4. KJP-Symposium der Psychotherapeutenkammer NRW „Digitalisierung im Kinderzimmer – Chancen und Herausforderungen“

Am 25.03.2023 veranstaltete die Psychotherapeutenkammer (PTK) NRW bereits zum vierten Mal ein Symposium der Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie, dieses Jahr unter der Überschrift: „Digitalisierung im Kinderzimmer – Chancen und Herausforderungen“. Die Veranstaltung fand online statt. Organisiert wurde das Symposium vom KJP-Ausschuss der Kammer, der auch Ralph Schliewenz vom BDP für die kooperative Liste PsychotherapeutInnen NRW angehört.

Gerd Höhner, Präsident der PTK NRW und Oliver Staniszeweski, Vorsitzender des KJP-Ausschusses, begrüßten die rund 250 Teilnehmenden und führten ins Thema ein. Sie gingen dabei sowohl auf Chancen als auch auf Risiken für Kinder und Jugendliche ein. Die Kammer unterstütze Videobehandlung, jedoch nur in Kombination mit persönlichen Kontakten.

Medienbezogene Störungen im Lichte der Mentalisierungstheorie (Dr. Jan van Loh)

Zum Einstieg ins Thema greift Dr. Jan Lohn von der Sigmund-Freud-PrivatUniversität Wien den Sally-Anne-Test (Baron-Cohen, Leslie & Frith, 1985) als basales Experiment der Theory of Mind auf. Neben der Theory of Mind und anderen Mentalisierungstheorien sei die Percieved Reality ein relevantes theoretisches Konstrukt.

Studien zeigten: Gemeinsames Lesen und Verstehen fördert die Theory of Mind-Fähigkeiten bezüglich der Inhalte von Kinderbüchern, für Fernsehen konnte das nicht nachgewiesen werden. Eine Anpassung des Sally-Anne-Experiments hat gezeigt, dass die gleichen Informationen, die in echt oder auf dem Bildschirm dargeboten werden, unterschiedlich verarbeitet werden (*Video Deficit Effect*).

Um problematisches und abhängiges Medienverhalten einschätzen zu können, scheint es relevant, welche Medien in welchem Umfang genutzt werden (vs. der quantitativen Gesamtzeit). Unsicher-vermeidende und ambivalent gebundene Personen neigen stärker zu einem übermäßigen Medienkonsum.

Ziele der Therapie von medialen Störungen sei häufig eine Teilabstinenz. Kernfragen dabei sind, was bei Medienkonsum mentalisiert wird und wie. Illustriert wird die Betrachtung an einem Fallbeispiel, in dem der Rückzug in den digitalen Raum diente, um sich zu beruhigen, Gefühle initial nur schwer differenzierbar waren, während Bewertungen handlungsleitend waren. Wichtig sei die Expansion ins reale Leben.

Evidenzbasierte-Online Therapie zur Behandlung jugendlicher Depression am Beispiel des schwedischen Programms ERICA (Prof. Dr. Svenja Taubner)

Prof. Dr. Svenja Taubner vom Institut für Psychosoziale Prävention am Universitätsklinikum in Heidelberg stellte mit dem Programm ERICA (Early Internet-based interventions for Children & Adolescents with depression) eine digitale Gesundheitsanwendung aus Schweden vor, die explizit für die Behandlung von Kindern und Jugendlichen konzipiert wurde. Sie verwies auf die hohen Prävalenzraten von bis zu 20 Prozent bei Kindern und Jugendlichen und häufig schwierigem Zugang zur Versorgung – ein Großteil der Betroffenen bliebe unbehandelt.

Es handelt sich bei dem Programm um eine geführte Selbsthilfe mit synchronen Therapie-Chat-Sitzungen für 45 Minuten/Woche. Die Behandlungseffekte wären moderat bis groß, wobei etwa 50 Prozent als Responder eingestuft wurden. Die Wirkungen blieben auch über einen längeren Zeitraum

(sechs und zwölf Monate nach Beendigung der Behandlung) erhalten. Obwohl vielversprechend, spräche ein erheblicher Teil der Patient:innen auch nicht auf die Behandlung an.

In Deutschland werde das Programm „I fight depression“ als KVT-Online-Therapie für Jugendliche angeboten, das aber noch nicht evidenzbasiert ist (für Erwachsene schon). Es kann noch nicht als DiGA verordnet werden, wobei dies ohnehin bisher nur für volljährige Patient:innen vorgesehen ist.

Sowohl die Referentin als auch Therapeut:innen aus dem Plenum äußerten sich dahingehend, dass Online-Therapieangebote in bestimmten Fällen nützlich sein können, aber die „klassische“ Psychotherapie nicht ersetzen, allenfalls ergänzen können.

