

VON MARLENE PATSALIDIS

„Es ist alles andere als kindgerecht, was in den vergangenen Wochen passiert ist“, sagt Ulrike Zartler von der Universität Wien, „und wir sollten Kindern Respekt dafür zollen, wie souverän sie mit Corona umgehen“. Die Kindheits- und Familiensoziologin erforscht seit Beginn der Ausgangsbeschränkungen, wie sich die Pandemie auf Familien auswirkt. Aufschluss über das Erleben von fast 100 Müttern und Vätern sowie deren Sprösslingen bekommt sie über ausgiebige Telefoninterviews. Auch in Tagebüchern notieren die Familien, wie es ihnen ergangen ist.

Kontaktentzug

Im Gespräch mit dem KURIER berichtet Zartler von ersten Erkenntnissen: „Es war anzunehmen, dass die Situation Familien enorm zusetzen wird. Das hat sich bestätigt.“ Nicht nur Mütter und Väter, die derzeit Homeoffice mit Kinderbetreuung vereinbaren und dem Nachwuchs zugleich beim Heimunterricht zur Seite stehen müssen, leiden unter dem veränderten Alltag. „Das bisher geltende Kontaktverbot zu Freunden, aber auch die Anordnung, sich von lieb gewonnenen Erwachsenen fernhalten zu müssen, steht im Kontrast dazu, was man Kindern normalerweise vermittelt – und ist nicht leicht zu verkraften“, sagt Zartler. Dennoch habe sich der Großteil vorbildlich an die Regelungen gehalten. „Der Frust hat dieser Tage aber seinen Zenit erreicht.“

Die nunmehrige Lockerung der Maßnahmen – Kindergärten, Schulen und Spielplätze öffnen schrittweise, Freunde und die erweiterte Familie zu treffen ist auf Abstand wieder möglich – begrüßt auch Paul Plener, Leiter der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie am AKH Wien: „Und zwar vor dem Hintergrund, dass Kinder auf den Kontakt mit Gleichaltrigen angewiesen sind. Der Austausch mit ihnen erfüllt wichtige Entwicklungsaufgaben.“ Dass die durch Schulen und Kindergärten angebotene, wichtige Tagesstruktur weggebrochen sei, komme erschwerend hinzu.

Es gibt auch Kinder, deren Alltag durch den Ausnahmezustand gewissermaßen bereichert wurde, weiß Zartler: „Manche genießen es, mehr

Wie Corona die Zukunft der Kinder prägt

Bewältigung. Kinder kommen mit fordernden Zeiten klar. Vorausgesetzt, sie werden damit nicht alleingelassen

Lesestoff für Kids



Krise Wie Jobverlust Familien zusetzt, beschreibt Rainer Osinger in „Papa Hoppe gibt nicht auf“



Corona-Wissen „Warum Covid die Welt erschreckt“ liefert einfühlsame Antworten auf Kinderfragen zum Virus

Zeit mit den Eltern verbringen zu können. Gleichzeitig wissen wir von Mädchen und Burschen, die überfordert sind, weil sie zu Hause kein gutes Lernumfeld haben, Mama und Papa gereizt sind und auch wenig Verständnis für die Erledigung der Schulaufgaben oder andere Bedürfnisse haben. Da geht die Schere der sozialen Ungleichheit auf – in einer Situation, in der sich viele Kinder ohnehin hilflos fühlen.“

Stressreaktion

Bei etwa 30 Prozent der Kinder aus Familien, die wegen anderer Viruserkrankungen wie etwa der Schweinegrippe in Quarantäne gehen mussten, fanden US-Forscher Symptome einer posttraumatischen Belastungsstörung. Laut Plener eine realistische Zahl, die sich auch auf die Corona-Pandemie übertragen lässt: „An sich können sich Kinder gut gegen Widrigkeiten wappnen, aber nur, wenn sie dabei von einer ihnen vertrauten, erwachsenen Bezugsperson gestärkt werden. Dann wird nicht jede Belastung zum Trauma, die Bewältigungserfahrung kann in den Lebenslauf integriert und bei späteren Herausforderungen

erneut angewandt werden.“ Bekommt das Kind diese fürsorgliche Zuwendung nicht, kann das Folgen für die Psyche haben. Konflikte, die während der Isolationszeit zwischen Eltern und Kinder aufkeimen, können die Beziehung nachhaltig strapazieren.

