



Folge 31

WIE GEHT ES DEN KINDERN MIT CORONA? EIN UPDATE

28.01.2021

Martin Hammerl
Moderator

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie
von der Kinderrehabilitation Wildbad

www.wildbad.at

Martin Hammerl

In der allerersten Folge unseres Podcasts „Mein Weg zu bester Gesundheit“, haben wir darüber gesprochen, wie sich die Coronakrise psychisch auf Kinder auswirkt. Also alles was dazugehört – Lockdown, Schulschließungen, die Krankheit an sich und so weiter. Das Gespräch war im Mai 2020. Seitdem ist viel passiert und es wird Zeit für ein Update. Ich bin zu Gast in Klagenfurt in der Ordination von Dr. Brigitta Lienbacher. Sie ist Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und psychotherapeutische Medizin. Außerdem Primarärztin in

der Kinderrehabilitation Wildbad in der Steiermark. Frau Dr., Sie waren meine Gesprächspartnerin in der allerersten Folge. Vielen Dank, schön, dass Sie sich die Zeit wieder nehmen!

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ich danke Ihnen für die neuerliche Einladung!

Martin Hammerl

Ich bin Martin Hammerl und das ist heute unser Thema bei „Mein Weg zu bester Gesundheit“. Frau Doktor, erste Frage natürlich – wie geht es den Kindern nach fast einem Jahr Coronakrise psychisch?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Das ist eine gute Frage. Ich kann es jetzt nur von meiner Arbeit und vom Rehaszentrum und von zu Hause sagen, aber ich glaube, dass wir vieles nicht wissen, wie es den Kindern geht. Es hat sich auch in dem Bereich viel an Forschung getan bzw. hat es viele Projekte gegeben von unterschiedlichen Einrichtungen, die dazu Lageberichte veröffentlicht haben, wo wir einen Teil sehen, wie es den Kindern geht, die wir erreichen, aber ich glaube, dass wir von einem großen Teil der Kinder gar nicht wirklich wissen wie es ihnen geht.

Veränderungen in der Arbeit mit Kindern (01:48)

Martin Hammerl

Wenn Sie jetzt an Ihre eigene Arbeit denken im Laufe des letzten Jahres, hat sich die groß verändert? Merken Sie da etwas in der Arbeit mit Kindern?



Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Es hat sich schon insofern ganz massiv verändert, indem das Corona Überthema allgegenwärtig ist. Dann hat sich insofern viel verändert, weil die Folgen oder auch die Schwierigkeiten nicht so evident werden dadurch, dass viele Kinder nicht erreichbar sind. Es hat auch eine Zeit gebraucht, bis dann die Hilfsangebote wieder angelaufen sind, bis überhaupt wieder bekannt war, dass die Kinder zu Therapeuten gehen können. Auch die Rehaeinrichtung war drei Monate ganz zu, bis wir wieder aufsperrten haben dürfen. Dann haben wir zuerst schon einen Ansturm gemerkt und jetzt mit zunehmender Dauer des Lockdowns und auch dieser einschränkenden Maßnahmen, ziehen sich aus meiner Sicht die Leute oder die Kinder auch immer mehr wieder in die eigenen vier Wände zurück und nehmen Angebote auch nicht mehr so an, wie es jetzt noch zum Beispiel im Sommer war. Von der inhaltlichen Arbeit hat es sich insofern verändert, dass diese Störungsbilder natürlich durch Lockdown und Rückzug verstärkt werden, so etwas wie Ängstlichkeit, Zwanghaftigkeit, Depressionen, sozialer Rückzug. Das sind jetzt die Hauptthemen eigentlich der Kinder, die wir beobachten.

Auswirkungen (03:15)

