

Impressum

Psychotherapie-Wissenschaft
ISSN 1664-9583 (Print-Version)
ISSN 1664-9591 (digitale Version)
12. Jahrgang Heft 1/2022
<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-1>
info@psychotherapie-wissenschaft.info
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Herausgeber

Assoziation Schweizer
Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten
Geschäftsstelle ASP
Riedtlistr. 8
CH-8006 Zürich
Tel. +41 43 268 93 00
www.psychotherapie.ch

Redaktion

Mara Foppoli, Lugano
Lea-Sophie Richter, Zürich
Mario Schlegel, Zürich
Peter Schulthess, Zürich

Hinweise für AutorInnen befinden
sich auf der Homepage der Zeitschrift:
www.psychotherapie-wissenschaft.info

Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG
Walltorstr. 10
D-35390 Gießen
+49 6421 96 99 78 26
info@psychosozial-verlag.de
www.psychosozial-verlag.de

Abo-Verwaltung

Psychosozial-Verlag
bestellung@psychosozial-verlag.de

Bezugsgebühren

Jahresabonnement 44,90 € (zzgl. Versand)
Einzelheft 24,90 € (zzgl. Versand)
Studierende erhalten gegen Nachweis 25 % Rabatt.
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr, sofern
nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor Ende des Bezugs-
zeitraums erfolgt.
ASP-Mitglieder wenden sich wegen des Abonnements bitte
direkt an die ASP.

Anzeigen

Anfragen zu Anzeigen bitte an den Verlag:
anzeigen@psychosozial-verlag.de
Es gelten die Preise der auf www.psychosozial-verlag.de
einsehbaren Mediadaten.
ASP-Mitglieder wenden sich bitte direkt an
die ASP-Geschäftsstelle: asp@psychotherapie.ch

Digitale Version

Die Zeitschrift Psychotherapie-Wissenschaft ist auch online
einsehbar: www.psychotherapie-wissenschaft.info



Die Beiträge dieser Zeitschrift sind unter der Creative Commons
Attribution-NonCommercial-NoDerivs 3.0 DE Lizenz lizenziert.
Diese Lizenz erlaubt die private Nutzung und unveränderte
Weitergabe, verbietet jedoch die Bearbeitung und kommerzielle
Nutzung. Weitere Informationen finden Sie unter:
creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/de

Kinder und Jugendliche in der Pandemie

Wie erleben sie die Veränderungen, die ihr und unser Leben durcheinandergebracht haben?

Mara Foppoli

Psychotherapie-Wissenschaft 12 (1) 2022 101–104

www.psychotherapie-wissenschaft.info

CC BY-NC-ND

<https://doi.org/10.30820/1664-9583-2022-1-101>

Zusammenfassung: In diesem Artikel wird mithilfe der Berichte der wichtigsten Träger niederschwelliger Angebote im Bereich der Förderung und Unterstützung von Kindern dargestellt, wie Kinder und Jugendliche die Pandemiesituation erleben. Insbesondere wird über die Faktoren berichtet, die den grössten Einfluss auf die psychische Belastung haben könnten, und über Risiko- und Schutzfaktoren. Abschliessend wird überlegt, welche Rolle die Psychotherapie in den kommenden Jahren für Jugendliche und Kinder spielen könnte.

Schlüsselwörter: Adoleszenz, Covid-19, psychosoziale Hilfe, niederschwellig

Einführung

Diese Arbeit zielt darauf ab, mithilfe der Berichte der grössten Jugendorganisationen der Schweiz einen Blickwinkel zu beleuchten, der oft im Hintergrund bleibt: wie Kinder und Jugendliche diese Pandemiejahre erleben. In der Tat können wir sofort feststellen, dass es zahlreiche Forschungsarbeiten gibt, die versuchen, auf eine mehr oder weniger optimistische Weise Licht in das Geschehen zu bringen. Daher möchten wir uns an Ergebnisse einiger der zahlreichen Forschungen anlehnen, um zu versuchen, diesen Blickwinkel ans Licht zu holen.

