

Liebe Eltern,

die wachsende Verbreitung des Corona-Virus ist überall Thema. Viele von uns sind mehr oder weniger verunsichert. Für manche ist es weniger beunruhigend und erscheint (noch) nicht so nah. Andere, die z.B. Angehörige haben, die bereits an anderen Erkrankungen leiden und deren Immunsystem geschwächt ist, nehmen die aktuelle Entwicklung mit mehr Sorge wahr. Zurzeit fallen täglich Entscheidungen, die unseren vertrauten Lebensalltag stark beeinflussen und deutlich verändern.

Wir nehmen diese Situation zum Anlass und wenden uns besonders an Sie als Eltern, denn:

auch an unseren Kindern geht das Thema natürlich nicht vorbei, haben sie durch die Schließung der Schulen und Kindertagesstätten doch unmittelbar mit Veränderungen ihres eigenen Lebensalltags zu tun. In unterschiedlicher Art und Weise sind viele von ihnen durch Sie als Eltern, durch die Schule oder in der Kita bereits informiert worden, und natürlich schnappen sie auch viele Informationen aus unseren Erwachsenen-Gesprächen auf, oder aus dem Fernsehen oder sozialen Medien. Das kann zu ganz unterschiedlichen Reaktionen und Verarbeitungsprozessen führen, die eher nach außen oder eher nach innen gerichtet und natürlich auch vom jeweiligen Alter des Kindes abhängig sind.

Vielleicht erleben sie es als ungerecht, Aufgaben aus der Schule über den Schulserver zu erhalten, während der kleine Bruder, der zur Grundschule geht „einfach frei“ hat. Manche sind eher verunsichert und anhänglich oder ihnen ist langweilig. Einige machen sich auch ganz konkret Sorgen um Oma und Opa, weil sie schon etwas erfahren haben über Ansteckung und Menschen mit besonderen Risiken. Andere finden es einfach nur blöd, dass der Osterurlaub ausfällt oder bekommen mit, dass die Eltern gestresst sind, weil es schwer ist, die Betreuung zu regeln.

Und: Kinder nehmen auch die Stimmungen und Unsicherheiten ihrer Eltern und Bezugspersonen wahr. Die kleineren sind geradezu darauf angewiesen, denn so entwickeln sie ihre eigenen Bewertungen. Die älteren grenzen sich bisweilen bewusst von den Bewertungen und Vorgaben der Eltern ab. Also jede Menge Raum für das Entstehen von Konflikten, die eigentlich Normalität sind und zum Größerwerden dazugehören. Doch wenn insgesamt die Anspannung hoch ist, weil auch die Erwachsenen unter Stress sind, Ängste oder Unsicherheiten haben, weil sie z. B. mit beruflichen oder finanziellen Unklarheiten zu leben haben, die sich aus der aktuellen Situation ergeben, liegen auf allen Seiten schneller als gewöhnlich mal die Nerven blank.

Wir möchten Sie auf zwei Informationen hinweisen, die Eltern dabei unterstützen können, Ihren Kindern zu erklären, was es mit dem Corona-Virus und den damit einhergehenden veränderten Verhaltensweisen auf sich hat, denn Kinder kommen in aller Regel besser mit belastenden Ereignissen klar, wenn man sie ihnen in altersangemessener Weise genauso erklärt, wie sie wirklich sind.

Auf der Homepage der Stadt Wien gibt es ein eigens für Kinder hergestelltes kurzes Video dazu.

<https://www.wien.gv.at/video/2706/Das-Coronavirus-Kindern-einfach-erklart>

Und über den folgenden Link finden Sie eine kurze Elterninformation des Bundesamtes für Bevölkerungsschutz und Katastrophenhilfe.

www.bundesgesundheitsministerium.de/fileadmin/Dateien/3_Downloads/C/Coronavirus/Handreichung_COVID-19_Tipps_fuer_Eltern.pdf

Zusätzlich zur Information Ihrer Kinder ist es ratsam, ihnen Raum für ihre Gefühle oder Ängste zu geben, diese ernst zu nehmen, zu verstehen, um dann mit Trost und Rat beruhigend zur Seite zu stehen. Auch bei Kindern fällt die eine oder andere Reaktion heftiger aus, wenn Anspannung und Unsicherheit vorherrschen.

Vielleicht helfen Ihnen diese Informationen oder Sie kennen möglicherweise in Ihrem Umfeld Eltern, an die Sie sie weiterleiten mögen.

Darüber hinaus möchten wir Ihnen Unterstützung anbieten, wenn Sie

- weitergehende Fragen bezüglich des Umgangs mit Kindern zum Thema Corona-Virus haben,
- sich in diesem Zusammenhang Sorgen machen, wenn ihr Kind zum Beispiel mit Ängsten reagiert
- das Gefühl haben, dass es im Moment zunehmend zu Spannungen kommt
- mit Sorge darüber nachdenken, wie es über längere Zeit auf engem Raum erträglich bleibt
- ...

Für diese oder ähnliche Fragen und Anliegen, die sich auf die kindlichen und familiären Auswirkungen zur Zeiten des vorherrschenden Themas „Corona-Virus“ beziehen, sind wir für Sie da. Vielleicht haben wir ja den einen oder anderen Rat, der für Sie passen könnte. Oder es tut vielleicht gut, ein offenes Ohr zu finden und ein wenig von der Last loszuwerden oder damit ernstgenommen zu werden.

Rufen Sie uns gern an! Sie erreichen uns für die Fragen rund um das Thema „Corona – nicht nur eine medizinische Herausforderung für Familien“ unter den bekannten Nummern (siehe Startseite) der

Erziehungsberatung Braunschweig und Gifhorn

montags bis freitags von 09:00 bis 12:00 und 14:00 bis 17:00 Uhr (freitags bis 16:00 Uhr),

Jugendberatung bib

montags bis freitags von 14:00 bis 17:00 Uhr

Wir wünschen Ihnen, dass Sie für sich und Ihre Kinder einen guten und sicheren Weg durch die derzeit bestehenden ungewohnten Turbulenzen finden, um gesund wieder in ruhigeres Fahrwasser zu gelangen.