Digitales Leben als selbstverständlicher Teil der Kinder- und Jugendlichentherapie (Christina Kurzweil)

Einen sehr praxisnahen und interaktiven Vortrag hielt Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin Christina Kurzweil. Sie berichtet zunächst von der Ergebnissen der regelmäßig erscheinenden JIM (Jugend, Information, Medien) und KIM (Kinder, Information, Medien)-Studien, die Überblick geben, welche Medien von wem genutzt werden. Die Ergebnisse gelten als Leitlinie für medienpädagogischen Angeboten und politischen Entscheidungen.

Bei Jugendlichen sind neben Smartphones, die fast jede/r Jugendliche/r hat, Tablets mit rund 50 Prozent und – auf dem Vormarsch – Geräte wie Alexa, Siri & Co. Während das Fernsehen eher im Familienkontext genutzt wird, überholen Online-Videos die Online-Spiele im Konsumverhalten. Im Kindesalter spielen digitale Spiele die größte Rolle und werden mehrheitlich alleine konsumiert. Vorsichtig optimistisch stimmen dürfte, dass der Anstieg der Online-Zeit wieder auf vor-Corona-Niveau abgesunken ist.

Im Austausch mit dem Plenum wird erörtert, welche Apps im Alltag eine Rolle spielen. Überwiegend seien Jugendliche offen für eine kritische Auseinandersetzung, beispielsweise zur einseitigen Berichterstattung. Unsere Aufgabe im therapeutischen Kontext sei dabei aber nicht wertend und vor allem abwertend zu agieren, wie es im schulischen Umfeld wohl häufiger der Fall zu sein scheint.

Influencer:in komme häufiger als Berufswunsch vor, in den sozialen Medien erfolgreiche Teenager kommen aber auch in die Therapie und reflektieren Schwierigkeiten beispielsweise bei der Abgrenzung gegenüber Kommentaren. Die Referentin macht deutlich, dass dies „nicht mehr ganz unrealistisch“ sei. Gerade ADHS-Betroffene komme in diesem Bereich oft ausgesprochen gut zurecht.

Tipps für den Therapiealltag: Superhelden bieten Kindern und Jugendlichen Rollenvorbilder, zumal es in jedem Superhelden sowohl ein Problem als auch eine Stärke zu entdecken ist (auch Iron-Man hat Selbstwertprobleme!). Darum lassen sich Superheldenfilme gut für den therapeutischen Alltag nutzen. Einsatz von verschiedenen Apps können insbesonere als Hausaufgabe eingesetzt werden. Auf ihrer Website stellt die Referentin eine Liste mit empfehlenswerten Links zur Verfügung.

Metafunktionen von digitalen Netzwerken, Gaming und Co.– Segen und Fluch des Second Life (Dr. Stefan Kimm, Oliver Staniszewski)

Wie zuvor schon Christina Kurzweil, gibt auch Dr. Stefan Kimm eine Übersicht über aktuelle Social-Media-Kanäle. So löse im Bereich der Meinungsbildungstools *Reddit* nun langsam *Twitter* ab, dort komme es aber auch häufiger zu Mobbing. Insgesamt bestätigt er die Einschätzung, dass Selbstvermarktung im Internet eine ernstzunehmende Einnahmequelle für viele Kinder und Jugendliche sei.

Auch im Rahmen von Online-Spielen bildeten sich soziale Gruppen, „wie in einem Fußballverein oder so“. Dr. Kimm demonstriert dies mit einer Videodemonstration. Die Botschaft: „We are no longer friends or neighbours today, we choose a side and join the battle“, forciere eine Gruppenbildung, innerhalb der Gruppen entsteht Zusammenhalt. Die Teilnehmer:innen der Veranstaltung zeigten sich z. T. beeindruckt, aber auch erschrocken über die emotionale Wirkung.

Digitalisierung und Real-Life-Netzwerke unterscheiden sich vor allem darin, dass in realen Begegnungen Bewertungsschemata in der Regel kein zentraler Kommunikationsaspekt ist. Die Reichweite und Größe von virtuellen Netzwerken sei jedoch größer, der Status und die Selbstdarstellung häufig wichtiger.

Bzgl. der Motivebenen medialer Kommunikation habe sich seit den 1970ern grundsätzlich nicht viel geändert, auch damals standen schon Entspannung, Geselligkeit, Information, Gewohnheit, Zeitfülle, Selbstfindung etc. im Fokus. Auch damals war das Wissen über bestimmte Dinge (z. B. Inhalte von Filmen, Serien) auch vor dem Internet als zentralem Medium essenziell, um mitreden zu können und dazu zu gehören.