Der Ausbruch der durch SARS-CoV-2 ausgelösten Pandemie und die Massnahmen, die ergriffen wurden, um die Verbreitung dieses neuen Coronavirus einzudämmen, wie z. B. die Einschränkung der Bewegungsfreiheit, die räumliche Distanzierung, die reduzierten Arbeitszeiten und der Distanzunterricht, haben tiefgreifende Auswirkungen auf das tägliche Leben der Bevölkerung (Stocker et al., 2021). Die Unsicherheit, die Angst vor Ansteckung, die Sorge um den Arbeitsplatz, die Ängste im Zusammenhang mit der wirtschaftlichen Entwicklung und die zahlreichen zusätzlichen Aufgaben zu Hause haben die psychische Gesundheit sowohl von Erwachsenen als auch von Kindern und Jugendlichen auf eine harte Probe gestellt.

Die psychische Belastung

Aus ersten Ergebnissen der Studien über die durch das Coronavirus ausgelöste Krise ist hervorgegangen, dass die psychische Belastung und die Folgen der Krankheit die Bevölkerung auf unterschiedlicher Art und Weise treffen und sich besonders auf bestimmte Gruppen beziehen, darunter auch Kinder und Jugendliche. Ähnliches ergeben die Daten der Berichte über niederschwellige Beratungs-

und Informationsangebote im Bereich der psychischen Gesundheit wie von Pro Juventute, UNICEF¹, Pro Mente Sana und Telefono Amico aus den Jahren 2020/21.

Insgesamt geht aus einer ersten Analyse dieser Daten hervor, dass es kein einheitliches Modell für die psychische Reaktion auf die Krise gibt: Die Antworten reichen von einer starken Zunahme der Symptome psychischer Belastung über eine erhöhte Resilienz bis hin zu positiven emotionalen Auswirkungen. U. a. wird deutlich, dass die mit dem Coronavirus verbundenen Probleme, die Unsicherheit in der Arbeitswelt, finanzielle Probleme und Zukunftsängste, das psychische Wohlbefinden beeinträchtigen und dass alleinlebende oder sozial isolierte Personen am stärksten davon betroffen sind. Auch die Reaktionen bei Beendigung des Lockdowns sind nicht einheitlich und führen nicht immer zu einem sofortigen Gefühl der Erleichterung oder zu einer Abnahme der psychischen Belastungen.

Auch wenn der Grossteil der Bevölkerung gut mit der Krise umzugehen scheint, weiss man noch wenig über deren langfristige Auswirkungen. Einige Berichte sprechen von einer «Lost covid generation» (UNICEF, 2020) und zeigen auf, welche Auswirkungen die Pandemie auf die

1 UNICEF hat im Jahr 2020 mit der Umfrage «The future we want» eine Untersuchung in Italien durchgeführt, an der 2.000 Jugendliche im Alter von 12 bis 19 Jahren beteiligt waren. Im Alter zwischen 15 und 19 Jahren durchlaufen Mädchen und Jungen diese heikle Übergangsphase von der Kindheit hin zum Erwachsensein und zur Autonomie. In dieser Phase finden entscheidende Schritte im kognitiven und im emotionalen Bereich statt. Diese Lebensphase zeichnet sich dadurch aus, dass die Fähigkeit entwickelt wird, die eigene Zeit und die eigenen Räume zu planen und zu organisieren. Es ist eine Zeit kontinuierlicher Gefühlsschwankungen, die sich durch eine Zunahme von Stress auszeichnet, v. a. beim weiblichen Geschlecht. Diesbezügliche Studien zeigen, dass die Auswirkungen von Stress im Leben für Mädchen grösser sind. Für sie ist der Übergang zur Adoleszenz eine Zeit, in der sie besonders verletzlich sind. In dieser Phase spielt die Sozialisation in der Entwicklung der Minderjährigen eine Rolle von grundlegender Bedeutung.

psychische Gesundheit haben kann. Denn auch negative wirtschaftliche Auswirkungen, wie z. B. der Verlust des Arbeitsplatzes, können das Familienleben und damit auch das Leben der Kinder und Jugendlichen verändern, es härter machen und die psychische Belastung erhöhen. Ein anderer Blickwinkel zeigt, dass es auch positive Auswirkungen geben kann in Richtung verbesserter Anpassungsstrategien, wie die Entschleunigung während eines Lockdowns, der verstärkte Familienzusammenhalt oder eine verbesserte Selbstwirksamkeitserwartung.

