

**Stellungnahme der
LandesPsychotherapeutenKammer Rheinland-Pfalz**

**Anhörverfahren zum Thema „Management der CORONA-Pandemie in Rheinland-Pfalz“,
in den Sitzungen des Ausschusses für Gesundheit am 19.06.2024 und am 20.06.2024**

Die Landespsychotherapeutenkammer ist der Auffassung, dass die Landesregierung – und federführend das Ministerium für Wissenschaft und Gesundheit – das Management der Corona-Pandemie in den Jahren 2020-2023 verantwortungsvoll, engagiert und gut bewältigt hat. Besonders hervorzuheben ist unserer Meinung nach die Einbeziehung aller relevanten Institutionen und Personen. Entscheidungen wurden offen diskutiert, in der Regel gemeinsam getroffen und transparent kommuniziert. Die Landespsychotherapeutenkammer hat im Corona-Bündnis Rheinland-Pfalz mitgearbeitet und den dortigen Austausch mit Mitgliedern des Kabinetts sehr geschätzt.

Von Beginn der Corona-Pandemie an hat die Landespsychotherapeutenkammer immer wieder darauf hingewiesen, dass den Belastungen der psychischen Gesundheit von Kindern und Jugendlichen durch die Pandemie und durch die getroffenen Schutzmaßnahmen besondere Beachtung geschenkt werden muss. Im Nachhinein hat sich gezeigt, dass Kinder und Jugendliche tatsächlich sehr unter der Pandemie im Allgemeinen, den Auswirkungen der Kontaktbeschränkungen sowie Schließungen von Kitas, Schulen und Freizeiteinrichtungen gelitten haben. Im Nachhinein und mit dem Wissen von heute müssen nach Ansicht der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz die einschränkenden Maßnahmen für Kinder und Jugendliche kritisch bewertet werden.

Die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz fokussiert sich im Folgenden auf die Beantwortung der Fragen Nr. 7, Nr. 8 und Nr. 9. Zunächst sollen die Auswirkungen der Pandemie und der getroffenen Gegenmaßnahmen auf die psychische Gesundheit näher beleuchtet werden.

Frage 7: Welche Wirkungen hatten die Corona-Maßnahmen auf Patienten und Personal?

Zu Beginn der Pandemie war die Datenlage in Bezug auf die Folgen dieser Ausnahmesituation auf die psychische Gesundheit noch dünn. Dennoch stellten bereits im Juni 2020 der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e.V., die Bundespsychotherapeutenkammer, die Deutsche Gesellschaft für Psychologie e.V. und das Leibniz-Zentrum für Psychologische Information und Dokumentation (ZPID) in einem Statementpapier mögliche Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit und wichtige zu treffende Maßnahmen zusammen. Als Kernthemen aus

psychologischer Sicht wurden dabei Stimmungswandel, Schutzverhalten, psychische Folgen, gesellschaftlicher Zusammenhalt und aussagekräftige Datengrundlage als zentral identifiziert. Im Jahr 2023 zeigten sich in einem sehr umfassenden wissenschaftlichen Review (Bower et al., 2023) der verfügbaren qualitativ ausreichenden, internationalen Studien folgende Ergebnisse:

- Lockdown-Maßnahmen waren psychisch akut belastend, aber die Belastungen endeten mit Aufhebung der Lockdown-Maßnahmen.
- Menschen erlebten während der Pandemie im Durchschnitt mehr Ängste, mehr depressive Symptome und mehr Stress. Dies schlug sich besonders bei vulnerablen Gruppen nieder.
- Ängste und depressive Symptome waren höher als vor der Pandemie.
- Es gibt Hinweise, dass Jugendliche, Schwangere und Menschen mit Neugeborenen sowie Menschen, die wegen Covid-19 stationär behandelt wurden, psychisch besonders belastet waren.

Auswirkungen auf Kinder und Jugendliche

Zu Beginn und im weiteren Verlauf der Pandemie hat die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz, wie auch andere Expert*innen, wiederholt auf die besonderen Belastungen von Kindern und Jugendlichen hingewiesen. Sie appellierte, Infektions- und Kinderschutz zusammen zu denken. Erläutert wurden verschiedene Belastungsfaktoren für die adoleszente Entwicklung, insbesondere die soziale Isolation, der Wegfall von altersangemessenen Hobbies und Freizeitaktivitäten, Bewegung und Sport sowie die Zunahme von Bildschirmzeiten, die familiären Belastungen und die Probleme in der Umsetzung des Homeschoolings. Es wurde deutlich gemacht, dass die Bewältigung der Pandemie wesentlich von individuellen, sozialen und finanziellen Ressourcen abhängig sein würde. Die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz forderte deshalb wiederholt den Ausbau von schulischer Unterstützung (z.B. Schulsozialarbeit, Schulpsychologie), von gemeindenahen psychosozialen Unterstützungs- und Freizeitangeboten sowie von Jugendhilfe-Angeboten und Beratungsstellen.

