

德國兒童和青少年接受心理治療的等待時間因新冠肺炎疫情而大幅增加

駐德國代表處教育組

根據德國萊比錫大學（Leipzig University）最近的一項研究，兒童和青少年在新冠肺炎疫情中受到的傷害情形尤其嚴重。負責研究的兒童和青年心理學家朱利安-施密茨（Julian Schmitz）先生根據研究結果，得出了一個相當令人悲觀的結論。德國心理治療機構原本就已經人滿為患，現在尋求幫助的人數又急劇上升。本項研究是施密茨先生和其團隊在 2021 年春季，透過問卷調查方式對全國 324 名兒童和青少年心理治療師進行的一項相關調查。

施密茨解釋說：「本次問卷內容主要是：與兩年前的同期（亦即疫情發生之前）相比，您的心理治療機構中的情況起了什麼變化？」調查結果是令人震驚的：接受初次治療諮詢的等待時間平均從 5 個星期增加到 10 個星期，而實際開始接受治療的等待時間則從 3 個月增加到 6 個月；在非都市地區的情況尤其嚴重，由於其資源比都市少，所以等待時間甚至超過 12 個月。

施密茨先生強調說：「不僅心理治療的需求增加了，其治療品質也在下降中。有一半的受訪者認為：在『隔離封鎖措施』期間（Lockdown）和『居家線上教學』期間（Homeschooling），家長、學生與幼稚園和學校的老師及青年福利工作者間的合作關係受阻。」新冠肺炎疫情阻礙了可提供諮詢及協助的機構的運作。

該項研究還發現，兒童和青少年罹患憂鬱症、焦慮症、適應障礙及睡眠障礙的情形變得很常見；與同齡人的接觸變少，也造成了使用媒體成癮的情況變多。施密茨先生說，先前曾經接受過心理治療的患者常常又需再度接受治療，因為他們本來就是屬於對壓力很敏感的脆弱群體；急性發作病例變多了，因為沒有接受足夠的長期治療。施密茨先生認為造成上述種種情況的因素有：「居家線上教學」或「線上及實體上課交替實施」情形改變了日常生活的節奏，休閒和社交活動受限，心理產生普遍的不安全感，許多可提供諮詢及協助的機構停止運作，最後則是擔心感染新冠肺炎。

施密茨先生引用該項研究的結論說：「我們需要持續觀察各個治療機構的後續發展情況。」他認為這一點尤其重要，因為目前德國健康保險公司普遍認為兒童和青少年治療機構提供的協助已經非常足夠。施密茨先生和其研究團隊希望未來能獲得某基金會的資助，以利在下一個階段中繼續研究相關資料。

撰稿人/譯稿人：德國萊比錫大學（Leipzig University）

資料來源：<https://www.lw.uni-leipzig.de/fakultaet/aktuelles/detail-nachrichten/artikel/studie-kinder-von-pandemie-besonders-hart-betroffen-2022-07-08>