Martin Hammerl

Da können Sie zumindest wirklich schon sagen, das alles rundherum hat eine direkte Auswirkung darauf, wenn Sie auch sagen, Corona ist immer im Hinterkopf bei den Kindern jetzt?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ja, das ist das Riesenthema. Wir müssen da wieder nach den Altersgruppen differenzieren. Wir haben kleine Kinder, die mit den Müttern

kommen. Und im Hinblick auf unsere Rehabilitation, die fünf Wochen dauert, wo die Eltern dann ihre Struktur haben, wo sie entlastet sind, wo die Kinder betreut sind, wo die Kinder auch in die Schule gehen können, die dann nicht nur einmal sagen: „Wie soll ich zu Hause weitermachen? Ich habe dort niemanden. Da nimmt mir keiner was ab. Die sozialen Kontakte sind eingeschränkt, ich bin dort alleine.“ Das trifft natürlich vor allem die alleinerziehenden Mütter, aber auch konfliktbehaftete Paarbeziehungen in die sie dann zurückmüssen. Bei Kindern die Förderungen brauchen, bis das wieder anläuft, die aber angebunden sind, das ist schon massiv einschränkend. Und bei den älteren Kindern, wo zum Beispiel Schulwechsel anstehen und große Unsicherheit besteht, wie das weitergehen soll. Auch die Lehrstellensuche ist ein Riesenproblem. Die Zukunftsperspektiven für die Jugendlichen sind derzeit ganz schwierig. Auch mit ihnen daran zu arbeiten, weil wir es selber nicht wissen. Wir wissen nicht wann wieder Lehrstellen starten, wie es mit Ausbildungsprogrammen aussieht, wie es überhaupt mit den Schulen weitergeht.

Martin Hammerl

Eben, weil auch wir Erwachsenen keine logischen Antworten geben können auf das Ganze.

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Genau, das ist sehr schwierig.

Anpassungsfähigkeit von Kindern (05:04)

Martin Hammerl

Gibt es da eigentlich so etwas wie einen Gewöhnungseffekt bei Kindern psychisch? Wir Erwachsene kennen das ja. Irgendwann wird



jede Situation einmal normal, wenn wir es kennen. Wie ist das bei Kindern psychisch? Ist es schwieriger, leichter vielleicht sogar?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Grundsätzlich sind die Kinder fast leichter anpassungsfähiger, weil sie einfach nicht anders können. Die sind abhängig und daher lernen sie sich anzupassen. Die Gefahr ist, dass dann Zustände für normal empfunden werden, die nicht normal sind und dass die Kinder dann das empfinden, dass man den ganzen Tag am Handy sitzen oder vor einem Computer als das Normale ansieht. Jetzt kann man natürlich darüber streiten, was ist normal und was ist nicht normal, aber ich würde mal behaupten, für Menschen ist es normal, dass man sich sozial austauscht, dass man Freunde trifft, dass man sich in Gruppen bewegt und das muss man langsam bei allen Maßnahmen mitbedenken, dass man sagt, was ist denn im Rahmen der Norm und wo muss man sagen, das geht so nicht mehr, da müssen wir eine andere Lösung finden. Wir können nicht einen Teil der Menschen komplett abschirmen von einem sozialen gesellschaftlichen Leben.

Martin Hammerl

Weil sonst der Schaden in einem anderen Bereich vielleicht viel größer wäre.

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Genau. Das Glück ist, dass sich Kinder grundsätzlich gut anpassen, aber man muss auch bedenken, wie lange ist der Zeitraum, wie lange können sie das, wie lange kann man das auch als Eltern kompensieren und mittragen und wann kommt der Punkt, wo Handlungsbedarf ist und wo man sagt, jetzt ist das nicht mehr gesund für die Kinder oder nicht mehr zumutbar für die Kinder.

Martin Hammerl

Trifft das eine Altersgruppe härter bei den Kindern? Geht es da mehr um die Kleineren oder um die Teenager vielleicht?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ich glaube einfach in unterschiedlicher Weise. Die Kleineren haben jetzt Gott sei Dank wieder die Möglichkeit in den Kindergarten zu gehen und die Institutionen haben sich auch insofern angepasst, als sie das Prozedere in den Fördereinrichtungen, in den Schulen so verändert haben, dass ein Schutz da ist, aber dass trotzdem die Kinder dorthin können und auch mit ihren Problemen dort aufschlagen können. Für die Jugendlichen, die jetzt gar nicht raus dürfen oder gar nicht in Gesellschaft kommen, ist es glaube ich jetzt ein Punkt, wo das nachhaltige Folgen haben kann, wenn man jetzt nicht eine Lösung findet für sie.

