

22.06.20

Welche Folgen die Corona-Zeit für Kinder und Jugendliche hat

Seit Monaten sind auch Kinder und Jugendliche durch die Rahmenbedingungen der Corona-Pandemie erheblich in ihrem gewohnten Alltag eingeschränkt. Ein Gespräch mit der Entwicklungspsychologin Prof. Dr. Katja Seitz-Stein über die Folgen fehlender Kontakte und besonderen Bedürfnissen in besonderen Zeiten. Das Interview setzt das Corona-Forum als gemeinsame Reihe von KU und Donaukurier fort.



Colourbox.de



Prof. Dr. Katja Seitz-Stein (Foto: privat)

Frau Seitz-Stein, Kindergärten und Schulen öffnen allmählich wieder. Uns haben mehrere Fragen erreicht, was die Schließung der Schulen und die Einschränkung der Kontaktmöglichkeiten für Kinder bedeuten.

Katja Seitz-Stein: Die Frage ist nicht einfach zu beantworten, da die Unterschiede zum Beispiel zwischen kleinen Kindern und Jugendlichen sehr groß sind. Auch innerhalb einer Altersgruppe variieren die emotionalen oder sozialen Voraussetzungen sehr stark. Daher hilft es, sich verschiedene Szenarien vorzustellen.

An welche Szenarien denken Sie?

Seitz-Stein: Zum Beispiel an ein fünfjähriges Kindergartenkind, das zwei jüngere Geschwister hat, Mutter oder Vater sind zu Hause. Das Kind lebt in einer Mittelstandsfamilie und freut sich vielleicht

über die neue Situation. Es kann mit seinen Geschwistern spielen und bekommt mit, was zu Hause geschieht. Für eine 18-jährige Schülerin, die kurz vor dem Abitur steht, stellt sich die Situation anders dar. Obwohl sie vielleicht über gute Lernstrategien verfügt, ist die Frustration groß, da lange unklar ist, ob sie ihre Prüfungen ablegen kann. Wir müssen daher stets die konkrete Situation betrachten, um verstehen zu können, welche Auswirkungen ein Ereignis hat.

Dennoch ist die Krise etwas, was uns allen widerfährt.

Seitz-Stein: Ja, die aktuelle Situation ist für uns alle neu. Entscheidend ist, wie gut es uns gelingt, uns anzupassen. In der Entwicklungspsychologie unterscheiden wir, ob kritische Lebensereignisse einzelne Personen oder Gruppen betreffen. Die Corona-Pandemie betrifft unsere gesamte Gesellschaft. Das lässt sie zu einer geteilten Erfahrung werden, weshalb es für Einzelne nicht zu einer zu großen Isolation kommt.

Gerade für Kinder im Vorschulalter fehlen aber Spiel und Austausch im Kindergarten. Wie wichtig sind die Begegnungen mit Gleichaltrigen?

Seitz-Stein: Soziale Kontakte sind bereits für kleine Kinder sehr wichtig, selbst wenn sie zunächst eher nebeneinander spielen. Sie hören andere aber und suchen Blickkontakt. Später bildet sich dann ein kooperatives Spielen aus, Rollenspiele kommen hinzu. Beim Wippen auf dem Spielplatz zeigt sich, wie wichtig andere Kinder sind. Manche Spiele machen nur zu zweit Spaß. Während Erwachsenen immer stärker sind und mehr wissen, interagieren im Kindergarten alle auf Augenhöhe. Im Spiel erlernen die Kinder prosoziales Verhalten oder gegenseitige Rücksichtnahme. Der außerfamiliäre Austausch ist umso wichtiger, je geringer das Interaktionspotenzial mit – etwa gleichaltrigen – Familienmitgliedern ist.

Welche Folgen können fehlende Kontakte haben?

