

## **Allianz für Kinder und Jugendliche: „Kindergesundheit in Corona Zeiten“**

Die gute Nachricht: Kinder bekommen, je kleiner desto weniger oft und schwer eine Corona Infektion. Die weniger gute Nachricht: Sie sind von den Begleitmaßnahmen zumindest gleich betroffen wie die Erwachsenen bzw. wie viele Studien zeigen, sind sie sogar in einem noch größeren Ausmaß belastet. Gleichzeitig können sie sich nur selber schwer zu Wort melden und werden ihre Belange im politischen Diskurs zu wenig beachtet. Daher benötigen gerade sie in dieser Zeit noch mehr die verständnisvolle Unterstützung der Erwachsenen.

Auch wenn Kinder und Jugendliche im Regelfall sehr anpassungsfähig sind und dank ihrer Kompensationsfähigkeit mit der Situation unterschiedlich gut zurechtkommen, gibt es vielschichtige Problembereiche, die oft auf den ersten Blick nicht sofort erkennbar sind. Hier sind einige Corona assoziierte Folgen und Aspekte aufgelistet:

### **1. Körperliche, gesundheitliche Folgen:**

Bewegungsmangel: Im Lockdown führen fehlende institutionelle Sportmöglichkeiten in Vereinen oder öffentlichen Sportstätten (z. B. Hallenbäder) bzw. Bewegungsmangel aufgrund geschlossener Kindergärten und Schulen zu vermehrtem Auftreten von Übergewicht in allen Altersstufen. Oft sind Eltern wie Kinder nicht gewohnt oder in der Lage auf Eigeninitiative für ausreichende Bewegung zu sorgen. Die häufig als angenehmer empfundene *Indoor*-Beschäftigung mit TV, Laptop, Handy etc. in Verbindung mit gut gemeinter erhöhter Kalorienzufuhr (nach dem Motto „man gönnt sich ja sonst nichts“) führt zwangsläufig zur Einlagerung dieser Kalorien und damit zu Übergewicht. Daneben leidet die sportliche Kompetenz der Kinder in ihren Stammbereichen Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Koordination, was wieder zu möglichen Spätfolgen wie Haltungsschwäche etc. führen kann.

Mangelnde medizinische Versorgung: Was vor März 2020 gelegentlich aus Sorge um das Kindeswohl zu viel von Ärzt\*innen kontrolliert wurde, wird nun manchmal ins Gegenteil verkehrt. Die Angst vor einer Corona-Infektion lässt Eltern oft auch mit kranken Kindern zu Hause bleiben, die einer ärztlichen Behandlung bedürften. Als Spitze des Eisberges gibt es dokumentierte Fälle von schwer kranken Kindern, die definitiv zu spät einer ärztlichen Kontrolle und Behandlung zugeführt wurden und somit intensivere, längere Therapie benötigen, um die Krankheit zu überwinden.

Aber auch notwendige Impftermine wurden bzw. werden nicht wahrgenommen. In den Schulen werden die Routine-Auffrischungsimpfungen kaum noch durchgeführt - mit dem Effekt, dass evtl. zu spät geimpft wird oder ganz darauf vergessen wird. Das heißt die Gefahr einer Infektion mit z. B. Keuchhusten oder Masern steigt wieder an.

### **2. Psychische Gesundheit, psychosomatische Beschwerden, (familiäre) Krisen:**

Kinder sind vielfach einer Stimmung der Sorge und Angst ausgesetzt. Sie erleben die kollektive Verunsicherung und den Stress der Erwachsenen mit, auch die oft gravierenden Ängste der Eltern. Sei es die Angst um den Job, die finanzielle Zukunft oder auch nur das ungewohnte zu Hause sein. Wie ein Urlaub - verbunden mit einem anderen Tagesablauf und Dauerkontakt – in der Familie Spannungen erzeugen kann, kommt es im erzwungenen permanenten Zusammensein oft zu unliebsamen Interaktionen. Kinder spüren diese negativen Schwingungen eventuell noch mehr als Erwachsene, wissen aber nicht woher sie kommen und verarbeiten sie auf ihre Weise, was wiederum neue Spannungen mit unterschiedlichen Reaktionsformen von Rückzug bis Aggression oder psychosomatische Beschwerden wie Kopf- und Bauchweh auslösen kann. Die seit Monaten vorherrschende Isolation führt - den

Erfahrungen aus der täglichen Praxis zufolge - auch zu steigendem Suchtmittelkonsum, steigender Abhängigkeit von Computerspielen und digitalen Medien.

Miterlebte Gewalt - die häufig unerkannte Gefahr für Kinder in Corona-Zeiten: Corona-bedingte partnerschaftliche Gewalt bringt für viele Kinder eine zusätzliche Problematik zu den ohnehin schon starken täglichen Belastungen: Wissenschaftliche Studien belegen, dass Kinder und Jugendliche, die unmittelbare Zeug\*innen von häuslicher bzw. partnerschaftlicher Gewalt wurden, ebenfalls Trauma-Symptome entwickeln können. Diese Trauma-Symptome können schon bei Kleinkindern auftreten und unterscheiden sich nicht wesentlich von den Folgen selbst erlebter Gewalt. Viele der betroffenen Kinder und Jugendlichen brauchen professionelle Hilfe und Unterstützung bei der Aufarbeitung des Erlebten.