Martin Hammerl

Eben, weil gerade bei den Jugendlichen war ja wenig Präsenzunterricht in den Schulen. Da war wenig, wo sie wirklich raus konnten. Bei den Kleineren ist es vielleicht sogar ein bisschen besser in dieser Situation, weil die sind ja schon wieder im Kindergarten teilweise und schon wieder draußen. Das heißt, das spielt schon mit rein?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Man merkt auch wie die Leute rausdrängen. Wenn es zum Beispiel darum geht Skifahren zu gehen, ist es ja kein Wunder, dass die Leute versuchen das zu nutzen. Ich glaube in die Richtung muss man arbeiten, dass man Räume schafft, wo die Menschen bzw. Kinder ein normales Leben führen können, wo sie sich bewegen können, wo sie Freunde treffen können, weil es einfach eine Auswirkung hat



auf unser soziales Leben und auf unsere Gesellschaft und auf unser Denken und auf unser Gefühl, wie wir uns in einer Gemeinschaft fühlen. Sicher kann es einmal notwendig sein das einzuschränken, aber auf die Dauer ist das nicht gesund und nicht zumutbar.

Martin Hammerl

Der Schulstart jetzt im Jänner war ja ein großes Hin und Her wegen des genauen Zeitpunkts. Wenn jetzt Kinder wieder in die Schule gehen, gerade auch die älteren vielleicht, die lange zu Hause waren, kann das überhaupt noch irgendwo ein normaler Schulalltag sein, wie die Kinder ihn kennen oder ist da irgendwo immer das Corona dann wieder im Hinterkopf? Wie sehr können sich Kinder anpassen an so einen veränderten Alltag?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Wenn man es ihnen gut erklärt, dann glaube ich, dass die Kinder sich gut anpassen können. Ich finde auch, dass eine Maske zu tragen das geringere Übel ist als den ganzen Tag zu Hause zu sitzen oder gar nicht in die Schule zu gehen. Es kommt ganz viel auf das „Wie“ an. Wie erkläre ich es den Kindern, wie viel Verantwortung übertrage ich den Kindern je nach Altersgruppe, wie stehen die Lehrer selbst dazu, wie groß ist die Angst oder wie groß ist die Zuversicht und davon hängt das glaube ich ab, wie gut die Kinder damit umgehen können. Das ist jetzt von der psychischen Ebene. Von der körperlichen Ebene ist es natürlich davon abhängig, gebe ich den Kindern Freiräume, dürfen die draußen spielen, wie verbringen sie ihre Pausen, gibt es Sportunterricht, gibt es dazwischen Unterricht, wo sie ein bisschen freier sind. Ich glaube das kann man schon gut für die Kinder gestalten, das es auch gut passt und dass die Kinder diese Anpassungsleistung erbringen können. Ich finde es

wäre eine Chance, das jetzt zu nutzen, um sich zu überlegen, wie viele Kinder gehen in eine Klasse, wie viele Kinder kann ich einer Pädagogin überhaupt zumuten bzw. wie viel schafft eine Pädagogin. Das wäre jetzt ein guter Zeitpunkt zu überlegen, machen wir wieder generell kleinere Klassengrößen, damit die Kinder besser mitkönnen. Wenn man die schwierige Zeit nutzen will, dann würde ich sagen in diese Richtung alte Muster zu überdenken und zu sagen, was wäre denn generell besser. Es ist für ein Kind viel schwieriger sich in einer Klasse mit 25 Kindern einzufügen als wenn da jetzt zehn Kinder drinnen sind.

Auch Lehrer können einen Beitrag leisten (11:25)

Martin Hammerl

Da gäbe es also einige Baustellen. Sie haben auch schon Lehrerinnen und Lehrer erwähnt. Was können die tun, um es den Kindern dann wieder leichter zu machen in der Schule? Müssen die dann Optimismus versprühen oder wie funktioniert das am besten?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Es ist sicher gut, weil die Kinder sehen wie die Erwachsenen reagieren und richten sich auch danach. Was sicher nicht sein sollte, was ich auch gehört habe, dass die Lehrer dann sagen: „Ihr seid selbst schuld, weil ihr im Sommer im Schwimmbad wart und deshalb sind jetzt im Herbst die Zahlen so explodiert!“