Seitz-Stein: Das ist eine Sorge, die aktuell viele Eltern umtreibt. Sie befürchten, dass die Isolation irreversible Folgen für ihr Kind hat. Hier möchte ich getrost entgegen: Wenn das Umfeld stimmt, dann wird die Trennung von ein paar Wochen oder Monaten vermutlich nicht viel verändern – auch wenn im Einzelfall das Trauern um fehlende Freunde oder Bekannte sehr intensiv sein kann.

Entwickeln die Kinder in dieser Zeit denn besondere Bedürfnisse?

Seitz-Stein: Ja, für das Wohlbefinden ist es etwa wichtig, den Tag zu strukturieren, um Kindern Halt zu geben. Günstig ist ein geregeltes Aufstehen und zu Bett gehen, geregelte Mahlzeiten, damit der Tagesablauf nicht zu sehr durcheinandergerät. Wichtig ist, dass Eltern für ihre Kinder ansprechbar sind – und nicht nur genervt sind oder keine Zeit haben. Wir sollten daher versuchen, Zeiten frei zu halten, in denen wir uns ganz bewusst auf unsere Kinder einlassen. Zeiten, zu denen zum Beispiel nicht gleichzeitig eine Videokonferenz stattfindet. Natürlich ist das leichter gesagt als getan. Wenn Erziehende einen „Koffer“ gefüllt mit Ideen zur möglichen Beschäftigung haben, die sie bei Bedarf anbieten können, hilft das schon mal.

Gilt das auch für ältere Kinder oder Jugendliche?

Seitz-Stein: Wir wissen, dass sich bei älteren Kindern oder Jugendlichen die Bildschirmzeiten deutlich erhöhen. Auch, dass es gravierende Veränderungen im Schlaf-Wach-Rhythmus gibt. Sie lassen sich nicht mehr so leicht sagen, was sie tun sollen, und müssen sich stärker selbst regulieren. Für Eltern ist es daher schwieriger, Unterstützung anzubieten. Wir sollten aber versuchen, sensibler zu sein. Das gilt für alle Altersgruppen, auch für das Kindergartenkind. Natürlich ist das gerade jetzt besonders schwierig, da die Belastungen auch für Eltern höher sind.

Allerdings sollten wir uns vergegenwärtigen, dass dies noch die „normalen“ Situationen in einer Pandemie sind. Es gibt Familien, die wesentlich höhere Belastungen schultern müssen.

Wie können wir uns solche Belastungen vorstellen?

Seitz-Stein: Stellen Sie sich vor, sie haben ein Kind, das in einer Einrichtung betreut wird und immer jemanden an seiner Seite braucht – beim Essen oder bei den Schulaufgaben. Wenn die Kinder zu Hause sind, müssen die Eltern die Betreuung rund um die Uhr alleine leisten. Das funktioniert nur solange gut, solange die Erziehenden gesund sind. Wenn sie zugleich niemanden haben, der mal einspringen kann, sie in einer kleinen Mietwohnung leben und aktuell von Kurzarbeit bedroht sind, steigt die Belastung. Hier zeigen sich die Effekte der Schulschließungen. Wir haben viele Familien, die nahezu unvorstellbare Situationen zu bewältigen haben.

Welche Konflikte können entstehen?

Seitz-Stein: Wenn die Belastungen sehr hoch sind, wenn Alkoholprobleme oder eigene psychische Erkrankungen hinzukommen, können Situationen entstehen, die es eigentlich nicht geben sollte. Fehlen dann Möglichkeiten, sich zu verständigen, kann die körperliche Gewalt zunehmen. Es besteht daher die begründete Annahme, dass die Dunkelziffer der Fälle von Kindesmisshandlung aktuell steigt. Wir wissen aus der Finanzkrise 2008, dass sich familiäre Systeme in Krisensituationen verändern. Finanzielle Not geht damit einher, dass – es ist hart, das zu sagen – mehr geschlagen wird.

Wie arbeiten denn die Unterstützungsangebote in der Pandemie?

