

Kinder in der Corona-Krise:

"Wir sorgen uns um Jugendliche in der frühen Pubertät"

Die fehlenden Kontakte in der Corona-Krise werden psychische Folgen für die Kinder haben. Aber es müssen nicht nur negative sein, sagt eine Entwicklungsneuropsychologin.

Interview: **Parvin Sadigh**

5. Juli 2020, 9:57 Uhr



Kinder haben ihre Kita- und Grundschulfreunde während des Corona-Lockdowns wochenlang vermisst. Jugendliche, die sich eigentlich gerade von ihren Eltern lösen, mussten ihre Geburtstage ohne ihre Freunde feiern. Was hat Corona mit den Kindern und Jugendlichen gemacht? Anja Karlmeier ist Entwicklungsneuropsychologin und leitet die Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der von Bodelschwingschen Stiftungen Bethel. Sie sagt: Die Hirnentwicklung von Kindern und Jugendlichen sei untrennbar mit ihrer sozialen und gesellschaftlichen Entwicklung verbunden, also damit, welche Möglichkeiten sie haben, sich in der Familie, in der Schule und Freizeit zu entfalten. Die Schulschließungen und Kontaktbeschränkungen werden also Folgen haben – aber es müssen nicht nur negative sein.

10 **ZEIT ONLINE:** Frau Karlmeier, welchen Schaden könnten Corona und die Schulschließungen kurzfristig und möglicherweise sogar langfristig in der Psyche von Kindern und Jugendlichen anrichten?

Anja Karlmeier: Wenn die Familien ihren Kindern normalerweise gute oder zumindest zufriedenstellende Bedingungen bieten, werden die Schulschließungen sie in den meisten Fällen weder akut noch latent schädigen. Aber es gibt zwei Gruppen, um die wir uns Sorgen machen. Zum einen sind das natürlich die Kinder und Jugendlichen, die auch sonst schwierige Bedingungen in der Familie haben. Gewalt und Missbrauch konnten nicht gesehen werden, weil der Kontakt zu Bezugspersonen wie den Lehrkräften fehlte. Wenn sie kaum Anregungen in der Familie bekommen, konnten andere Menschen und Aktivitäten das nicht ausgleichen. Schwierige Situationen haben sich durch Corona zugespitzt – mit

Folgen nicht nur in der Bildung, sondern auch in den psychischen Entwicklungsmöglichkeiten der Kinder und Jugendlichen.

ZEIT ONLINE: Und welche Gruppe ist die zweite?

Karlmeier: Das sind die Jugendlichen etwa zwischen elf und 14 Jahren, die in einer kritischen Entwicklungsphase sind. In der Vorpubertät und frühen Pubertät wird alles eingerissen, was zuvor schon aufgebaut wurde: die Hirnentwicklung und die bisherigen Bindungen. Die Kinder erkennen sich selbst nicht mehr richtig wieder, sie sind verunsichert, verstehen nicht, wie sie fühlen. Sie wollen selbstständig sein, haben aber noch nicht die Kompetenzen dafür. Sobald die Phase gut bewältigt ist, können sie autonom und verantwortlich ihr eigenes Leben gestalten.

ZEIT ONLINE: Was fehlte ihnen im Lockdown, um dem gerecht zu werden?

Karlmeier: Für Entwicklung der Selbstständigkeit der Kinder müssen die Eltern ihren Einfluss zurücknehmen. Die jungen Jugendlichen sind auf Erfahrungen und Sozialkontakte außerhalb der Familie angewiesen, um diese Entwicklungsaufgabe zu bewältigen – Sporttrainerinnen gehören beispielsweise dazu, Lehrerinnen und Lehrer und natürlich die Gleichaltrigen. Das Kind muss wählen können zwischen verschiedenen Beschäftigungen und Menschen. Wenn sie wie im Lockdown derart auf sich selbst zurückgeworfen werden, haben sich manche wieder regressiv an ihre Eltern gebunden. Umgekehrt haben auch manche Eltern ihren Einfluss wieder hochgefahren – schon allein wegen der Aufgaben für die Schule.