Martin Hammerl

Das haben Sie tatsächlich so gehört?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Das habe ich tatsächlich so gehört. Erstens stimmt das nicht und zweitens provoziert man



bei den Kindern entweder Ängste, also Ängste werden verstärkt oder man produziert Widerstand. Das ist ja klar. Das sind einfach Dinge, die nicht passieren dürfen. Wahrscheinlich brauchen Pädagogen da auch eine spezielle Schulung und umgekehrt muss man sagen, es gibt ganz viele engagierte Pädagoginnen und Pädagogen, die auch wirklich jetzt mehr Arbeit haben, wenn sie das sorgfältig machen, wie sie es bei Präsenzunterricht hätten. Mein Empfinden ist, dass die Lehrer gerne selber wieder in ihre Klassen zurückwollen. Die wollen ihre Kinder wiedersehen und bei sich haben, aber ich glaube, dass der Erfolg viel davon abhängt, wie wir Erwachsene den Kindern die Informationen, die Zuversicht transportieren, dass es wieder besser werden wird und dazu brauchen wir ein stringentes gut fundiertes Konzept, wie das weitergehen kann.

Probleme von Kindern und Jugendlichen werden oft nicht ernst genommen (13:15)

Martin Hammerl

Kommen wir noch mal zum Thema – psychischer Zustand von Kindern an sich. Sie haben in einem Interview mit der kleinen Zeitung im Oktober gesagt: „Psychische Probleme bei Kindern und Jugendlichen werden in unserer Gesellschaft gerne verschwiegen. Man spricht nicht darüber.“ Ich höre es schon ein bisschen heraus, es hat sich an dem Punkt anscheinend nicht viel geändert, aber eigentlich möchte man doch meinen, dass uns jetzt gar nichts anderes mehr übrig bleibt als darüber zu sprechen. Also geht das anscheinend noch immer in eine falsche Richtung?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Mein Eindruck ist, dass es zurzeit stagniert. Wir haben jetzt andere Probleme, die sollen

sich nicht so haben, das ist ja nicht so schlimm jetzt ein bisschen zu Hause zu bleiben. Das ist mein gesellschaftlicher Eindruck. Es ist alles überlagert mit diesem Coronathema. Das war schon besser. Es ist glaube ich schon in die richtige Richtung gegangen, dass das mehr gesehen wurde bei den Kindern, aber einfach auch, weil es sichtbarer war durch die Schulen, durch Sportvereine, Einrichtungen, wo Kinder von Experten gesehen wurden. Jetzt ist wieder mehr die Tendenz, dass die alles mit sich selber ausmachen und mit den Eltern und es gibt so zwei Lager. Die einen Eltern sagen es ist so super, wir sind daheim mit den Kindern, so gut haben wir noch nie geredet und so viel Zeit haben wir noch nie gemeinsam verbracht. Aber es gibt auch genau die andere Seite, wo dann wirklich Konflikte erst zutage treten, die eigentlich gelöst werden müssten und die nicht gelöst werden können, weil einfach so ein Rückzug besteht.

71% der Kinder fühlen sich psychisch belastet (14:52)

Martin Hammerl

Keine leichte Situation. Vor allem auch eine Studie des Universitätsklinikums Hamburg Eppendorf hat im Sommer schon aufgezeigt, dass von 1000 befragten Kindern 71 Prozent gesagt haben: „Ich fühle mich psychisch belastet durch die Coronakrise.“ Das war im Sommer, das ist jetzt auch schon wieder Monate her. Wie wirkt sich jetzt die weitere Dauer dieser Krise Ihrer Meinung nach aus? Würden Sie glauben, dass dieser Prozentsatz wahrscheinlich noch höher ist, derjenigen die sagen, dass sie sich belastet fühlen?



Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ich glaube schon, dass mit der Dauer der Maßnahmen das auch zunimmt. Dann ist zusätzlich jetzt Winter, wo man auch nicht raus kann, wo die Tage kürzer sind, wo es schneller dunkel wird. Es gibt auch in Österreich schon einiges an Forschungsprojekten und eben der Bericht zur Lage der Kinder- und Jugendgesundheit in Österreich 2020 ist aufgebaut auf dem Coronathema und wenig überraschend zeigen sich genau diese Themen jetzt vermehrt, dass die Kinder aus unterprivilegierten Familien und schwierigen sozialen Verhältnissen weiter abgehängt werden zu den Kindern, wo eigentlich ein gutes harmonisches Familienleben da ist, die ausreichend Wohnraum haben, die keine finanziellen Sorgen haben. Da glaube ich schon, dass die nicht so darunter leiden, aber was mir in meiner Praxis auffällt, dass es viele Mädchen mit Essstörungen gibt, die zu Hause dann beginnen die Kalorien zu zählen, die dann auf Instagram nur mehr super Topmodels sehen und nicht mehr den realen Abgleich haben mit ihren Freundinnen zum Beispiel. Medienkonsum der massiv zunimmt, was jetzt auch nicht nur schlecht ist, aber wenn es keine Alternative mehr zum Youtube-Videos schauen oder Xbox spielen gibt, hat das auch wieder körperliche Folgen im Sinne von der Gewichtszunahme und es fehlt einfach der Ausgleich.