In einem großen wissenschaftlichen Review (Wolf & Schmitz, 2024) wurden die Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen untersucht. Die Ergebnisse bestätigten unsere Voraussagen in vielen Bereichen:

- Die psychische Belastung von Kindern und Jugendlichen war während der Pandemie erhöht.
- Kinder unter 6 Jahren wiesen im Durchschnitt keine höhere psychische Belastung auf, allerdings gibt es hier nur wenig Daten.
- Es gab eine Zunahme depressiver Symptome und von Ängsten bei Jugendlichen. Jugendliche schienen besonders belastet durch die Kontaktbeschränkungen zu Gleichaltrigen sowie durch die deutlich erhöhten Anforderungen an die Selbstorganisation (z.B. durch Homeschooling).
- Weibliche Jugendliche hatten ein erhöhtes Risiko für ängstliche und depressive Symptome, männliche Jugendliche zeigten mehr Konzentrationsprobleme, exzessives Gaming und eine größere Lebensunzufriedenheit.

- Kinder von Alleinerziehenden und Kinder ohne Geschwister waren psychisch belasteter.
- Kinder und Jugendliche, die beengt wohnten und keinen Zugang zu Grünflächen und Natur hatten, zeigten eine höhere psychische Belastung. Zur einer höheren psychischen Belastung trugen auch hoher Medienkonsum, wenig Sport und schlechte Schlafgewohnheiten bei.
- Zu einer besseren psychischen Gesundheit während der Pandemie bei Kindern und Jugendlichen führten Zugang zu und Zeit in der Natur, gute körperliche Gesundheit, regelmäßige Bewegung, gesunde Ernährung, Struktur und Routinen sowie regelmäßiger Schlaf.
- Risikofaktoren, die zu einer schlechteren psychischen Gesundheit während der Pandemie beitrugen, waren: niedriger sozioökonomischer Status, Armut und finanzielle Sorgen, beengte Wohnverhältnisse, negative Erfahrungen mit Homeschooling, Probleme der physischen Gesundheit sowie die Diagnose einer neurodiversen Erkrankung (z.B. ADHS, Autismus).
- Familiäre Belastungsfaktoren für Kinder und Jugendliche waren insbesondere psychische Belastungen bei den Eltern (insb. Angst, Depression, Substanzabusus), schlechte elterliche Bewältigungsstrategien, genereller familiärer Stress, familiäre Instabilität und dysfunktionales Erziehungsverhalten.

Auswirkungen auf die psychotherapeutische Versorgung und auf Psychotherapeut*innen

Auch auf die psychotherapeutische Versorgung und auf Psychotherapeut*innen hatten die Pandemie und die zu Ihrer Bekämpfung getroffenen Maßnahmen Auswirkungen:

Therapie per Video

Zur Sicherstellung der psychotherapeutischen Versorgung von Menschen mit psychischen Erkrankungen während der Pandemie wurde erstmals in großem Umfang Psychotherapie per Video angeboten, um eine direkte Ansteckung zu vermeiden.

Die Anzahl der videogestützten Psychotherapien hat sich im Verlauf und nach der Pandemie wieder deutlich reduziert, weil viele Patient*innen und Psychotherapeut*innen die direkte Interaktion und den geschützten Rahmen der Praxis bevorzugen. Die Möglichkeit der videogestützten Psychotherapie ist aber über die Pandemie hinaus erhalten geblieben und hat sich bei entsprechender Indikation und Ausgestaltung als zusätzliches Angebot bewährt.

Hygienemaßnahmen in der Psychotherapie

Während der Pandemie wurden in psychotherapeutischen Praxen folgende Hygiene-Maßnahmen getroffen: regelmäßiges Testen, Förderung der Handhygiene bei Patient*innen, verstärkte Oberflächendesinfektion, häufiges Lüften, größerer Sitzabstand zwischen Patient*in und Psychotherapeut*in, Einsatz von Luftfiltern, Tragen von Masken. Es bestand zeitweilig die gesetzliche Verpflichtung, Masken zu tragen (Oktober 2022 bis April 2023; COVID-19-Schutzgesetz). Diese Verpflichtung wurde im Berufsstand und auf Patient*innen-Seite kontrovers diskutiert, insbesondere im Hinblick auf die Abwägung von Ansteckungsrisiko und sonstigen Hygienemaßnahmen einerseits und den besonderen Erfordernissen einer psychotherapeutischen Behandlung andererseits (z.B. Wichtigkeit einer erkennbaren Mimik, Wichtigkeit einer angstfreien Umgebung).