Wir beobachten auch unabhängig von Corona, dass sich immer mehr junge Jugendliche in dieser Entwicklungsphase extrem zurückziehen: Sie bleiben allein in ihrem Zimmer, sitzen vor dem PC, manche entwickeln Ängste. Der Lernstoff und soziale Anforderungen in der Schule überfordern sie dann oft. Manche gehen schließlich gar nicht mehr zur Schule. Durch die Schulschließungen und fehlenden Freizeitangebote könnten weitaus mehr der jungen Jugendlichen den sozialen Anschluss verloren haben. Aber sie brauchen Partner für ihre Entwicklung. Ich habe die Befürchtung, dass sich bei manchen von ihnen dieser Zustand manifestiert, dass einige in der Isolation verharren und sich nicht gut weiterentwickeln. Dann fehlen ihnen wichtige Grundlagen für ihre psychische Stabilität und für ihre weitere Entwicklung zu einem selbstständigen Leben.

ZEIT ONLINE: Für die Jugendlichen ab 15 ist das kein Problem mehr?

Karlmeier: Auch sie könnten teilweise in ähnliche Problemlagen geraten, wenn sie zuvor noch nicht gelernt hatten, Anforderungen und Krisen zu bewältigen und Verantwortung für ihre sozialen Kontakte zu übernehmen. Aber ich denke, die meisten älteren Jugendlichen kamen mit der Corona-Situation deutlich besser klar – womöglich sogar besser als wir Alten.

ZEIT ONLINE: Wieso?

Karlmeier: Die Generation 15+ kann sich besonders gut an neue Situationen anpassen, sie hat permanent neue Anforderungen zu bewältigen. Es fällt den älteren Jugendlichen leicht, Neues zu denken. Sie machen es uns ständig vor – etwa mit der Digitalisierung oder mit ihrem Engagement für den Klimaschutz. Wir Älteren profitieren eher davon, dass wir bewährte Lösungen für bekannte Probleme gefunden haben, aber mit neuen

Herausforderungen können wir nicht so gut und so selbstverständlich umgehen wie die jungen Menschen.

65 **Das intensive Familienleben kann die jungen Kinder gestärkt haben**

ZEIT ONLINE: Die Sozialkontakte fehlten den Jugendlichen doch auch ...

Karlmeier: Die über 15-Jährigen haben sich nach meiner Beobachtung meist untereinander vernetzt und einander gut über die Zeit gebracht. Zum einen ist es für sie gar nicht so entscheidend wie für uns, sich persönlich zu begegnen. Sie konnten ja schon vorher ihre
70 Beziehungen online pflegen. Zum anderen haben sie wohl auch eigene Wege gefunden, sich ohne das Wissen der Erwachsenen zu treffen – sei es nachts am Lagerfeuer und dergleichen.

ZEIT ONLINE: Wie sieht es mit den Kindern aus?

Karlmeier: Für die Kleinen war es natürlich schade, wenn sie ihr Kitaleben nicht wie gewohnt hatten, und natürlich haben die Eltern gelitten, weil die Betreuung wegfiel. Aber
75 die Vorschul- und Grundschul Kinder hatten durch die neue Situation auch viele Chancen auf Bereicherung.

ZEIT ONLINE: Warum?

Karlmeier: Kurz gesagt, durch ein intensiveres Familienleben. Das Spiel der Geschwister
80 miteinander bekam eine größere Bedeutung. Ich habe gesehen, wie Mutter und Vater mitten in der Woche gemeinsam mit ihren Kindern und einem Bollerwagen in den Wald zogen, mit Holz wiederkamen und gemeinsam ein Tipi bauten. Andere haben neue Rituale etabliert, etwa gemeinsam das Mittagessen zu kochen. Die Kinder konnten ihre Eltern auch in anderen Zusammenhängen erleben, etwa bei der Arbeit im Homeoffice. All das
85 kann stärkend sein für die Entwicklung der jungen Kinder, für die die Eltern noch die wichtigsten Bezugspersonen sind.

ZEIT ONLINE: Sehen Sie noch weitere Chancen?

Karlmeier: Ja, auch manche Kinder und Jugendliche, die eher benachteiligt sind, konnten neue Erfahrungen sammeln. Ein Junge, der von der Jugendhilfe betreut wird, hat zum
90 Beispiel seinen Vater besser kennengelernt – auch wenn es keine rundum gute Erfahrung war, hat er seine Situation besser verstanden. Andere Kinder wurden von besonders engagierten Lehrerinnen und Lehrern regelmäßig zu Hause angerufen. Sie haben erlebt, dass sich Menschen für sie, nicht nur für ihre Leistungen interessieren – das funktionierte auch später in den geteilten Gruppen in der Schule mitunter besser als früher in der Klasse.
95 Außerdem haben viele erfahren, dass sie selbstständig etwas bewältigen können, was sie sich vorher nicht zugetraut haben.