Martin Hammerl

Die Studienleiterin aus Hamburg wurde dann auch zitiert mit der Aussage: „Wir haben mit einer Verschlechterung des psychischen Wohlbefindens gerechnet. Allerdings nicht so deutlich.“ Die Autorinnen, Autoren sind da überrascht worden, dass dann doch 71 Prozent gesagt haben, dass sie sich psychisch belastet fühlen. Sind Sie ebenfalls überrascht

oder hätten Sie doch in dieser Höhe damit gerechnet von Ihrer Erfahrung her?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ehrlich gesagt schon, weil das Thema wirklich alles überlagert. Es gibt kein Gespräch, das man mit irgendwem führt, wo nicht irgendwann das Thema erwähnt wird, weil es einfach überall ist. Mich überrascht es nicht. Wahrscheinlich ist die Ausprägung sehr unterschiedlich und die Art der Belastung könnte ich mir auch vorstellen, dass manche eher aggressiv werden, andere wieder depressiv. Was ich immer wieder höre, ist die Belastung durch das Distance-Learning mit den digitalen Medien, was sehr anstrengend ist, wo die Jugendlichen oft sagen, dass sie sich nicht mehr konzentrieren können und das sie oft das Pensum nicht mehr schaffen. Die Eltern sind vor allem bei den kleineren Kindern gefordert. Jeder der Kinder hat und die Hausaufgabensituation kennt weiß, dass das um vieles schwieriger ist als in der Schule, weil man das als Eltern auch nicht gelernt hat und weil es da ganz andere Konflikte gibt zwischen Kindern und Eltern als jetzt zwischen der Pädagogin und dem Kind. Das ist ein ganz anderes Verhältnis. Also mich wundert es ehrlich gesagt nicht.

Hohe Akzeptanz bei den Kindern (19:02)

Martin Hammerl

Was mich auch interessieren würde – wie sehr sind eigentlich Kinder in der Lage, solche Lockdown-Maßnahmen als notwendig und vernünftig zu begreifen? Gerade auch wenn wir von kleineren Kindern sprechen. Ist da dieses rationale Verständnis überhaupt da, dass es heißt, okay wir müssen jetzt zu Hause bleiben oder ist das einfach nur eine Störung des Alltags?



Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ich bin verwundert wie hoch die Akzeptanz bei den Kindern ist und wie brav die sich an alles halten und wie sie es akzeptieren, dass sie Mund-Nasen-Schutz tragen und sich die Hände desinfizieren und Abstand halten, auch wenn sie jetzt die Oma besuchen gehen. Das hat mich wirklich überrascht und da muss ich wirklich sagen, dass ist ein gutes Zeichen, welches man auch anerkennen sollte, dass die so vernünftig sind. Aus meiner Erfahrung ist es ganz selten, dass man da auf Widerstand trifft oder jemand der sagt: „Nein das mache ich nicht. Ich trage keine Maske.“ Das ist ganz selten.

Psychische Probleme erkennen (20:05)

Martin Hammerl

Wenn ich jetzt ein Kind in meiner Umgebung habe, wenn ich wirklich eine Bezugsperson bin, sei es Elternteil, sei es Oma, Opa, Geschwister, Freund. Woran erkenne ich jetzt, dass es wirklich einen Zeitpunkt zum Handeln gibt? Das irgendwo psychische Probleme, wenn sie nicht schon da sind, dass sie sich zumindest anbahnen? Was sind so die typischen Erkennungsmerkmale?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Da muss man wieder bisschen zwischen Altersgruppen und auch der Persönlichkeit differenzieren. Ängstliche Kinder ziehen sich dann noch mehr zurück, sind nicht mehr erreichbar. Weinen sie viel, haben eine traurige Stimmung, essen nichts, schlafen nicht oder können sich nur schwer konzentrieren, dann sollte man schnell handeln, weil es ist nicht absehbar, dass sich die Rahmenbedingungen bald wirklich sehr ändern werden und dann sollte

