überall mithalten kann. Der Velosturz fiel zufällig mit der Einführung von Noten in der Schule zusammen.

Längst nicht immer sind Schulprobleme schuld, wenn es Kindern schlechtgeht. Psychische Krankheiten gehören zu den häufigsten Krankheiten in der Schweiz. Jede zweite bis dritte Person ist im Verlauf ihres Lebens einmal psychisch krank. Etwa die Hälfte der Betroffenen hat Kinder. Kurt Albermann ist Chefarzt des Sozialpädiatrischen Zentrums am Kantonsspital Winterthur und ärztlicher Leiter des Instituts Kinderseele Schweiz. «Vorsichtig geschätzt gibt es in der Schweiz 300 000 Kinder und Jugendliche mit einem psychisch erkrankten Elternteil», sagt er. Diese Kinder hätten ein deutlich höheres Risiko, selber krank zu werden. Psychisch belastete Eltern erhielten nicht immer die nötige fachliche Betreuung oder Unterstützung in ihrem Umfeld. Das wirke sich auf die Entwicklung der Kinder aus. «Sie übernehmen mitunter viel Verantwortung zu Hause, ihre Be-

dürfnisse kommen zu kurz.» Auch die Qualität der Partnerschaft der Eltern sei ein wichtiger Faktor. Albermann stützt sich auf die Forschung. Diese zeigt zum Beispiel, dass zwei Drittel der Kinder, die schweren Konflikten zwischen den Eltern ausgesetzt sind, Verhaltensprobleme entwickeln.

Drei Hobbys aufs Mal

Psychosomatische Erkrankungen der Kinder funktionieren dabei auch als Blitzableiter. Es ist einfacher für eine Familie, über das Bauchweh ihres Kindes zu sprechen als über familiäre Probleme. Mit anderen Worten: Solange ein körperliches Symptom präsentiert werden kann, ist das für die Familie weniger bedrohlich, als wenn es um Angst oder Depression geht. «Viele Eltern sind deshalb fixiert auf die medizinische Untersuchung ihres Kindes», sagt Cyril Lüdin. Der Kinderarzt aus Baselland hat sich im Verlauf seiner dreissigjährigen Karriere auf die Bindung zwischen Eltern und Kindern spezialisiert. Wenn er spricht, tönt der Mediziner fast wie ein Soziologe. «Die Kinder halten uns den Spiegel vor», sagt er. Die Gesellschaft entwickle sich rasant, es gebe immer mehr Möglichkeiten für alle, dafür weniger verbindliche Regeln und Zeit für zwischenmenschliche Beziehungen. Diese Orientierungslosigkeit münde in einem unglaublichen Wettbewerb, der schon die Kinder erfasse. Drei verschiedene Hobbys und zusätzliche Förderstunden seien keine Seltenheit.

Nicht immer ist klar, ob es die Kinder sind, die sich nicht für eine Freizeitbeschäftigung entscheiden können, oder ehrgeizige Eltern. Das Freizeitangebot für Kinder ist so attraktiv und gross geworden, dass es alle Beteiligten unter Druck setzt. So muss man heute erklären, was man nicht tut: Etwa, weshalb der Sohn oder die Tochter nur einmal pro Woche Sport treibt und immer noch kein Instrument spielt.

Lüdin erzählt von einem siebenjährigen Patienten, nennen wir ihn Sebastian. Seine Mutter brachte ihn in die Praxis wegen häufiger Tobsuchtsanfälle. Im Gespräch erfuhr der Kinderarzt, dass der Junge drei verschiedene Sportarten ausübt - jede Woche. Seine Wutausbrüche waren eindeutige Stresssymptome. Die Mutter interpretierte die Zornanfälle jedoch als Zeichen dafür, dass ihr Sohn noch mehr Bewegung braucht. «Eigentlich fühlt sich Sebastian am wohlsten, wenn er in seinem Zimmer lesen kann», sagt Lüdin. Die Eltern müssten lernen, auszuhalten, dass ihr Kind auch einmal ruhig daheim sitzt.

Julia, das Mädchen mit der Erschöpfungsdepression, trieb sich nicht mit Sport, sondern mit exzessivem Lernen bis zum Zusammenbruch. Auch für die Familie war es nicht leicht, die Krankheit zu akzeptieren. Die Eltern und die beiden Geschwister besuchten mit Julia eine Familientherapie. Sie durfte die Schule wechseln. Nach einigen Monaten konnte sie, inzwischen 15 Jahre alt geworden, das Spital verlassen: Es ging ihr deutlich besser.

Das Freizeitangebot für Kinder ist so attraktiv und gross geworden, dass es alle Beteiligten unter Druck setzt.

Lüdin erzählt von einem siebenjährigen Patienten, nennen wir ihn Sebastian. Seine Mutter brachte ihn in die Praxis wegen häufiger Tobsuchtsanfälle. Im Gespräch erfuhr der Kinderarzt, dass der Junge drei verschiedene Sportarten ausübt - jede Woche. Seine Wutausbrüche waren eindeutige Stresssymptome. Die Mutter interpretierte die Zornanfälle jedoch als Zeichen dafür, dass ihr Sohn noch mehr Bewegung braucht. «Eigentlich fühlt sich Sebastian am wohlsten, wenn er in seinem Zimmer lesen kann», sagt Lüdin. Die Eltern müssten lernen, auszuhalten, dass ihr Kind auch einmal ruhig daheim sitzt.

