

# ORF.at

## Psychische Gesundheit von Schülern stark beeinträchtigt

Die psychische Gesundheit von Schülerinnen und Schülern hat sich durch die CoV-Pandemie stark verschlechtert. Laut einer Studie zeigen 56 Prozent der über 14-Jährigen eine depressive Symptomatik, die Hälfte zeigt Angstsymptome. Die Häufigkeit der Beschwerden habe sich wie auch jene von Schlafstörungen verfünf- bis verzehnfacht. 16 Prozent haben suizidale Gedanken.

02.03.2021 14.29

„Die Ergebnisse sind besorgniserregend“, so Studienleiter Christoph Pieh (<https://www.donau-uni.ac.at/de/universitaet/organisation/mitarbeiterinnen/person/4295227450>) von der Donau Universität Krems in einer Aussendung. „Ganz besonders alarmierend ist die Tatsache, dass rund 16 Prozent entweder täglich oder an mehr als der Hälfte der Tage suizidale Gedanken angeben“, betont Studienautor Paul Plener (<https://kjp.meduniwien.ac.at/>), Leiter der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie der Medizinischen Universität Wien. „Das ist im Vergleich zu den letzten verfügbaren Daten aus Österreich ein deutlicher Anstieg.“

### Hinweis

Sie sind in einer verzweifelten Lebenssituation und brauchen Hilfe? Sprechen Sie mit anderen Menschen darüber. Hilfsangebote für Personen mit Suizidgedanken und deren Angehörige bietet das Suizidpräventionsportal (<https://www.suizidpraevention.at/>) des Gesundheitsministeriums: **Hier** (<https://www.suizidpraevention.at/links.html>) finden sich Kontaktdaten von Hilfseinrichtungen in Österreich.

Die von 3. bis 28. Februar durchgeführte Studie ([https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract\\_id=3795639](https://papers.ssrn.com/sol3/papers.cfm?abstract_id=3795639)), die am Social Science Research Network (SSRN) veröffentlicht wurde, belegt auch einen deutlichen Anstieg der Handynutzung: Mittlerweile verbringe rund die Hälfte der Schülerinnen und Schüler täglich fünf Stunden oder mehr am Smartphone, das ist doppelt so viel wie 2018. „Das ist umso bedenklicher, als mit steigender täglicher Handynutzung auch die Häufigkeit psychischer Beschwerden deutlich zunimmt“, betont Pieh. Wenngleich die Mobiltelefone dabei auch genutzt werden, um soziale Kontakte aufrechtzuerhalten, scheine das den persönlichen Kontakt nicht ersetzen zu können. Gleichzeitig zeigt die Studie eine deutliche Abnahme der körperlichen Bewegung.

### Dringender Handlungsbedarf

Pieh ortet dringenden Handlungsbedarf und appelliert, bei zukünftigen Entscheidungen die psychosozialen Folgen der Pandemie stärker zu berücksichtigen. Neben einer raschen und an die Schwere der Beschwerden angepassten psychischen Betreuung solle auch körperliche Bewegung gefördert werden. Eine wichtige Rolle spielen hier die Schulen, und zwar weit über den Unterricht hinaus: Die Öffnung der Schulen ermögliche sozialen Kontakt und persönlichen Austausch und biete den Schülern gleichzeitig eine regelmäßige Tagesstruktur, so der Experte für Gesundheitsforschung.

Paul Plener von der Medizinischen Universität Wien plädiert angesichts der Häufung psychischer Auffälligkeiten für einen Fokus auf die Einhaltung eines Tag-Nacht-Rhythmus mit ausreichend Schlaf, körperliche Betätigung und eine Wiederaufnahme der sozialen Kontakte. Gerade in schweren Fällen und vor allem dann, wenn Gedanken auftauchen, nicht mehr weiterleben zu wollen, sei jedoch professionelle Hilfe wichtig und auch möglich.

red, science.ORF.at/Agenturen

## Mehr zum Thema

- „Ausnahmestand“ bei Kindern und Jugendlichen
- Pandemie als „Brandbeschleuniger“
- Psychische Belastungen kommen verzögert