man sich eine Einschätzung von einer Expertin oder einem Experten holen, ob das krankheitswertig ist oder ob es die vorübergehende Krise ist. Bei den kleinen Kindern und bei den Buben treten vor allem Störungen im Sozialverhalten auf. Also wenn sie gereizt sind, wenn sie aggressiver sind, motorisch unruhiger sind, sollte man sich auch Unterstützung holen. Die Kinder haben auch oft unterschiedliche Bedürfnisse. Medienkonsum – wenn die Kinder gar nicht mehr wegzukriegen sind von ihrem Handy, von ihrer Xbox, von ihrem Tablett, dann sollte man auch unbedingt handeln, weil für die Kinder wird es normal und das kann man dann auch nicht mehr argumentieren, warum es dann nicht mehr so ist. Immer in Kontakt bleiben, auch den Kindern nachgehen ins Zimmer, wenn man merkt sie sitzen nur im Zimmer, auch wenn sie die Eltern rausschmeißen und ihre Ruhe haben wollen. Die Kinder sind dann oft gerade in solchen Ausnahmezuständen noch verletzlicher als sonst, die interpretieren dann, dass sich die Mama nicht für einen interessiert, wenn sie nicht reinkommt. Daher sollte man lieber den Kontakt ein bisschen einfordern als zu wenig, weil es ganz schlimm für die Kinder ist, wenn sie das Gefühl haben, das es keinen interessiert wie es ihnen geht oder was er oder sie macht.

Probleme ansprechen und Hilfe suchen (22:35)

Martin Hammerl

Das heißt, als allererstes das Gespräch suchen mal? Ich sollte solche Sachen schon immer mit den Kindern ansprechen? Verstehe ich das richtig?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Genau.



Martin Hammerl

Und dann im Zweifelsfall professionelle Hilfe holen? Beim Hausarzt als erstes oder gleich psychologische Hilfe? Was sind so die ersten Schritte, wenn ich jetzt wirklich das Gefühl habe, ich bin überfordert, ich habe das Gefühl mein Kind hat ein Problem?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Genau. Ich würde schauen nach psychosozialen Zentren, Kinder- und Jugendpsychiater, eventuell Kinderärzte und Schulpsychologie gibt es auch. Die Schulen sind offen, es gibt ja den Zugang zur Schulpsychologie oder Kindergärtnerinnen, Betreuende ansprechen. Es gibt im Internet auch schon einige Seiten, zum Beispiel die österreichische Liga für Kinder- und Jugendgesundheit, wo man sich Ratschläge holen kann.

Martin Hammerl

Also Möglichkeiten gibt es genug in die Richtung?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Ja, gibt es Gott sei Dank und die Institutionen sind auch offen und haben sich angepasst an das neue Setting und sind auch telefonisch erreichbar oder über Videotelefonie. Da hat sich schon sehr viel getan.

Wünsche für die Zukunft (23:49)

Martin Hammerl

Spielen wir kurz einmal „Wünsch dir was“. Wenn wir jetzt das infektiologische Geschehen wirklich mal komplett außen vorlassen, was wären jetzt aus Ihrer Sicht die wichtigsten Dinge, die für Kinder aus psychischer Sicht wieder notwendig wären? Der Kontakt zu anderen wäre auf jeden Fall weit oben, kann ich

mir vorstellen. Was wäre da noch ganz oben auf der Wunschliste?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Kontakt zu anderen impliziert, wieder einen möglichst normalen Alltag leben zu können, sprich Schulen, Betreuungseinrichtungen wieder öffnen so gut es geht, Sport im Freien wieder machen dürfen. Beim Fußballtraining tut mir persönlich das Herz weh, wenn ich weiß wie viele kleine Buben nicht ihre Emotionen ausagieren können motorisch, weil sie vor dem Handy gefesselt sind oder vor dem Tablet.