Wird der Fokus auf Kinder und Jugendliche gerichtet, zeigt sich vor allem das starke Bedürfnis nach körperlichem Kontakt mit Gleichaltrigen. Schulschliessungen und räumliche Distanzierung sind eine schwierige Herausforderung. Es wäre wünschenswert, wenn eine Gruppenbildung nicht als unverantwortliches Verhalten abgestempelt werden würde, wenn dies z. B. durch das Tragen von Masken, das Desinfizieren der Hände und durch Impfungen begleitet ist.

Die Ergebnisse des Berichts «Pro Juventute Corona» (Pro Juventute, 2021) lassen leicht erkennen, dass die Kinder und Jugendlichen der Pandemie auf unterschiedliche Art und Weise entgegengetreten, je nach emotionalen und materiellen Ressourcen. Denn nach einem kurzfristigen Schock in der ersten Pandemiephase im Frühling 2020 sehen wir nun, dass weitere Herausforderungen entstehen. In Bezug auf den Gesundheitszustand der Psyche wird von vielen berichtet, dass ihre Lebensqualität und ihr Wohlbefinden aufgrund von sozialen Auflagen und im Allgemeinen durch die Unsicherheit in ihrem Leben, insbesondere in Bezug auf die Zukunft, drastisch abgenommen haben. Ca. 40 % der Bevölkerung geben an, dass sich die Pandemie negativ auf ihre Stimmung ausgewirkt hat. Für die Altersgruppe der 16–24-Jährigen steigt dieser Anteil sogar auf 55 %. Ausserdem fühlte sich zum Zeitpunkt der Umfrage mehr als die Hälfte wegen der Coronapandemie und ihren Nebenwirkungen schlechter.

Auch wenn die jüngeren Generationen im Vergleich zu den älteren gut mit der Pandemie und den Einschränkungen umgehen, so fühlen sich doch viele Jugendliche einsam, ihnen fehlt Energie und sie fühlen sich im Alltag und in der Schule unter Druck gesetzt. Sie sind über eine geringere oder fehlende Bildung und über eine Abnahme der Beschäftigungs- und Karrierechancen beunruhigt. Hinzu kommen Sorgen um eine auch langfristige Ausdünnung des sozialen Netzes (USFP, 2021; SSR, 2021). Festgestellt wurde auch das Aufkommen eines Gefühls des Verlorenseins, das noch schlimmere Folgen für die vulnerablen Gruppen haben könnte, für die der Übergang zum Erwachsensein durch die Isolierung, das Fehlen eines familiären Bezugsumfelds und durch einen mangelnden Zugang zu Informationen und Diensten behindert werden kann, wodurch auch die Wahrnehmung ihrer Rechte beschränkt wird.

Die Pandemie als Verstärker der Ungleichheit

Die Pandemie wirkt wie ein Beschleuniger und Multiplikator der bereits bestehenden sozialen Ungleichheit und

der damit verbundenen Entwicklungsrisiken. Die soziale Schere öffnet sich in besorgniserregender Weise immer mehr, nicht nur in Bezug auf Reichtum und Einkommen, sondern auch hinsichtlich der psychischen Gesundheit. Bei Menschen mit geringem Einkommen ist die Wahrscheinlichkeit, dass sich ihre psychische Gesundheit nachhaltig verschlechtert, signifikant höher. Erneut finden wir hier ein Zusammentreffen von Risikofaktoren wie soziale Isolation, Arbeitslosigkeit oder Arbeitsunfähigkeit (SSR, 2021; CSS, 2021).

