Kindgerechte Erklärungsversuche

Wie erklären Eltern ihren Kindern die Corona-Krise?

Die Corona-Krise kann auch bei Kindern zur Belastung werden und zu Verunsicherungen führen, informiert die Bundesregierung. Die möglichen Folgen: Der Appetit und die Konzentration lassen nach, Schlafroutrinen ändern sich, sie reagieren müde oder gar gereizt. Eltern sollten für ihr Kind da sein. Oft ist es schon eine große Hilfe, wenn eine vertraute Bezugsperson in der Nähe ist. Eltern sollen mit ihren Kindern über die aktuelle Situation reden, aufmerksam zuhören und auch dann geduldig sein, wenn das Kind zum wiederholten Male über seine Eindrücke berichtet.

Es wird empfohlen, dem Kind altersgerechte Fakten und Informationen zu geben. Dazu gehört auch, ehrlich zu sein: Mütter und Väter sollten ihren Kindern erklären, warum sie nicht ihre Freunde oder Großeltern besuchen können. Auch Fragen, die das Kind hat, sollten ehrlich beantwortet werden – also auch dann, wenn man die Antwort nicht weiß. Eltern sollten auch ganz offen sagen: „Das weiß ich nicht.“ Wenn Eltern gestresst oder besorgt sind, sollten sie ihre eigene Betroffenheit nicht verheimlichen, sondern offen darüber sprechen, ohne allerdings den Teufel an die Wand zu malen. Das hilft dem Kind zu verstehen, warum alle so besorgt reagieren.

Vermeiden Sie beunruhigende Berichterstattung.

Die aktuelle Berichterstattung über das Coronavirus kann Heranwachsende beunruhigen. Auch weil Kinder und Jugendliche selbst etwa durch Schulschließungen, Quarantänemaßnahmen oder Krankheitsfälle im Bekanntenkreis direkt betroffen sind, ist eine sachliche Aufklärung wichtig.

Eltern sollten altersgerechte Informationsquellen im Internet oder im Fernsehen nutzen und vermeiden, eigene Ängste unmittelbar auf die Kinder zu übertragen. Für Jüngere ist es empfehlenswert, gemeinsam mit den Eltern kindgerechte Formate zu nutzen, die die aktuelle Situation altersgerecht erklären.

Doch wie geht man mit den vielen Fragen der Kinder um?

Klein- und Vorschulkinder brauchen Unterstützung, den sich verändernden Alltag zu verstehen. Wichtig ist es deshalb zu erklären, warum die Kita geschlossen hat, Hände waschen derzeit noch wichtiger als sonst ist und Oma und Opa oder Freunde erstmal nicht besucht werden können. Kinder in diesem Alter können Ängste entwickeln, dass etwa sie oder ihre Eltern schwer erkranken. Sie fürchten sich vor allem davor, ihre Eltern zu verlieren oder von ihnen getrennt zu werden. Sie wollen wissen, dass die Eltern alles tun, um sie und sich selbst zu schützen.

Schulkinder verstehen bereits, dass große Anstrengungen unternommen werden, die Verbreitung des Virus zu verlangsamen und Ärzte an einem Impfstoff arbeiten. Auch die Ausmaße der aktuellen Pandemie sind ihnen eher bewusst. Das kann Ängste um das Wohl der eigenen Familie wecken. Die Kindern sollten erfahren, dass die gegenwärtige Situation nichts mit Schuld und Strafe zu tun hat. Sie haben nichts falsch gemacht. Kinder fragen nach, warum ihre eigene Schule geschlossen wurde oder was passiert, wenn eine bekannte Person an dem Virus erkrankt und wollen Verantwortlichkeiten geklärt wissen. Eltern können hier vor allem auf kindgerechte Informationsquellen zurückgreifen, z. B. die Sendung mit der Maus oder logo-Kindernachrichten.