Stichwort Bezugspersonen: Kinderhilfsorganisationen, beispielsweise die UNICEF aber auch das Wiener Kinderschutz-

„Wir müssen erkennen, dass wir Kinder nicht nur durch die Krise begleiten müssen – sondern auch aus der Krise hinaus“

Ulrike Zartler
Soziologin

zentrum „Die Möwe“ warnen davor, dass in Zeiten der Isolation häusliche Gewalt zunimmt. „Dann werden die Bezugspersonen zum Aggressor. Das Kind hat niemanden, der ihm beständigen Schutz bietet“, sagt Plener.

Um Kindern Sorgen zu nehmen, empfiehlt Plener Erwachsenen, sich den eigenen Um-

gang mit Unsicherheiten zu vergegenwärtigen: „Vor allem kleinere Kinder orientieren sich in ihrer Reaktion auf Bedrohungen an den Eltern, weil sie nur begrenzt eigene Erfahrungswerte haben.“ Der Kinder- und Jugendpsychiater rät zu altersgerechter Aufklärung: „Auch Kinder im Kindergartenalter können das Konzept von Krankheitserregern, und wie diese übertragen werden, nachvollziehen.“ Die nach wie vor gebotenen Sicherheitsmaßnahmen könne man ihnen problemlos erklären, etwa mit Aufklärungsfilmchen („Es war einmal...das Leben“ kennen viele Erwachsene selbst noch aus Kindertagen), Playmobil-Figuren, Büchern (siehe links) – „vor allem aber im Gespräch“.

Unsicherheit auffangen

Unterricht, Tagesrhythmus, Freunde – und damit ein Stück Normalität – kehren nun langsam wieder ins Leben zurück. Was bedeutet es, nach so langer Zeit wieder in den echten Schulalltag einzusteigen? Mit versetzten Stuhlreihen, Desinfektionsmitteln an jeder Ecke und Abstandsregel sei klar, dass in naher Zukunft kein ganz normaler Alltag möglich

sein wird, betont Plener. „Am besten, man spricht die Gegebenheit aktiv an. Je früher und klarer man Dinge kommuniziert, desto geringer die Unsicherheit.“ Grundsätzlich sei die Schulpause verkraftbar, weil mit den langen Sommerferien vergleichbar. Kindern, die Angst davor haben, in die Klasse zurückzukehren, gilt es Mut zu machen: „Man sollte das hervorheben, was das Kind im Homeschooling vermisst hat.“

Ob die Krise einen bleibenden Eindruck bei Kindern, gar seelische Spuren hinterlassen wird? „Kinder sind unbefangener darin, sich an Neues, auch extreme Erfahrungen, anzupassen. Wenn ihnen ein sicheres Umfeld den Raum dafür gibt. Im Grunde gehe ich davon aus, dass die Einschnitte ähnlich prägend sein werden wie Tschernobyl 1989 oder die Terroranschläge des 11. September“, sagt Plener.

Was Kinder in der Corona-Krise erleben, prägt sie sehr, ist sich Soziologin Zartler sicher. Mit den Familien wird sie weiterhin in Kontakt bleiben: „Wir müssen erkennen, dass wir Kinder begleiten müssen – sondern auch aus der Krise heraus.“

„Mit der Schulöffnung bessert sich nichts“

Eltern sind in der Corona-Krise mehrfach belastet. Das wird noch lange so bleiben

Familien. Eltern trifft die Krise besonders hart. Wie hart, beschreibt Viktoria Kiss-Geyer, Mutter von zwei Kindern: „Ich muss mich im Homeoffice voll auf meine Arbeit konzentrieren, gleichzeitig soll ich mit den Kindern lernen und mich noch um den Haushalt kümmern.“