Mehrere Ergebnisse weisen auch auf Unterschiede bei den Geschlechtern hin. Das psychologische Wohlbefinden hat sich mit Andauern der Pandemie bei jugendlichen Mädchen und jungen Frauen stärker als bei gleichaltrigen Männern verschlechtert. Oder zumindest besteht bei Mädchen und jungen Frauen eine höhere Wahrscheinlichkeit, dass sie dieses Empfinden zum Ausdruck bringen. Gleichzeitig äussern sie mehr Zukunftsängste, bei ihnen ist es wahrscheinlicher, dass sie depressive Symptome und emotionale Probleme zeigen, sie berichten über ein verringertes Wohlbefinden und haben mehr Angst, Freundschaften zu verlieren (Bernath et al., 2021). In der Zwischenzeit sind weitere Studien zu dem Schluss gekommen, dass es bei Jungen im Vorschul- und Schulalter signifikant wahrscheinlicher ist, dass sie sich auflehnd verhalten oder dass Probleme mit Aggressivität auftreten, als bei gleichaltrigen Mädchen. Einige Studien stellen auch Altersunterschiede fest (USFP, 2021), wie bei der emotionalen Bewältigung des Lockdowns: Das affektive, aggressive und auflehrende Verhalten (z. B. Provozieren, Schreien) trat deutlicher bei Vorschul- als bei Schulkindern auf. Bei Kindern im frühen Schulalter (7–10 Jahre) war es wahrscheinlicher, dass sie ein ängstliches Verhalten zeigen, während bei älteren Kindern und Jugendlichen (11–19 Jahre) mit höherer Wahrscheinlichkeit emotionale Probleme und Sorgen sowie eine zunehmende Nervosität auftraten (USFP, 2021; SRR, 2021).

Zahlreiche Studien legen nahe, dass man der Situation der jungen Erwachsenen mehr Aufmerksamkeit widmen sollte (USFP, 2021). Es handelt sich um prägende Veränderungsprozesse, sowohl im Hinblick auf den Übergang zur höheren Schulbildung oder in die berufliche Ausbildung (Lehre, allgemeinbildende Schule) oder den Wechsel in das Berufsleben als auch in Bezug auf die Ablösung von den Eltern, das Bedürfnis nach Mobilität oder die Entwicklung von stabilen Beziehungen und Freundschaften. Jeder dieser Bereiche war und ist weiterhin von der Pandemie betroffen, und wurde oft sogar durch sie erschüttert. Dies hat einen grossen Einfluss auf die empfundene Lebensqualität und die Zufriedenheit. Besorgniserregend ist in diesem Zusammenhang die Entdeckung, dass die Pandemie bei jungen Erwachsenen die Angst vor einer Stigmatisierung durch eine psychische Erkrankung gesteigert hat. Fast drei Viertel stehen unter dem Druck, immer gesund und leistungsfähig sein zu müssen (USFP, 2021).

Für einige besonders unter Stress stehende Kinder und Jugendliche verschlechtert sich die Situation nochmals dadurch, dass der bereits vorher bestehende Mangel im

Bereich der psychiatrisch-psychotherapeutischen Angebote vielerorts zugenommen hat. Die Wartezeiten für eine reguläre ambulante Behandlung in den Kinder- und Jugendpsychiatrien der Krankenhäuser haben sich im Jahr 2021 gegenüber dem Vorjahr signifikant verlängert. Die Experten sind sich über die Tatsache einig, dass die Situation im Bereich der Kinder- und Jugendpsychiatrie besonders alarmierend ist. Dies gilt gleichermaßen für den ambulanten, den halbstationären und den stationären Bereich. In einigen Kantonen wird die Situation als dramatisch beschrieben. In den Notfallambulanzen der Kinder- und Jugendpsychiatrie stieg die Zahl der Fälle nach dem ersten Lockdown und in der zweiten Pandemiewelle im Herbst/Winter 2020/21 signifikant an. Dies sind deutliche Hinweise darauf, dass die Pandemie auch Kinder und Jugendliche belastet (USFP, 2021).

Bei 38 % der Jugendlichen zwischen 18 und 35 Jahren hat die Coronapandemie die Einsamkeit verstärkt. Fast ein Drittel berichtet von einer depressiven Gemütsverfassung, bei etwas mehr als einem Fünftel der jungen Menschen zwischen 18 und 35 Jahren hat sich die Angst verstärkt (CSS, 2021). Bei der Beratungsstelle *consulenza+ascolto* 147 von Pro Juventute konnte ein Zuwachs von ca. 40 % bei den Themen «Einsamkeit», «Freunde verlieren» oder «psychische Gesundheit» und bei Suizidgedanken verzeichnet werden.²

Die Lockerung der Coronamassnahmen im Juni 2021 hat im Juli zu positiven Auswirkungen auf das Wohlbefinden der Bevölkerung geführt, zum Beispiel weniger Einsamkeit (-8 %), weniger Langeweile (-11 %), Mangel an Bewegung (-15 %). Dies hat aber nicht zu einer Entspannung in Bezug auf die sozialen Beziehungen geführt. Das Gefühl, als Familie/Partner stärker zu sein, hat z. B. weiter abgenommen (-3 %), Spannungen und Konflikte in der Familie haben nur leicht abgenommen (-3 %).

