

WIE GEHT ES DEN KINDERN UND JUGENDLICHEN IM Lockdown?



Prof. Kathrin Sevecke

Die psychischen Auswirkungen des Lockdowns auf die Schülerinnen und Schüler, wie diese zu erkennen sind, wie Eltern und Lehrer diesen am besten begegnen können und mit welchen Langzeitfolgen zu rechnen ist.

Grundsätzlich können Kinder ähnlich wie Erwachsene mit unspezifischen psychischen Symptomen auf diesen Lockdown reagieren. Einige entwickelten Ängste. Wir beobachteten Depressivität oder Schlafstörungen und Alpträume sowie Zwangsgedanken und Zwangshandlungen. Wir sahen auch vermehrten Konsum an Substanzen, mehr Impulsivität und Aggression. Schulkinder hatten teils Mühe, sich zu konzentrieren und waren unaufmerksamer. Eine typische Reaktionsweise gibt es allerdings nicht. Wie die Kinder reagieren hängt stark vom Individuum, vom Alter und von der sozialen Situation ab.

Auf jeden Fall hat die psychische Verfassung der Eltern eine ganz wesentliche Auswirkung auf die Bewältigung des Bedrohungslebens durch die Covidkrise bei Kindern. Eine psychische Erkrankung eines Elternteils lässt sich im normalen Alltag oft gut kompensieren, etwa weil der Alltag gut strukturiert ist oder sich die familiären Begegnungen auf bestimmte Zeiten beschränken. Wenn aber alle Familienmitglieder 24 Stunden am Tag über Wochen miteinander auskommen müssen, ist das eine ganz andere Situation und für psychisch labile Personen hoch belastend. Eine Familie mit geringen finanziellen Ressourcen, in der der Hauptverdiener um seine Stelle bangt, gerät leichter an ihr Limit. Der Stress in der Familie und damit auch für die Kinder ist deutlich geringer, wenn die Eltern gesund sind, ein gutes finanzielles Polster haben und kein Jobverlust droht.

Der Kontakt mit Freundinnen und Freunden, der soziale Austausch mit Gleichaltrigen und der regelmäßige Schul-

besuch sind wichtige Elemente des kindlichen Alltags und der psychischen wie psychosozialen Stabilität von jungen Menschen. Ein längerer Ausschluss aus diesen Lern- und Erfahrungsräumen schädigt Kinder und Jugendliche in ihrer kognitiven, emotionalen und sozialen Entwicklung und hinterlässt Spuren, die schon jetzt sichtbar sind und sich auch für längere Zeit nach der Aufhebung der Restriktionen zeigen werden.

Nachteilig wirke sich die Krise vor allem auf jene Kinder aus, die durch den fehlenden Zugang zu Sozialen Medien die Anbindung an Schule und Unterricht verloren haben.

Besonders auffällig erscheint auch das vermehrte Konsumieren illegaler Substanzen bei jenen Jugendlichen, die schon vor der Krise Drogen konsumiert haben. Auch das Internet und Soziale Medien wurden in dieser Zeit noch intensiver genutzt, allerdings liegen hier noch keine Zahlen vor.

Es ist ein gesellschaftlicher Auftrag, die psychische Stabilität der Kinder und Jugendlichen in dieser Krisenzeit aufrechtzuerhalten und da spielt ein altersentsprechender Entwicklungsraum eine große Rolle. In dieser Zeit der Pandemie gibt es viele Regeln und Bestimmungen, die von allen mitgetragen werden sollen oder müssen. Von den Kindern und Jugendlichen wird dabei sehr viel abverlangt und sie können bei Entscheidungsprozessen nicht mitreden. Auch Kinder haben eine Stimme und Ideen und sollten z.B. zu Hygienemaßnahmen und Kontakten gehört werden.