

## **Kindergesundheit: Zehntausende Kinder in Österreich erhalten nicht die für sie notwendigen Therapien**

**Diakonie: Psychosoziale Notdienste ausbauen, Kindern Therapie ermöglichen, Wartezeiten verringern!**

Kinder brauchen Hilfe, wenn sie mit ihrem Alltag und mit sich selbst nicht mehr zu Recht kommen. Psycho- Physio- und Ergotherapie, Ausbau der frühen Hilfen für Eltern und Baby, heilpädagogische Kindergruppen, mehr Kinderfachärzte und Hebammen, Unterstützung für Kinder mit psychisch kranken Eltern; das wäre hilfreich. Der Zugang zu Psychotherapie muss erleichtert, Therapie- und Beratungseinrichtungen und psychosoziale Notdienste außerhalb der Ballungszentren sollen ausgebaut werden.

Zehntausende Kinder in Österreich erhalten nicht die für sie notwendigen Therapien. Es gibt zu wenig kostenfreie Therapieplätze oder elendslange Wartezeiten.

Fast ein Viertel der Minderjährigen in Österreich (23,9%) leidet aktuell an einer psychischen Erkrankung, mehr als ein Drittel der Zehn- bis 18-Jährigen geben an, schon einmal an psychischen Problemen gelitten zu haben. Die meisten von ihnen konnten keine professionelle Hilfe in Anspruch nehmen – aus dem Grund, dass ihre Eltern sich diese nicht leisten können (Mental Health in Austrian Teenagers-Studie).

Am häufigsten treten Angstzustände auf, gefolgt von depressiven Leiden. Bei Burschen gibt es mehr Selbstverletzungen und Probleme mit Impulskontrolle, Mädchen sind von Angst häufiger betroffen, besonders gefährdet mit Essstörungen. 14% der Kinder in Österreich brauchen therapeutische Hilfe bei Depression, Angstzuständen, Trauer oder traumatischen Erlebnissen.

### **Geschichte: LUCA**

#### **Therapie hilft Kindern sich gut zu entwickeln**

Der neunjährige Luca wurde auf Anraten der Zahnärztin zur Psychotherapie überwiesen. Da er tagsüber häufig mit den Zähnen knirscht. Weil bereits Zahnschädigungen feststellbar sind. Über das Knirschen machen sich auch schon seine Mitschüler lustig. Hey, hast Sand im Kopf? Lucas ist ein aufgeweckter, umtriebiger Bub. Die Eltern haben nicht viel Geld, manchmal einen prekären, schlecht bezahlten Job, dann wieder so wenig, dass sie aufs Sozialamt müssen. Die Familie lebt unter der Armutsgrenze.

Gegen das Knirschen ist kein Kraut gewachsen. Sie suchen lange bis sie eine kostenlose Therapie finden. Am Land, wo sie wohnen, gibt's gar nichts. Und in der Stadt wäre die Wartezeit ein Jahr. Über die Diakonie finden sie zum Glück ein schnelleres Angebot.

In der Psychotherapie ist Spannungsregulation das zentrale Thema. Luca lernt schrittweise, seinen Körper wahrzunehmen. Wo ist Anspannung wichtig und wo Entspannung? In welchen Situationen steigt die Spannung? Womit kann ich mich am besten loslassen?

Für Lucas war es eine gute Sache. Auch wenn die Lebensumstände weiter schwierig sind. Das Knirschen aber plagt ihn nicht mehr.