In der ersten Hälfte des Jahres 2021 konnten die Experten von Pro Juventute eine Zunahme um 6,7 % bei der Beratung von Kindern und Jugendlichen im Zusammenhang mit Konfliktsituationen mit ihren Eltern verzeichnen. Darüber hinaus haben die Beratungen im Jahr 2020 zu den Themen «Konflikte mit den Eltern» (+33 %), «Konflikte mit den Geschwistern» (+27 %) und «Gewalt in der Familie» (+17 %) gegenüber dem Vorjahr signifikant zugenommen.

Vielleicht sollten auch wir als Psychotherapeuten anfangen – durch eine Vernetzung zwischen den bestehenden öffentlichen Einrichtungen und den selbstständigen Praxen – präsenter zu sein und mehr miteinander zu kooperieren, um mehr Menschen, und v. a. Kindern und Jugendlichen, den Zugang zu einer psychotherapeutischen Behandlung zu ermöglichen. Dies würde ein frühzeitiges Handeln ermöglichen, bevor sich Situationen verfestigen können. Es bleibt also zu wünschen, dass die

Psychotherapeuten stärker in diesen Prozess einbezogen werden.

Aus den Daten geht noch ein weiteres Thema hervor, nämlich die Auswirkungen der Krise auf die Bildungs- und Berufschancen junger Menschen. Hier wird das wenige Vertrauen in die Zukunft deutlich.

Seit Pandemiebeginn haben die Einschränkungen im analogen Leben das digitale Leben der jungen Menschen intensiviert. Neueste Studien bestätigen, dass es während des Lockdowns zu einer deutlichen Zunahme der Digitalisierung gekommen ist und dass junge Leute – auch wenn sie bereits vor der Pandemie grösstenteils Digital Natives waren – allein neue Aktivitäten in den digitalen Medien entdeckt haben. U. a. hat die Pandemie zu einer intensiven Nutzung der Streaming-Dienste geführt (Bernath et al., 2021).

Hinzu kommt die Erfahrung, häufiger als vorher online auf Fake News oder Hassnachrichten zu stossen. Eine Zunahme gab es auch bei der sexuellen Belästigung von Kindern und Jugendlichen im digitalen Raum. Im Jahr 2020 wurden offiziell 130 Cyber-Grooming-Delikte verzeichnet, wobei die meisten Opfer zwischen 10 und 14 Jahre alt waren. Wahrscheinlich liegt die Dunkelziffer noch viel höher.

Die Nutzung der digitalen Medien spielt weiterhin nicht nur beim Lernen und in der sozialen Interaktion eine Rolle, sondern auch bei der Beschaffung von Informationen. Die Forschung lässt vermuten, dass die Häufigkeit der Informationen und die Art der Quellen Auswirkungen auf die mit dem Coronavirus zusammenhängenden Ängste haben. Je häufiger sich junge Leute informierten und je intensiver sie die traditionellen journalistischen und die neuen digitalen Medien nutzten, umso grösser waren ihre Ängste und Sorgen (Bernath et al., 2021).

Abschliessende Betrachtung

Es ist noch nicht klar, welche mittel- bis langfristigen Folgen die Krise mit sich bringt oder ob sie Auswirkungen auf die psychische Gesundheit haben wird. Einige Forscher stellen einen Anstieg der Anzahl der Selbstmordversuche fest (z. B. Gunnell et al., 2020). Bei den Faktoren, die diese Zunahme der Selbstmordversuche beeinflussen, könnte es sich um die gleichen Faktoren handeln, die auch ganz im Allgemeinen Auswirkungen auf die psychische Gesundheit haben. Sher (2020) hebt im Zusammenhang mit Selbstmord die besondere Bedeutung der wirtschaftlichen Situation hervor (wirtschaftliche Unsicherheit, finanzielle Schwierigkeiten und Arbeitslosigkeit).