ZEIT ONLINE: Was muss jetzt passieren, vor allem für die Gruppen, denen es nicht so gut ergangen ist?

Karlmeier: Als Erstes müssen wir schauen, welche Kinder und Jugendliche wir aus dem
100 Blick verloren haben. Ausgerechnet die Gruppe, die am längsten von der Schule ferngehalten wurde, waren ja die Fünft- bis Achtklässler, die wie gesagt am meisten auf andere Sozialkontakte außerhalb der Familie angewiesen sind. Alle Kinder und Jugendlichen

müssen nach den Sommerferien wieder eingebunden werden in die Gesellschaft – in die Schule, in die Ausbildung und in Freizeitangebote. Es ist dabei überhaupt nicht wichtig,
105 dass wieder alles so läuft wie früher. Ich spreche auch nicht von verpasstem Lernstoff, den es aufzuholen gilt, sondern von Entwicklungsanregungen. Es sollte also nicht entscheidend sein, ob die vorgesehene Menge an Arbeitsblättern bearbeitet wird, sondern dass es wieder verbindliche persönliche Kontakte für die Schülerinnen und Schüler gibt.

ZEIT ONLINE: Der Plan ist, die Schulen wieder ganz zu öffnen nach den Ferien. Aber was
110 ist, wenn das nicht gelingt, weil einzelne Schulen wieder schließen müssen oder alle, wegen einer zweiten Infektionswelle?

Karlmeier: Vieles ist in den Schulen inzwischen eingeübt und im Laufe der Zeit gut organisiert worden. Die Schulen sollten sich jetzt darauf konzentrieren, ein verbindliches System mit kleinen Lerneinheiten zu etablieren, in die Mitschüler und Lehrkräfte verlässlich
115 eingebunden sind – im Klassenzimmer oder zur Not auch online. Ich würde mir wünschen, dass es dann mehr um kreative Projekte und individuell gestellte Aufgaben geht, die die Jugendlichen selbstständig bewältigen oder in ihrer Kleingruppe erarbeiten können. So werden sie in ihrer sozialen und persönlichen Entwicklung gestärkt und ihr Arbeitsverhalten gefördert. Ein guter Nebeneffekt ist, dass die Eltern dann auch nicht mehr mit ihren
120 Kindern lernen müssen.

Schule ist aber nicht der einzige Ort, an dem es wieder außerfamiliäre Angebote für Kinder und Jugendliche geben muss. Wir sprachen ja davon, wie wichtig es ist, auch und gerade die Altersgruppe der elf- bis 14-Jährigen zu erreichen – da sind wir alle gefordert.

ZEIT ONLINE: Woran denken Sie dabei?

125 **Karlmeier:** Die Angebote sollten natürlich möglichst breit gefächert sein, um die verschiedenen Interessen und unterschiedlichen Bedürfnisse dieser Altersgruppe anzusprechen. Bei uns in der Beratungsstelle haben wir zuletzt überraschend gute Erfahrungen mit einer Jungengruppe gemacht – Titel: "Gemeinsam stark, wenn die Erwachsenen anstrengend werden". Die Jungen kamen murrend, ihre Eltern hatten sie geschickt. Aber dann haben
130 sie eine Verlängerung gefordert – und durchgesetzt, dass die Mütter und Väter sich auch zusammensetzen.

ZEIT ONLINE: Können Sie noch kurz ein Beispiel nennen, was Sie da machen und was das bewirkt?

135 **Karlmeier:** Zusammen mit einem Heilpädagogen sehen sich die Jungs Filmausschnitte an oder nehmen selbst im Rollenspiel Szenen auf Video auf, die sie dann gemeinsam besprechen. Bei jedem Treffen kümmern sie sich um ein bestimmtes Thema, wie zum Beispiel Kennenlernen, Streit, Gefühle, Stress ... Es geht also ums Hinschauen und Hinhören, darum Gefühle bei sich und den anderen wahrzunehmen, Stärken zu entdecken, Wege und Lösungen zu finden – nachdem die Jungen sich gemeinsam darin erprobt hatten, konnten
140 sie gar nicht genug davon bekommen, wie es schien. Doch auch das haben sie dabei gelernt: sich am Ende einen guten Schluss zu setzen.

<https://www.zeit.de/gesellschaft/familie/2020-07/kinder-corona-krise-psychische-folgen-entwicklungspsychologie/komplettansicht#print>