Auswirkungen auf den Berufsstand

Der Berufsstand der Psychotherapeut*innen war in der Pandemie nicht den Belastungen ausgesetzt, wie sie teilweise für die Gesundheitsberufe in Pflege und Medizin bestanden. Die psychotherapeutische Versorgung erlebte keine bedeutsamen Einbrüche, was insbesondere möglich war durch die flexible Umstellung auf videobasierte Psychotherapie. Die Psychotherapeut*innen waren aber natürlich auch betroffen durch die zeitweise erheblichen Einschränkungen in der institutionellen Betreuung der eigenen Kinder bzw. der Erfordernis des Homeschoolings, was mittelbare Effekte auf den Arbeitsumfang haben konnte.

Auf Seiten der Psychotherapeut*innen gab es einige wenige Kammermitglieder, die verschwörungstheoretisch anmutende, nicht fachlich begründbare Informationen in den Therapien und/oder auf ihren Websites verbreiteten, so dass es in der Folge zu Berufsordnungsverfahren kam. Eine neue und belastende Erfahrung war für viele Psychotherapeut*innen, bei einigen Patient*innen mit Verschwörungstheorien konfrontiert zu sein, die diese auch in der Psychotherapie äußerten und beispielsweise Hygienemaßnahmen verweigerten. Aufgrund des signifikant gestörten Vertrauensverhältnisses kam es zu einzelnen Therapieabbrüchen.

Als mittelbar belastend erlebten zudem viele Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeut*innen, dass sehr wichtige psychosoziale Unterstützungsstrukturen ihrer jungen Patient*innen wie beispielsweise pädagogische Betreuungsangebote, Jugendhilfe-Maßnahmen, soziale Kontakte und die Ausübung von Hobbies zeitweilig gar nicht möglich bzw. stark eingeschränkt waren. Die Auswirkungen auf die Psyche der Kinder, Jugendlichen und jungen Erwachsenen war direkt beobachtbar, aber im Rahmen der psychotherapeutischen Behandlung nicht ausreichend auffangbar.

Frage 8: Wie geht Ihre Institution mit Spätfolgen der Pandemie um, z.B. mit Post-Covid-Patient*innen? Reicht das aktuelle Betreuungsangebot für die betroffenen Patient*innen derzeit aus?

Die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz hat früh darauf hingewiesen, dass Post-Covid ein wichtiges Thema für die psychotherapeutische Versorgung nach der Pandemie werden wird. Eine erste Veranstaltung für die Kammermitglieder fand im April 2021 statt, weitere folgten im September 2022 und digital im Januar 2024 mit 500 Teilnehmer*innen.

Um die Versorgung der Betroffenen zu verbessern, rief die rheinland-pfälzische Landesregierung im April 2023 den „Runden Tisch Post-Covid“ ins Leben, der die Expertise verschiedener Akteur*innen des Gesundheitswesens bündelt und bedarfsgerechte Versorgungsstrukturen für Post-Covid-Patient*innen erarbeiten und begleiten soll. Die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz ist Mitglied des „Runden Tisches Post-Covid“. Nicht selten geht eine Post-Covid-Erkrankung, insbesondere schwere Verläufe mit ME/CFS, mit einer Beeinträchtigung der psychischen Gesundheit einher. Zudem kann eine Post-Covid-Erkrankung schon vorab bestehende psychische Erkrankungen verschlimmern oder erneut aufkommen lassen.

Allerdings ist es wichtig zu betonen, dass es sich bei Post-Covid selbst nicht um eine psychische Krankheit handelt. Die Landespsychotherapeutenkammer warnt davor, zu psychologisieren - also die Symptome als rein psychisches Problem der Patient*innen einzuordnen. Die Grunderkrankung ist

neuroimmunologischer Natur, psychische Erkrankungen können dann als Folge der Beeinträchtigung durch Post-Covid auftreten.

Wichtig ist insbesondere auch die interdisziplinäre und psychosoziale Unterstützung von Post-Covid-Betroffenen. Eine interdisziplinäre Fortbildungsveranstaltung ist in Planung.

Die Kammer hat den fünf Post-Covid-Ambulanzen in Rheinland-Pfalz eine Liste mit ca. 50 Psychotherapeut*innen zur Verfügung gestellt, die bereit sind, zeitnah psychotherapeutische Sprechstunden für Betroffene zu ermöglichen.