Julia, das Mädchen mit der Erschöpfungsdepression, trieb sich nicht mit Sport, sondern mit exzessivem Lernen bis zum Zusammenbruch. Auch für die Familie war es nicht leicht, die Krankheit zu akzeptieren. Die Eltern und die beiden Geschwister besuchten mit Julia eine Familientherapie. Sie durfte die Schule wechseln. Nach einigen Monaten konnte sie, inzwischen 15 Jahre alt geworden, das Spital verlassen: Es ging ihr deutlich besser.

Schule

Vermessung der Kindergärtner

Die Primarlehrer im Schulhaus Gotthelf in Basel-Stadt proben kürzlich den Aufstand. Sie entschieden, für Erstklässler keine Lernberichte mehr auszustellen. Es sei unnötig, bereits in der ersten Klasse durch solche Bewertungen Druck aufzubauen. Doch die Lehrer verstieszen gegen das kantonale Gesetz, das sie zur schriftlichen Beurteilung der Schüler verpflichtet. Das Erziehungsdepartement wies deshalb die aufmüpfigen Pädagogen in die Schranken.

Die Episode ist der vorläufige Höhepunkt einer hitzigen Debatte über die Leistungsmessung für die Kleinsten. In Basel-Stadt und verschiedenen anderen Kantonen füllen schon Kindergärtnerinnen und Primarlehrer standardisierte Lernberichte und Beobachtungsbögen aus. In St. Gallen zum Beispiel muss die Kindergärtnerin 76 Fragen mit Kreuzchen beantworten. Dabei geht es um grobmotorische Abläufe, Körperkontrolle, Mengenvergleiche oder den Wissensdrang. Schweizer Kindergärtner erhalten zwar keine Zeugnisse, aber die Kinder werden für die Elterngespräche zunehmend systematisch eingeschätzt. In Unterreggen (SG) ist die Leistungsförderung fortgeschritten: Dort halten bereits Kindergärtner kleine Vorträge, wie die «Ostschweiz am Sonntag» berichtet.

In Basel-Stadt kritisieren viele Lehrer die Beurteilungsregeln für Kindergärtner und Erstklässler. Bereits im ersten Kindergartenjahr werden die Basler Kinder mithilfe eines siebenseitigen Lernberichts eingeschätzt (siehe Kasten). In einer Umfrage der kantonalen Schulkonferenz gaben 86 Prozent der Lehrer an, sie glaubten nicht, dass das Bewertungssystem die Lernprozesse der Kinder fördere. «Kinder brauchen Zeit, um in der Schule anzukommen», sagt Jean-Michel Héritier, Präsident der Freiwilligen Schulsynode Basel-Stadt. Manche Kinder würden durch die Leistungsbeurteilung überfordert: «Sie verstehen nicht, warum sie eine schlechte Bewertung kriegen, obwohl sie sich Mühe geben.» Die Lehrer der Erstklässler stelle das umfassende Beurteilungs-

Lernbericht BS

1. Kindergartenjahr, Mathematik:

Die Lehrperson beurteilt das Kind mithilfe solcher Merkmale. Sie hat vier Stufen zur Auswahl: Das Verhalten ist a) deutlich erkennbar, b) erkennbar, c) gelegentlich erkennbar oder d) noch nicht erkennbar.

- Kann sortieren, Reihen bilden und Ordnungen herstellen.
- Kann Begriffe wie viel/wenig, mehr/weniger und gleich viel erfassen und anwenden.
- Kann die Zahlenreihe vor- und rückwärts aufzählen.
- Kann eine Zahl einer Anzahl von Objekten zuordnen (Zahl auf Würfel erkennen und die Menge in Handlung umsetzen).
- Kennt geometrische Figuren wie Kreis und einfache Körper wie Würfel. Kann sie benennen.

system vor fast unlösbare Aufgaben: Sie müssten schon in den ersten Monaten viele Arbeiten der Erstklässler bewerten, damit die Lernberichte möglichen Einsparungen der Eltern standhalten könnten. Der Protest der Basler Lehrer hat etwas bewirkt: Das Erziehungsdepartement hat eine Arbeitsgruppe eingesetzt, die Verbesserungen erarbeiten soll.

Ruth Fritschi ist zuständig für Kindergarten und Eingangsstufe beim Schweizer Lehrerverband LCH. «Beurteilungsbogen für Kindergärtner sind als Hilfsmittel für die Lehrpersonen gedacht und dienen als Grundlage für die Elterngespräche», sagt sie. Beobachten und Einschätzen gehören nun mal zum Lehrerberuf dazu. Früher habe sich eine Kindergartenlehrperson eigene Notizen zum Entwicklungsstand eines Kindes gemacht. Heute fülle sie einen Bogen aus. Heikel sei allerdings der Umgang damit: Würden den Eltern diese Papiere umfassend und ohne Erklärungen vorgelegt, sei dies schwierig. «Auf viele Eltern wirken die Bogen wie ein Raster, in das ihr Kind eingeteilt wird», sagt Fritschi. (ria.)