Bisher war das nicht das große Problem: „Ich bin solidarisch und will andere Menschen schützen. Deshalb habe ich die Maßnahmen auch unterstützt.“ Allerdings hoffte sie, dass diese Mehrfachbelastung ein Ende hat, sobald die Schule zumindest teilweise wieder beginnt. Doch weit gefehlt. „Meine Kinder sind neun und elf Jahre alt, eines geht in die Volks-

schule, eines ins Gymnasium. Die beiden wurden jetzt so in Gruppen aufgeteilt, dass sie an unterschiedlichen Tagen zu Hause sind. Keinen einzigen Tag sind sie gemeinsam in der Schule.“ Ihre Bitte, ein Kind in eine andere „Schicht“ wechseln zu lassen, wurde abgelehnt.

Gleichzeitig erwartet ihr Arbeitgeber, dass Viktoria Kiss-Geyer ab Mai wieder mehr im Büro präsent ist. „Mir bleibt dann nichts anderes übrig, als meine Kinder zur Betreuung in die Schule zu geben – dann passiert aber das Gegenteil von dem, was eigentlich vorgesehen war: dass sich möglichst wenig Kinder gleichzeitig im Schulgebäude aufhalten.“

Damit nicht genug: Besonders belastet die Eltern derzeit, dass sie die nahe Zukunft nicht planen können. „Die Arbeitgeber erwarten von uns, dass wir unseren Jahresurlaub jetzt bekannt geben – auch, um die Unternehmensbilanzen nicht zu sehr zu belasten.“

Sommerferien

Doch wie soll man planen, wenn so vieles noch nicht geklärt ist? „Wir wissen nicht, ob wir unseren Sommerurlaub in Kroatien überhaupt antreten können. Auch ist ungewiss, ob die Kinder wenigstens zeitweise bei den Großeltern bleiben können. Wie es mit den Sommercamps weitergeht, weiß bis

jetzt auch niemand.“ Das macht ganz besonders jenen Eltern Bauchschmerzen, die in den vergangenen Wochen ihren Jahresurlaub fast komplett abbauen mussten. Selbst wenn es eine Ferienbetreuung gibt, ist die Frage, wie teuer diese dann ist.

Und wenn es Eltern – meist sind es die Mütter, die alles organisieren – geschafft haben, über den Sommer zu kommen, wird der Herbst nicht weniger herausfordernd. Auch hier wünschen sich viele Eltern, dass man sich jetzt schon Gedanken macht, wie man die Schule dann organisiert. Normalen Alltag wird es bis dahin wohl nicht geben.

UTE BRÜHL

Durch die Krise kneten: Backen tut der Seele gut

Teigarbeit vertreibt unschöne Gedanken



Stress-Therapie. Mehl, Eier, Butter, Zucker, Backpulver, eine Prise Salz, etwas abgeriebene Zitronenschale und ein Schuss Milch: Mit den Zutaten für einen klassischen Gugelhupf-Teig kann man auch unangenehme Gefühle verarbeiten. Das behauptet zumindest der US-amerikanische Psychotherapeut und passionierte Bäcker Jack Hazan. „Es ist unglaublich beruhigend, mit Teig zu arbeiten“, schrieb der New

Yorker kürzlich auf Instagram. Die Wissenschaft gibt ihm recht: Backen ist als sinnlich-kreative Beschäftigung ein ideales Stress-Ventil, wie Forscher zeigen konnten. Es reduziert nachweislich das Stresshormon Cortisol im Blut. Für einen saftigen Gugelhupf 150 g Butter, 50 g Staubzucker, Zitronenschale und Salz cremig rühren, 3 Dotter einzeln dazu mixen. 3 Eiklar unter Zugabe von 100 g Zucker aufschlagen und den Schnee zur Buttermasse geben. 300 g Mehl mit 3 TL Backpulver vermischen, darüber sieben und mit 125 ml Milch unterheben. Masse in eine Form füllen und bei 180 °C ca. 45 Minuten backen. PAMA

