



Foto: CosmesDirekt

„Einsamkeit kann uns schwer krank machen“, sagt der Erlanger Kinderpsychologe Guther Moll. Das betrifft in Zeiten von Corona auch und vor allem die Kinder, die sehr viel schwerer mit der Situation umgehen können als Erwachsene.

„Wir sind alleine nicht lebensfähig“

Menschen brauchen andere Menschen und Kinder brauchen andere **KINDER** – in Zeiten von Corona ist das aber nicht immer ganz einfach, mit fatalen Folgen.

Herr Prof. Moll, setzt der Lockdown Kinderseelen zu?

Zuerst einmal, er setzt allen – auch uns Erwachsenen – zu. Und Kinder spüren, wenn sich ihre Eltern große Sorgen machen und so stark belastet sind. Der Lockdown ist eine extreme Stresssituation, und das aus mehreren Gründen: Wir können die Viren nicht mit unseren Sinnen wahrnehmen, der Gegner ist also unsichtbar, wir haben Angst um uns, unsere Familien – Kinder vor allem um ihre Großeltern – und Freunde, wir sind der Politik ausgeliefert und haben keinerlei Mitsprache – siehe Schüler*innen für ihre Schule –, wir haben keine Gewissheit, wie lange dieser Gefährdungszustand anhalten wird und wir haben kein Verhaltensprogramm, mit dieser Gefahr richtig umzugehen.

Unsicherheit und Angst – in vielen Familien zudem noch die große Sorge um die finanzielle Zukunft – lasten schwer auf der Seele. Und dies besonders auf Kinderseelen, die ja erst „in Entwicklung“ sind und noch weniger „Bewältigungsstrategien“ wie Erwachsene haben. Negativ verstärkend kommen noch die räumliche Enge vieler Wohnungen und der Bewegungsmangel hinzu.

Welche psychischen Folgen können Kontakteinschränkungen bei Kindern haben?

Wir Menschen sind von Geburt an alleine nicht lebensfähig. Wir brauchen Mitmenschen – und dies unser ganzes Leben lang. Einsamkeit kann uns schwer krank machen und ein Leben in tiefer Verzweiflung und Depression bedeuten. Wir können an Einsamkeit sogar versterben.

Dabei sind wir von klein an grundsätzlich auf ein soziales Miteinander ausgerichtet. Dieses müssen wir aber selbst erfahren, einüben und im Alltag leben. Und dies ist der entscheidende Punkt bei Kindern: Sie können ihre „Hauptaufgabe“, nämlich gemeinsam mit Gleichaltrigen

zu spielen, nicht mehr ausüben – Spielen ist wesentlich für das Wohlbefinden von Kindern, für ihre Entwicklung auf allen Ebenen – hier vor allem auch das Bewältigen von sozialer Unsicherheit und Angst – und für das Erlernen eines sozialen Miteinanders. Bei Jugendlichen geht es darüber hinaus um feste Freundschaften, das Aktivsein in Vereinen und das Erfahren erster Liebesbeziehungen. Die Folgen sind also zweifach negativ, einerseits auf das Wohlbefinden bis hin zu Ängsten, depressiven Verstimmungen wie auch unsozialem, aggressivem Verhalten, andererseits ein „Zurückbleiben“ in entscheidend wichtigen menschlichen Bereichen.

Beobachten Sie in jüngster Zeit eine Zunahme entsprechender Fälle bei sich in der Erlanger Kinderpsychiatrie?

Nein. Diese Antwort darf aber nicht missverstanden werden. Wir waren nämlich schon vor der „Corona-Krise“ – bei monatelangen Wartezeiten – bis auf den letzten Platz belegt und könnten auch die in unserem Neubau mit bisher 34 Betten im 2. Stock immer noch nicht eingerichtete 14 Betten-Station sofort füllen. Zum zweiten musste unsere Tagesklinik geschossen werden.