Wir möchten erneut darauf hinweisen, dass der Zugang zu einer Behandlung sowohl im öffentlichen als auch im privaten Bereich eine Bedingung ist, die besonders für Jugendliche und Kinder sichergestellt werden muss, indem Lücken geschlossen und das Angebot erweitert wird. Durch die Erfahrungen mit Videositzungen während des Lockdowns konnten wir sehen, dass diese Methode mit Nutzen angewendet werden kann. In der Tat war so eine Digitalisierung der Psychotherapie mit ermutigenden und

² Pro Juventute führt regelmässig Statistiken über die von ihr betreuten Kontakte und hat ein Barometer über die Anliegen der Jugendlichen erstellt. Die Referenzstichprobe für diese Daten war 40.746 und es gab einen Anstieg von 31,3 % der Chats; 68,4 % waren weiblich und 27,4 % männlich. Der Anteil der persönlichen Probleme liegt 2021 bei 42,3 %, während er 2019 bei 35,6 % lag.

guten Ergebnissen möglich. Die Online-Beratung kann somit als sinnvolles Instrument angesehen werden, um Barrieren beim Zugang zu psychiatrisch-psychotherapeutischen Behandlungen abzubauen, auch in der Zeit nach der Pandemie. Dennoch könnten weitere Forschungen in diese Richtung aussagekräftigere Daten liefern, die es anschliessend zu berücksichtigen gilt.

Auch der niederschwellige Zugang zu psychosozialer Unterstützung für eine frühe Erkennung und ein früheres Eingreifen bei psychischen Erkrankungen sollte in jedem Fall gefördert werden. Der Zugang dazu muss je nach Altersgruppe über mehrere Kanäle möglich sein (Telefon, Chat, E-Mail, Social Media, Plattformen, Apps), insbesondere für Jugendliche und Kinder. Die Heranwachsenden fordern im wesentlichen eine Rückkehr zu einer neuen Normalität, die ihre Bedürfnisse, ihre Vision von der Zukunft berücksichtigt. Dabei ist es von wesentlicher Bedeutung, ihnen einen Zugang zu niederschweligen Angeboten zu garantieren: im Bereich des Zuhörens und der Beratung, zu psychotherapeutischen Diensten und zu einer angemessenen Menge an Informationen über das, was passiert, und zwar durch zügige und spezielle Kommunikation. Es bleibt zu wünschen, dass Instrumente entwickelt werden, mit denen das erreichte Wohlbefinden erfasst und überwacht werden kann.