Seitz-Stein: Meines Wissens wird versucht, das psychosoziale Angebot so gut es geht aufrecht zu erhalten. Das Problem, dass nun auch neue Bedarfe bei Personen oder Familien entstehen, ist sicher schwer zu lösen. Vielfach fehlt auch die Einsicht, dass es an dem oder den Erwachsenen wäre, das Wohl der eigenen Familie als Ganzes in den Blick zu nehmen.

Bedeutet das, dass wir die Umstände stärker berücksichtigen müssen?

Seitz-Stein: Wir sprechen von einer systemischen Sichtweise. Ob es den Kindern gelingt, die Situation zu bewältigen, hängt von der Gesundheit der gesamten Familie ab – von den Beziehungen zwischen Eltern und Kindern, zwischen den Eltern oder davon, wie die Geschwister miteinander umgehen. Hinzu kommt, ob wir uns gut verständigen und organisieren können, und welche Werte uns leiten. Ist die Familie gesund, wirkt das wie ein Schutzfaktor für das Kind. Kommen finanzielle Sorgen oder Krankheiten hinzu, wird es schwieriger, Belastungen zu bewältigen. Auch Faktoren wie Rassismus oder Marginalisierung spielen eine Rolle. Die Zahl der Menschen, die in den USA an Covid 19 gestorben sind, ist unter der afroamerikanischen Bevölkerung etwa deutlich höher.

Können denn Kinder, die in psychologischer Betreuung sind, aktuell gut betreut werden?

Seitz-Stein: Natürlich versuchen die Kolleginnen, die Kinder entsprechend der rechtlichen Vorgaben bestmöglich zu unterstützen. Bei älteren Kinder hat sich gezeigt, dass Videokonferenzen erstaunlich gut funktionieren. Doch bei jüngeren Kindern oder in Familien, in denen die technischen Voraussetzungen fehlen, ist es schwierig. In manchen Fällen konnte der Kontakt telefonisch gehalten werden. Teilweise entstehen jedoch sehr bedenkliche Situationen.

Können digitale Medien denn überhaupt unsere persönlichen Kontakte ersetzen?

Seitz-Stein: Wir alle spüren – auch ohne wissenschaftliche Untersuchung –, dass sich der persönliche Kontakt und die Nähe zu anderen Menschen nicht ersetzen lassen. Sicher ist es für Kinder in Ordnung, die Großeltern über Video zu sehen. Mit einer realen Begegnung ist das aber nicht vergleichbar. Dazu gehört, dass wir uns etwa bei einer Umarmung berühren können. Als Menschen sind wir auf Körperkontakte angelegt. In Videokonferenzen fehlt dies, auch wenn diese momentan eine sinnvolle Schutzmaßnahme darstellen.

Einige Leser haben geäußert, dass sie Nachrichten über die Pandemie nicht mehr hören können. Ein Gefühl der Ohnmacht stelle sich ein, man könne ja eh nichts tun.

Seitz-Stein: Das würde ich gerne anders sehen wollen. Natürlich hatten wir vor dem Lockdown mehr Handlungsmöglichkeiten. Wenn ich das Gefühl habe, ausgeliefert zu sein, ist das jedoch ein ungutes Gefühl. Wir sollten uns daher bewusstmachen, dass wir diejenigen sind, die unseren Tag planen, und dass wir stets über Handlungsalternativen verfügen. Ich kann mich fragen: Was sind heute meine Möglichkeiten – und für welche entscheide ich mich? Das kann uns helfen, die Selbstkontrolle wieder zu erlangen.

Das Gespräch führte Thomas Metten. Er ist Mitarbeiter der KU und des Projekts "Mensch in Bewegung".

Zur Person

Prof. Dr. Katja Seitz-Stein ist Inhaberin des Lehrstuhls für Entwicklungs- und Pädagogische Psychologie an der Katholischen Universität Eichstätt-Ingolstadt. Schwerpunkte ihrer Forschung sind unter anderem die Entwicklung von Selbstkonzepten bei Kindern im Vorschulalter und während der Schulzeit oder auch die Förderung mathematischer Fertigkeiten.

[<- Zurück zu: Presseinformationen](#)