In dieser Woche werden wir diese wieder schrittweise öffnen, aber



Einsamkeit kann uns schwer krank machen.

auch hier ist der Bedarf weit höher als die Anzahl der 23 Plätze. So wird eine weitere Zunahme fast gar nicht mehr „ins Gewicht“ fallen. Dies



Foto: privat

In Zeiten der Corona-Pandemie erleben Familien eine nie da gewesene [Ausnahme-)Situation, Besonders die verordnete Kontaktsperre scheint Kinder besonders stark zu setzen. Wir sprachen darüber mit Prof. Dr. Gunther Moll. Moll ist Professor für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie an der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg und Leiter der Kinder- und Jugendabteilung für Psychische Gesundheit am Universitätsklinikum Erlangen, der selbst Vater von fünf Kindern ist.

zeigt den Gesamtzustand meines Fachgebietes beziehungsweise des psychischen Gesundheitszustandes von etwa 25 Prozent unserer Kinder und Jugendlichen, den ich ganz einfach dramatisch finde. Wir haben – wie im gesamten Gesundheitssystem – kein Primat der Vorbeugung und Verhütung, sondern der Reparatur und Langzeitbehandlung. Bedenken Sie einmal, welche „finanziellen Verluste“ in jährlicher Milliardenhöhe für die „Gesundheitswirtschaft“ entstünden, wenn alle psychischen Störungen des Kindesalters frühzeitig und bestmöglich behandelt oder die Entstehung von Übergewicht und Adipositas verhindert würden!

Fürchten Sie, dass sich bei anhaltender Kontaktsperre diese Zahlen erhöhen könnten?

Ja. Da diese Antwort kurz ist, etwas anderes zur Kontaktsperre. Diese hätte gar nicht so einschränkend ausfallen müssen, wenn die Empfehlungen der Katastrophenschutz-Experten schon vor Jahren umgesetzt worden wären, also für den Fall einer Virus-Pandemie in unserem Land genügend Schutz- und Vorrichtungen vorzuhalten. Dann hätten wir alle sofort Nasen-Mundschutzmasken – und Risikobereiche entsprechende Bekleidung – tragen können und Kindergärten und Schulen nicht völlig geschlossen werden müssen. Kinder können übrigens, wenn wir ihnen dies vorbildlich lernen, ab einem Alter von drei Jahren einen Nasen-Mund-Schutz tragen, sie lernen ja auch, sich selbst anzuziehen und „auf den Topf zu gehen“. Also ein riesengroßes Versagen unserer Politik.

Wie können Sie den Kindern helfen?

Ich selbst werde nicht müde werden, für Kinder und ihre Rechte – unter vielem anderen auf das erreichbare Höchstmaß an Gesundheit – zu kämpfen, auch wenn ich dafür ständig „Prügel“ einstecken muss.

Dazu gehören auch Kindergärten und Schulen mit bester Ausstattung und Personalschlüsseln von 1 zu 5 beziehungsweise 1 zu 12 bis 15 sowie eine mindestens zehnprozentige Lohnerhöhung für Erzieher*innen und Lehrer*innen und eine für alle Schularten gleiche Bezahlung. Der Raum- und die unzureichende Personalausstattung werden ja gerade mehr als deutlich – und dass wir in unserem wohlhabenden Land von einer „Notbetreuung“ sprechen, ist einfach ein „Armutszugnis“.

In der Klinik können wir hingegen auf vielen Gebieten zurzeit nur

wenig helfen, so logischerweise bei Schulschwierigkeiten und sozialen Ängsten, aber auch nicht beim kritischen Medienkonsum bis hin zur Video- und Computerspiel-Abhängigkeit. Denn hier geht es ja nicht um ein reines Verbot, sondern darum einem Kind/Jugendlichen wieder zu lernen, dass das echte Leben schöner und wertvoller ist als die virtuelle Welt, die aber keine „Kontaktsperre“ bekommen hat.

Haben Sie ein paar Tipps, was Eltern unternehmen können, um einen Lagerkoller zu vermeiden?

Nein, denn Tipps kann man bei Kleinigkeiten geben, nicht in einer so schweren Krisensituation. Entscheidend sind die Möglichkeiten, die Eltern haben – und diese werden von der finanziellen Lage – zum Beispiel große Wohnung, eigenes Kinderzimmer und eigener Garten – bestimmt beziehungsweise begrenzt.



Wir haben kein Primat der Vorbeugung und Verhütung.

Ich kann nur sagen, welchen Respekt und welche Achtung ich vor unseren Eltern habe, die auch jetzt alles für ihre Kinder geben und alles „unter einen Hut“ zu bringen versuchen – was übrigens schon vor der Corona-Krise für so viele mehr als schwierig war. Und welche wichtige Rolle in unserem „Kinderversorgungssystem“ Großeltern spielen. Sie sind einfach Gold wert und müssen so schnell wie möglich wieder „einsatzbereit“ sein.

Interview: MARKUS HÖRATH