Den gesteigerten Druck und die psychischen Belastungen, unter denen Kinder derzeit als Folgen der Pandemie leiden, beobachten Kinderärzt\*innen, Schulärzt\*innen, Sozialarbeiter\*innen, Therapeut\*innen oder Mitarbeiter\*innen von Beratungsstellen. Je nach Konstitution und häuslichem Umfeld entwickeln die jungen Menschen Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme, Alpträume, Spannungs- und Unruhezustände, Ängste, Zwänge (Waschzwang), autoaggressives Verhalten (Ritzen), aber auch Depressionen, vor allem unter den 14-17-Jährigen, bis hin zur Suizidalität.

Die drastische Reduktion bzw. sogar der gänzliche Entfall spezifischer therapeutischer Angebote vieler Einrichtungen (z. B. Gruppenangebote für Kinder, Jugendliche oder Eltern) aber auch von niedergelassenen Therapeut\*innen haben zu einer weiteren Unterversorgung geführt. Die Folgen sind chronische Verläufe und eine Verschlimmerung des Zustandes akut erkrankter Minderjähriger, sowie eine Zunahme akuter Krisensituationen.

### **3. Auswirkungen von Schließungen der Bildungseinrichtungen:**

Die negativen Folgen sind vielfältig und enorm: Sie verstärken die sozialen Ungleichheiten, sei es durch die mangelhaften technischen Möglichkeiten zu Hause oder die nicht optimale Unterstützung. Lernziele können vielfach nicht erreicht werden, die Bildungsschere droht sich jedenfalls weiter zu vergrößern. Sie treffen besonders jene, die ohnehin schon benachteiligt sind, insbesondere auch psychisch kranke Kinder und solche mit Behinderungen.

Zudem sind Bildungseinrichtungen mehr als Orte der Wissensvermittlung. Sie sind auch Schutz – und Lebensraum, gerade für Kinder und Jugendliche, die in stark konfliktbelasteten Familien oder prekären Lebensverhältnissen leben. Zudem fehlen den Kindern und Jugendlichen aufmerksame Pädagog\*innen, die Veränderungen und Verhaltensauffälligkeiten erkennen können oder als Ansprechpersonen außerhalb der Familie, denen sie sich anvertrauen können. So wurde beispielsweise durch die Schließungen so manche Kindeswohlgefährdung oder Anorexie zu spät erkannt.

Je nach Ampelschaltung dürfen „schulfremde Personen“ die Schule nicht mehr betreten. Dies führte dazu, dass erforderliche Unterstützungsleistungen wie Logopädie, Ergotherapie, Karies-Prophylaxe oder auch Hilfe bei Mobbing ausgesetzt wurden und sich Familien diese entweder anderwärtig organisieren mussten oder diese ersatzlos entfielen.

Ein sich mehrmals wiederholendes, länger andauerndes Schließen der Schulen bringt aber auch und ganz wesentlich den Verlust wichtiger und für die Entwicklung heranwachsender Menschen notwendiger Sozialkontakte. Das gilt auch für den Kindergartenbesuch, der das Einüben von altersadäquatem und sozial verträglichem Verhalten in sozialen Räumen ermöglicht. 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.

#### **4. Kontakteinschränkungen – Stressfaktor für das soziale Wohlbefinden:**

Kontaktreduzierung im Sinne „körperlicher Distanz“ war und ist zur Prävention einer weiteren raschen Virusausbreitung notwendig. Die starken Einschränkungen betreffen Familien und Kinder in ihrer Entwicklung jedoch in einem erheblichen Ausmaß. *„Zur Erziehung eines Kindes braucht es ein ganzes Dorf“*, so lautet ein afrikanisches Sprichwort, dieses Dorf ist Kindern teilweise abhandengekommen.

Die Unmöglichkeit, Freund\*innen und die erweiterte Familie (Großeltern) zu treffen, das Fehlen der Schulklassengemeinschaft, der Ausfall von sozialen Freizeitaktivitäten und freiwilligen sozialen Aktivitäten u. a. auch durch geschlossenen Jugendzentren sind die Folge. Ganz wesentlich fehlt den Kindern aller Altersstufen in dieser Zeit der soziale Kontakt mit Gleichaltrigen, die direkte Interaktion in ihrer Peer-Group. Der verstärkte Einsatz neuer Medien ist hier hilfreich, kann aber persönliche Kontakte in ihrer Ganzheit und über längere Zeit nicht ersetzen.