Langzeitfolgen (24:46)

Martin Hammerl

Wenn wir jetzt an die Zukunft denken, vielleicht zwei Jahren in die Zukunft, vielleicht auch zehn Jahre in die Zukunft und wir denken darüber nach, wie sich Kinder an diese Zeit erinnern werden. Was glauben Sie bleibt den Kindern da im Gedächtnis, vielleicht auch gerade den kleineren, die das alles noch nicht wirklich voll verarbeiten können?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Gute Frage. Kann man jetzt nur aus jetziger Sicht sagen, weil es wird sicher viel davon abhängen, wie das jetzt weitergehen wird. Was ich glaube, dass eine kollektive existenzielle Angst im Gedächtnis bleiben könnte. Da sind sicher wir als Erwachsene gefragt, wie wir den Kindern trotzdem eine Sicherheit geben können, dass es wieder weitergehen wird. Aber diese ursprüngliche Angst, du könntest, wenn du deine Oma besuchen gehst daran schuld sein, dass sie stirbt, das hat vermutlich bei den Kindern, die da empfänglich sind oder verletzlich sind ordentliche Spuren hinterlassen. Das



wird eine Weile brauchen, bis das wieder hoffentlich irgendwann ungezwungen und von Herzen und ohne Angst passieren kann. Was vielleicht noch im Gedächtnis bleibt ist, was alles möglich ist, wenn es sein muss. Wie man eingeschränkt wird, wie viel man akzeptiert, wie anpassungsfähig eine Gesellschaft eigentlich ist und was schlimm wäre, wenn für die Kinder zurückbliebe, wir stehen untergeordnet zu anderen gesellschaftlichen Schichten in unseren Rechten, wir werden da nicht so gehört oder nicht so ernst genommen. Könnte aber leider auch der Fall sein.

Martin Hammerl

Haben Sie das Gefühl aktuell?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Aktuell habe ich ein bisschen das Gefühl. Obwohl man sagen muss, die Kinder halten sich super, die sind total brav, die sind so einsichtig und so vernünftig. Aus meiner Sicht sollte man das mitberücksichtigen, indem man ihnen wieder einen Alltag ermöglicht.

Die Eltern der Kinder (27:08)

Martin Hammerl

Sie haben in Ihrer Arbeit nicht nur unter Anführungszeichen mit den Kindern zu tun, sondern auch immer auch mit den Bezugspersonen, mit den Eltern, mit den Großeltern. Wie geht es denn denen Ihrer Erfahrung nach? Wie schlagen sich denn Österreichs Eltern aktuell?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Die Eltern mit denen ich jetzt Kontakt gehabt habe sind sehr diszipliniert, verständnisvoll und unterstützend, was die Coroneinschränkungen betrifft. Da haben wir nie ein Problem gehabt. Wenn man denkt, wir haben hier unser Setting verändern müssen, wir arbeiten alle

mit den Masken bzw. FFP-2-Masken, wir haben reduzierte Aufnahmen, die Kinder dürfen nicht nach Hause fahren, die haben kein Heimfahrtswochenende, wir haben die Besucher reduziert bzw. ganz genau geregelt und eingeschränkt. Das ist vorbildlich wie sich die daranhalten und wie verständnisvoll die Eltern sind.

Martin Hammerl

Ich könnte mir gut vorstellen, dass es aber trotzdem Eltern gibt, die auch schon irgendwo an der Grenze angekommen sind der Belastungsfähigkeit? Haben Sie für die vielleicht ein, zwei Sätze noch zum mitgeben?

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Das man sich vielleicht selber auf die Schulter klopft und sagt: „Gut gemacht“ und trotzdem aber eingesteht, wenn es zu viel ist und sagt, okay es gibt professionelle Einrichtungen, die da helfen und begleiten und das auch einmal ein Abstand gut ist. Es gibt die Möglichkeit die Kinder professionell behandeln zu lassen, auch stationär, das ist in Ordnung in solchen krisenhaften Zeiten und einfach gut auf sich zu schauen.

Martin Hammerl

Das war unser Update zur psychischen Situation in der sich Kinder in Coronazeiten befinden. Vielen Dank Dr. Brigitta Lienbacher für das zweite Gespräch!

Prim. Dr. Brigitta Lienbacher

Sehr gerne.



Martin Hammerl

Ich hoffe bei unserem dritten Gespräch haben wir dann schon schönere Aussichten zu verkünden. Kinder nach Corona, diese Folge wünschen wir uns. Vielen Dank!