Verwendete Quellen

- Bernath, J., Suter, L., Walle, G., Kulling, C., Willemsse, I., Süss, D. (2021). *JAMES focus: Comportamento informativo e benessere in tempi di crisi*. Zürich: zhaw.
- Consiglio die Governo die Zurigo (2021). Comunicato stampa del Consiglio di Governo di Zurigo «Pacchetto di misure per migliorare la situazione dell'assistenza nella psichiatria infantile e adolescenziale» (comunicato stampa del Consiglio di Governo di Zurigo, 10.06.2021).
- Favretto, A. R., Maturo, A. & Tomeller, S. (2021). *L'impatto sociale del COVID-19*. Mailand: F. Angeli.
- Gunnell, D., Appleby, L., Arensman, E., Hawton, K., John, A., Kapur, N., Khan, M., O'Connor, R. C. & Pirkis, J. (2020). Suicide risk and prevention during the COVID-19 pandemic. *The Lancet Psychiatry*, 7(6).
- Landolt, N. L. (2021). C'è una drastica emergenza di approvvigionamento in Argovia. *Aargauer Zeitung*, 09.10.2021.
- Moeschler O. & Bassin-Wenger, A. (2010). *Covid-19 e condizioni di vita in Svizzera nel 2021 (SILC)*. Neuchâtel: Ufficio federale di statistica UST.
- Pro Juventute (2021). *Rapporto Pro Juventute Covid 2021*. Zürich: Pro Juventute.
- Sher, L. (2020). The impact of the COVID-19 pandemic on suicide rates. *QJM*, 113(10).
- SSR Corona Monitor (2021). *Corona e disuguaglianza in Svizzera. Una prima analisi degli effetti distributivi della pandemia di Covid-19*. Bern: SSR.
- SSR (2021) Covid-19 e condizioni di vita in Svizzera nel 2021 (SILC) in I giovani svizzeri nella pandemia – valutazione speciale del Corona Monitor della SSR per conto dell'UFSP (2021). Bern: SSR.
- Stocker, D., Jäggi, J., Liechti, L., Schläpfer, D., Németh, P. & Künzi, K. (2020). *Der Einfluss der COVID-19-Pandemie auf die psychische Gesundheit der Schweizer Bevölkerung und die psychiatrisch-psychotherapeutische Versorgung in der Schweiz. Erster Teilbericht*. Bern: Bundesamt für Gesundheit.
- Stocker, D., Jäggi, J., Liechti, L., Schläpfer, D., Németh, P. & Künzi, K. (2021). *I giovani svizzeri nella pandemia – valutazione speciale del Monitor Corona della SSR per conto dell'UFSP*. Bern: USFP.
- Süss, D., Domdey, P., Steiner, L., Löpf, S. & Bernath, J. (2021). *Giovani ai tempi della pandemia di Covid-19. Risultati di un'indagine ripetuta sui giovani del Cantone di Zurigo*. Zürich: zhaw.
- Tasset, I. (2021). *Studio sulla salute CSS*. Zürich: Sotomo.
- UNICEF (2020). *Essere adolescenti ai tempi del COVID-19, Idee e proposte per un futuro migliore, Unicef, Rapporto Novembre 2020*. New York: Ed. Unicef.
- UNICEF (2020). *Ufficio Regionale dell'UNICEF per l'Europa e l'Asia. The future we want in: Verting a lost covid generation, Unicef world Children Day 20. November 2020*. New York: Ed. Unicef.
- UNICEF (2021). *Rapporto Unicef Corona virus 2021. Salute mentale di Bambini e Adolescenti Tra COVID-19 e Passato Pandemia*. Rom: Unicef.
- USFP (2021). *L'impatto della pandemia di COVID-19 sulla salute mentale della popolazione svizzera e sulle cure psichiatrico-psicoterapeutiche in Svizzera*. Bern: USFP.
- USFP (2021). *Corona e disuguaglianza in Svizzera. Una prima analisi degli effetti distributivi della pandemia di Covid-19*. Bern: USFP.
- <https://iris.paho.org/handle/10665.2/708>
- https://www.swissinfo.ch/ita/societa/epidemia_coronavirus—la-situazione-in-svizzera/45590960
- <https://www.bag.admin.ch/bag/it/home/das-bag/aktuell/news/news-20-11-2020.html>
- <https://www.css.ch/it/chi-e-css/chi-siamo/media-ubblicazioni/studio-salute.html>
- <https://www.savethechildren.it/blog-notizie/scuola-e-covid-19-pensieri-e-aspettative-degli-adolescenti>
- <https://www.savethechildren.it/blog-notizie/scuola-e-covid-19-pensieri-e-aspettative-degli-adolescenti>
- <https://www.experimental.bfs.admin.ch/expstat/it/home/metodi-innovativi/silc.assetdetail.19204350.html>
- <https://www.sf-mvb.ch>

Children and adolescents in the pandemic How are they experiencing the changes that have disrupted their lives and ours?

Abstract: With the help of reports from the main providers of low-threshold services in the field of child development and support, this article presents how children and adolescents experience the pandemic situation. In particular, it reports on the factors that might have the greatest influence on psychological stress as well as on risk and protective factors. Finally, we consider the role psychotherapy might play for adolescents and children in the coming years.

Keywords: adolescence, Covid-19, psychosocial help, low-threshold

Die Autorin

Mara Foppoli ist Psychologin der ASP, Gestalt-Psychotherapeutin, Gestalt-Spiel-Therapeutin, EMDR-Therapeutin, Gründungsmitglied des International Gestalt Institute Switzerland (IGIS), Managerin der Stiftung Fondazione per bambini e giovani und Leiterin des IGIS Lugano.

Kontakt

E-Mail: mara.foppoli@gmail.com