Wichtig ist, Verständnis für Jugendliche zu haben und Kindern zu vermitteln, dass gemeinschaftliches Tun nicht als falsch, sondern das derzeitige Verhalten in der aktuellen Situation als leider notwendig erklärt wird. Den Wert von solidarischem Verhalten, die emotionale Verbundenheit und Perspektiven (nach dem Motto: „Licht am Ende des Tunnels“) aufzuzeigen, können dabei helfen.

Besuchskontakte: Für Kinder getrennt lebender Eltern oder Kinder, die längere Zeit in einer stationären Einrichtung (sozialpädagogischen Wohngemeinschaften, Krankenhaus) verbringen, hat die Corona-Krise eine zusätzliche Auswirkung: Die Besuchskontakte zu ihren nächsten Angehörigen (Eltern, Geschwister) wurden und werden aufgrund von Grenzsicherungen, Hausordnungen oder anderer COVID-19 Bestimmungen ausgesetzt, oder stark eingeschränkt.

#### **Empfehlungen:**

Nicht alle Kinder erleben die Krise gleich: Wenige, die profitieren, da sie in Ruhe zu Hause ungestört (z. B. wg. Mobbing) spielen oder arbeiten können. Einige, die weder profitiert haben, noch beschädigt wurden, also es geschafft haben, den Anforderungen flexibel zu begegnen. Andere die durch den fehlenden Zugang zur digitalen Infrastruktur und fehlender häuslicher Unterstützung bildungsmäßig zurückfallen, und manche, die sich zu Hause in hochpathologischen familiären Strukturen „gefangen“ finden und die sichere Schulumgebung und andere außerfamiliäre Lebensräume schmerzlich vermissen.

Wie die meisten Studien jedoch zeigen, fühlen sich generell viele junge Leute mit ihren Sorgen in der Corona-Zeit nicht gehört. In einer bundesweiten Studie aus Deutschland sagten knapp die Hälfte der 15- bis 30-jährigen Befragten, überwiegend Angst vor der Zukunft zu haben, während sie gleichzeitig den Eindruck hätten, dass ihre Bedürfnisse von der Politik nicht wahrgenommen würden.

Wir appellieren daher zur Minimierung der unerwünschten Nebenwirkungen der Krise für Kinder und Jugendliche indem:

- Kinderbetreuungseinrichtungen und Schulen, und zwar für alle Schulstufen (also auch für die Oberstufe) inklusive regelmäßigem Unterricht und sozialen Aktivitäten

unter Ausschöpfung aller zur Verfügung stehenden Alternativen (größere Räume, Testungen...) und Einhaltung der vorgeschriebenen Hygienemaßnahmen geöffnet werden/bleiben;

- Medizinische und therapeutische Einrichtungen in einen Vollbetrieb hochgefahren bzw. weitergeführt werden;
- Unterstützungsleistungen für lernschwache, sozial benachteiligte oder chronisch kranke und behinderte Kinder nicht weniger, sondern erweitert werden;
- (therapeutischen) Maßnahmen und Angebote für Kinder zur Bewältigung von Ängsten, Stress und anderen Belastungen ausgebaut werden;
- Maßnahmen zur Kompensation von Bildungschancen (nicht „geschenkte“ Noten oder Prüfungen) gesetzt werden;
- das bio-psycho-soziale Modell von Gesundheit gerade auch während der Pandemie berücksichtigt wird;
- Fachleute für Kindergesundheit, Kinderrechte und Kinderschutz in allen öffentlichen Gremien zur Bewältigung der Pandemie etabliert werden.

Gleichzeitig appellieren wir an alle Erwachsenen: Bitte seien Sie verantwortungsvoll und verständnisvoll mit den jungen Menschen, es sind Kinder und Jugendliche! Bedenken Sie, was es beispielsweise für ein Kleinkind bedeutet, wochenlang wegen eines Absonderungsbescheids als Kontaktperson nicht draußen an der frischen Luft spielen oder für 15-Jährige wochen- und monatelang keine Freund\*innen treffen zu dürfen. Tatsache ist, dass sich junge Menschen im selben Ausmaß an die Corona-Regeln halten wie die Erwachsenen. Daher die Bitte, seien Sie gute Vorbilder und halten Sie sich an die Maßnahmen zur Bekämpfung der Pandemie, damit nicht die Kinder die Leidtragenden sind und die Folgen wie Schulschließungen etc. ausbaden müssen, auch sie sind schützenswert!

Wenn Sie Hilfe, Rat und Information brauchen, wenden Sie sich bitte an eine Beratungsstelle.

Allianz für Kinder und Jugendliche:

Dr. Holger Förster, Obmann der Fachgruppe Kinder- und Jugendheilkunde Salzburg

Dr.<sup>in</sup> Andrea Holz-Dahrenstaedt, Kinder- und Jugendanwältin des Landes Salzburg

Primar Dr. Klaus Kranewitter, Ambulatorium für Entwicklungsdiagnostik und Therapie

Mag. Peter Trattner, Kinderschutzzentrum Salzburg