Dies zu realisieren ist aufgrund der mehr als angespannten Versorgungssituation nicht einfach. Die Landespsychotherapeutenkammer weist immer wieder darauf hin, dass unter anderem aufgrund der veralteten Bedarfsplanung zu wenig Kassensitze zur Verfügung stehen, um eine bedarfsgerechte Versorgung zu sichern. Durch die Pandemie ist die Nachfrage weiter gestiegen, besonders bei Kindern und Jugendlichen, so dass die bestehenden Versorgungsprobleme noch deutlicher zutage treten. Die Landespsychotherapeutenkammer setzt sich daher weiterhin für die Schaffung von neuen Kassensitzen ein.

Frage 9: Welche Konsequenzen hat Ihre Institution nach der Pandemie getroffen?

Die Corona-Pandemie hat gezeigt, dass sowohl von politischer als auch medialer/öffentlicher Seite großes Interesse an psychischen Fragen und Aspekten einer derartigen Ausnahmesituation besteht. Die Expertise unserer Berufsgruppe war zu Beginn und im Verlauf der Pandemie sehr gefragt. Die Kammer wurde in das „Corona-Bündnis“ der Landesregierung unter Vorsitz von Ministerpräsidentin Malu Dreyer berufen, Kammerpräsidentin Sabine Maur sprach am 11.09.20 im Rahmen der Expert*innen-Anhörung vor der Enquete-Kommission "Corona-Pandemie" des Landtags und gab dort Auskunft über die Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit und psychische Erkrankungen der Menschen sowie die psychotherapeutische Versorgung in Rheinland-Pfalz. Außerdem wurde die Kammerpräsidentin zur fachlichen Beratung von der Landtagsfraktion der GRÜNEN eingeladen und nahm als Referentin an einer Fachveranstaltung der GRÜNEN gemeinsam mit Familienministerin Katharina Binz teil (Februar 2022).

Von medialem Interesse waren in der Pandemie u.a. die Themen Resilienz, Anpassungsfähigkeit, Stressreaktionen und Stressbewältigung, vulnerable Gruppen, Gesundheitskommunikation, Auswirkungen der Pandemie auf die psychische Gesundheit. Die Nachfragen schlugen sich in zahlreichen Interviews (Zeitungen, Fernsehen, Radio), in der Kommunikation via soziale Medien und in Einladungen zu überregionalen gesundheitspolitischen Podcasts nieder.

Die Kommunikationsstrategie der Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz während der Pandemie hat sich als zielführend und hilfreich bewiesen, sowohl nach außen als auch an die Kammermitglieder gerichtet. Die Landespsychotherapeutenkammer veröffentlichte mehrere Pressemeldungen während der Pandemie und richtete auf ihrer Website früh und dann fortlaufend aktualisiert eine Zusammenstellung von Informationen und Anlaufstellen für Betroffene ein. Die Kammer hat sich während der Pandemie in der Pflicht gesehen, ihre Mitglieder zeitnah und verständlich über für den Berufsstand relevante Erfordernisse und Regelungen zu unterrichten. Dies erfolgte durch den Email-Newsletter der Kammer und über die Kammerwebsite. Es gab für die

Mitglieder die Möglichkeit der telefonischen Beratung. Die Landespsychotherapeutenkammer Rheinland-Pfalz war die erste Landeskammer, die online Veranstaltungen für ihre Mitglieder realisierte. Es gab dabei Informations- und Fortbildungsveranstaltungen für die Mitglieder mit Pandemie-spezifischen Inhalten.

Auch wenn natürlich zu hoffen ist, dass keine Umstände eintreten, die einen erneuten Einsatz der in der Corona-Pandemie erprobten Verfahren nötig machen, so hat diese Ausnahmesituation doch gezeigt, dass man sich im Notfall mit Psychotherapie per Video, digitalen Informationsveranstaltungen und einer durchdachten Kommunikationsstrategie behelfen kann – und dass eine gute Kooperation zwischen verschiedenen Akteuren des Gesundheitswesens auch unter extrem erschwerten Bedingungen möglich ist.

Literatur:

Bower, M., Smout, S., Donohoe-Bales, A., O’Dean, S., Teesson, L., Boyle, J., Lim, D., Nguyen, A., Calear, A.L., Batterham, P.J., Gournay, K., & Tees, M. (2023). A hidden pandemic? An umbrella review of global evidence on mental health in the time of COVID-19. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1107560.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36970258/>

Wolf, K. & Schmitz, J. (2024). Scoping review: longitudinal effects of the COVID-19 pandemic on child and adolescent mental health. *European Child & Adolescent Psychiatry, 33*, 1257–1312.