

Mein Kind hat sich sehr zurückgezogen: Was ist zu tun?

„Meine Tochter hat sich sehr verändert. Sie war früher unbeschwert und ging viel mit ihren Freunden aus. Seit Monaten sitzt sie nur noch zuhause und sorgt sich, dass sie krank werden könnte, wenn sie heraus geht. Ihre Krankheitsangst ist nicht mehr normal.“ Psychologen und Psychiater weisen auf dieses Problem schon länger hin. Kinder und Jugendliche haben die Maßnahmen und Einschränkungen nicht „einfach so“ weggesteckt, ohne dass dies Folgen für ihre Entwicklung hat. Einige Heranwachsende haben sich komplett zurückgezogen. Sie haben Angst, sich zu infizieren und meiden jede Ansammlung, gehen nur noch für die Schule oder die Arbeit vor die Tür. Andere desinfizieren sich die Hände so oft es geht und testen sich mehrmals die Woche. Sie tragen überall Maske, vor allem, wenn sie in die Stadt gehen müssen. „Das ist das Sicher ist sicher-Denken“, so der Psychiater Raphael Bonelli. „Früher hatten wir das auch schon, dass die Leute immer Desinfektionsmittel dabei hatten.“ Er beschreibt, dass man dies als zwangsneurotisches Verhalten diagnostiziert hatte. Heute ist es in der Gesellschaft endemisch. Kritisch ist es, wenn es normal wird, dass Menschen beginnen, aus Sicherheitsdenken das Leben zu vermeiden. Heranwachsende, die sozialen Kontakten ausweichen und ihre Hobbys nicht mehr ausüben, drohen in ein Zwangsverhalten zu gleiten. Es wird immer mehr abgesichert, bis man das Gefühl hat, alles unter Kontrolle zu haben. „Dieses Kontrollverhalten wird immer mehr gesteigert. Dann tritt eine Entlastung ein, die aber nur kurz andauert. Der Heranwachsende schränkt sein Leben immer weiter ein“, so Bonelli. Hier ist psychologische Unterstützung nötig, um aus dem Zwangsdenken heraus zu kommen. Abgeklärt werden sollte immer auch eine mögliche Depression, vor allem, wenn bisherige Interessen heute keinen Spaß mehr machen und eine tiefe Traurigkeit vorliegt. Kommen Salus-Familienhelfer in die Familien, achten sie auch auf Rückzugstendenzen und verändertes Verhalten. Betroffene Heranwachsende werden dann in eine professionelle Beratung bzw. in einen Therapieplatz weiter vermittelt. Wenden Sie sich an uns: <https://www.salus-gesellschaft.net/leistungen/>



Mehr: [Salus-Gesellschaft auf Facebook](#)

© Salus-Gesellschaft, Darmstadt