

Mit jungen Kinder über die COVID-19-Pandemie reden

Kaum mehr Gespräche, die nicht beim „Coronavirus“ landen. Kaum eine Handlung, die nicht vor dem Hintergrund der COVID-19-Pandemie eine spezielle Note erhält. Das betrifft auch die Kinder. Wie nun aber mit ihnen darüber reden?

Es gibt bereits viele wertvolle Tipps zum Umgang mit Kindern in Zeiten der Pandemie, etwa bei Unicef, bei Pro Juventute und vielen anderen Institutionen nachzulesen. Im Folgenden einige Überlegungen zum Gespräch mit Kindern hierzu aus dem Marie Meierhofer Institut für das Kind. Der Fokus liegt dabei auf dem Reden mit jungen Kindern, also mit Säuglingen und Kleinkindern.

<p>Jedes Kind erlebt die Veränderungen unterschiedlich und wechselnde Gefühle.</p>	<p>Die Pandemie hat auf jedes Kind eigene Auswirkungen. Bei vielen werden die Lebensräume begrenzter, Schule, Kita, Spielgruppe, Spielplatz fallen weg. Bei anderen fehlen auch wichtige Kontakte zu Grosseltern und engen Freunden. Einige Kinder sehen ihre Eltern nun viel zuhause, andere erleben Eltern, die aufgrund ihres Berufes oder sonst speziellen Aufgaben nun sehr beansprucht sind. Für manche Kinder ist gar der persönliche Kontakt mit einem oder beiden Eltern eingeschränkt oder gar unterbrochen.*</p> <p>Manchmal kommt beim Kind Angst auf, manchmal Widerstand, bisweilen auch Freude an der (wieder-)gefundenen Nähe im alltäglichen „Hausarrest“. Bei Säuglingen bleibt der Alltag möglicherweise in vielem gleich, jedoch ist vielleicht die Mama, der Papa angespannter ...</p>
<p>mit Kindern über die Situation reden</p>	<p>Es erscheint uns selbstverständlich, dass mit Kindern über die Pandemie, das Virus und seine Auswirkungen geredet wird, und zwar sowohl mit ganz jungen Kindern und auch mit älteren Kindern und Jugendlichen.</p> <p>Das Thema ist allgegenwärtig und die Einschränkungen im Alltag fordern Erklärungen. Bereits Säuglingen hilft es, wenn ihre Bezugspersonen in Worte fassen, was geschieht.</p> <p>Kinder haben oft sehr gute Ideen für den (neuen) Alltag und wie darin ein Rhythmus gefunden werden kann, der für alle in der Familie oder Gruppe passt.</p>
<p>sich auf das Erleben des Kindes einstellen</p>	<p>Als erwachsene Person sollte man sich vergegenwärtigen, wie ein Kind in einem gewissen Alter seine Situation möglicherweise sieht, was es ganz konkret erlebt und was seine höchstpersönlichen Fragen sein könnten.</p> <p>Vielleicht kann das Kind gewisse Fragen selbst stellen, einige muss die erwachsene Person aufgrund des Verhaltens und der Gefühlslage des Kindes erraten. Denn es kann ja sehr anspruchsvoll sein, Gefühle und Gedanken in Worte zu fassen, vor allem, wenn diese auch noch in verschiedene Richtungen gehen.</p>
<p>emotional passende Antworten geben</p>	<p>Wie auch zu anderen Zeiten geht es nun darum, das Kind in seinem Erleben ernst zu nehmen und ihm mit Auskunft, emotionalem Halt und Klarheit zur Seite zu stehen. Kinder brauchen passende, bezogene und stimmige Antworten.</p> <p>Antworten sollten vor allem auch die emotionalen Bedürfnisse eines Kindes berühren. Möchte das Kind beruhigt werden? Versteht es etwas nicht und ist verwirrt? Ärgert es sich über gewisse Einschränkungen? Braucht es Einblick in die Ernsthaftigkeit der Lage? Hilft es ihm zu erkennen, was sein Beitrag sein kann?</p>

Schwieriges auch ehrlich ansprechen	<p>Dabei sollten die Antworten ehrlich bleiben, vor allem, wenn vielleicht auch Schwieriges, wie etwa die Risikobelastung durch eine Berufssituation, der Streit unter den Eltern zu einem bestimmten Thema oder die Krankheit eines Familienmitglieds benannt werden muss.</p> <p>Es ist gerade in Krisenzeiten wichtig, dass Kinder möglichst viel von dem, was sie umgibt, verstehen dürfen. So wird ihre Verunsicherung geringer.</p> <p>Die Erwachsenen können dazu stehen, dass auch sie selber vieles nicht wissen und Forscherinnen und Forscher daran sind, viele neue Sachen zu entdecken.</p>
eigene Stimmungen benennen	<p>Kinder spüren gut, wenn ihre Eltern selbst beunruhigt oder in einer unguuten Stimmung sind. Es wird für sie einfacher, dies zu ertragen, wenn sie erklärt bekommen, was ihre Mutter, ihren Vater gerade bedrückt oder verärgert.</p>
zusammen philosophieren	<p>Mit Kindern, die dafür bereit sind, ist es nun ein guter Zeitpunkt, sich über Leben, Lebensführung, Krankheit, Tod, Politik, Gesellschaft, Macht und viele weitere Themen zu unterhalten.</p> <p>In Gesprächen kann man gemeinsam ein philosophisches Verständnis herstellen und vielleicht gerade im Lichte der Coronakrise Dinge neu beleuchten.</p> <p>Am einfachsten geht das, wenn sich die erwachsene Person von einer Frage des Kindes leiten lässt und mit dem Kind zusammen einen Gedankenfaden spinnt.</p>
andere Themen aufkommen lassen	<p>Es wäre sehr schade, wenn das Thema Coronakrise alles verdrängt und jedes Gespräch beherrscht. Darauf ist nicht nur im Gespräch mit dem Kind zu achten sondern insbesondere auch, wenn Erwachsene miteinander reden oder sich über Medien informieren.</p> <p>Keinesfalls sollten Kinder ständigen medialen Informationen ausgesetzt sein und damit direkt oder über die Gespräche der Erwachsenen überflutet werden.</p> <p>Es tut gut und ist wichtig, sich im Familienalltag immer wieder anderen Themen zuzuwenden und manchmal ganz bewusst das Thema der Pandemie auszulassen.</p> <p>Gerade das Zusammenleben mit Kindern birgt viele Chancen, zusammen fröhlich zu sein und es lustig zu haben – oder sich über etwas Gewöhnliches zu ärgern.</p>

* Siehe dazu:

COVID-19-Pandemie und Beziehungskontinuität für junge Kinder – Überlegungen aus gesundheitlicher und entwicklungspsychologischer Perspektive

31.03.2020 – © MMI – Sabine Brunner, Katharina Hardegger, Giulietta von Salis, Heidi Simoni