Bei Teenagern bedeuten Auflagen wie Quarantäne oder die Absage von Veranstaltungen besondere Einschränkungen. Diese können in ihnen ein Gefühl der Ungerechtigkeit wecken. In diesem Zusammenhang sollten Eltern versuchen, Verständnis für die Situation zu wecken und darauf hinweisen, dass die Einschränkungen alle Menschen betreffen, unabhängig von deren Alter.

Antwortvorschläge auf Kinderfragen

Warum bleiben Schulen geschlossen?

Gerade in Schulen kommen jeden Tag viele Menschen zusammen und könnten sich leicht gegenseitig anstecken. Wenn man alle Schulen eine Weile schließt, könnte es einfacher sein, die Ausbreitung des Virus zu bremsen. Für die Politiker der Bundesländer war es keine leichte Entscheidung, die Schulen zu schließen. Aber es ist notwendig.

Warum kann ich nicht zum Training oder in die Musikschule?

Es dürfen nicht zu viele Menschen zur gleichen Zeit krank werden. Es gibt nicht so viele Betten in den Krankenhäusern und so viele Ärzte, Krankenschwestern und Pfleger, die helfen, dass möglichst viele wieder gesund werden können. Damit sie sich nicht bei anderen anstecken und andersherum, sind viele Menschen zu Hause und deshalb müssen auch Kinder zu Hause bleiben. Nur so kann verhindert werden, dass mehr Menschen gleichzeitig krank werden, als im Krankenhaus behandelt werden können.

Warum darf ich meine Freunde nicht treffen?

Da man in den ersten Tagen der Infektion meistens noch keine Anzeichen einer Krankheit hat, sollte man sich von anderen Menschen fernhalten. Es geht für die Kinder darum, sich selbst und ihre Freunde vor einer Ansteckung zu schützen. Den Kindern sollte erklärt werden, dass derzeit Abstand der beste Ausdruck von Zuneigung und Fürsorge ist.

Warum dürfen manche Kinder zur Schule gehen?

Wenn Schulen zumachen, müssen viele Eltern zu Hause bleiben und fehlen bei der Arbeit. Das ist insbesondere dann nicht gut, wenn Eltern z. B. im Krankenhaus, in der Pflege oder in anderen besonders wichtigen Berufen mit Aufgaben der Sicherung und Erhaltung öffentlicher Sicherheit und Ordnung oder der Daseinsvorsorge arbeiten. Deshalb hat man für Kinder dieser Eltern Kindertbetreuungsplätze in den Schulen eingerichtet.

Sind Kinder gefährdet?

Kinder gehören nicht zur bekannten Risikogruppe bei einer Coronavirus-Erkrankung. Bei infizierten Kindern verläuft die Erkrankung in der Regel mild. Es kann sogar sein, dass sich gar keine Symptome zeigen. Aber trotzdem könnten sie das Virus verbreiten und müssen daher auch mit den derzeitigen Einschränkungen leben. Aber Achtung: Es kann auch bei Kindern und Jugendlichen ernste Fälle geben.

Können wir noch Verwandte besuchen?

Für die Verwandtschaft gelten die gleichen Verhaltenshinweise wie für alle anderen. Am besten vermeidet man Familienbesuche oder schränkt sie auf ein absolut notwendiges Maß ein. Besonders ältere Familienmitglieder sollten jetzt nicht besucht werden, weil sie zu einer der Risikogruppen gehören. Es könnte sein, dass die Kinder das Virus in sich tragen, aber keine Symptome zeigen. Telefonischer Kontakt ist jederzeit möglich.

Corona ist doch nur wie eine Grippe?

1. Nein. Das Coronavirus ist deutlich ansteckender als die Grippe.
2. Es gibt eine lange Phase, in der noch keine Symptome auffallen, sich das Virus aber besonders aggressiv verbreitet. Außerdem gibt es bislang keinen Impfstoff oder überhaupt wirksame Medikamente. Damit jeder, der intensive Behandlung benötigt auch Hilfe in einem Krankenhaus erhalten kann, müssen wir alle gemeinsam dafür sorgen, dass nicht zu viele Menschen gleichzeitig erkranken.

Wie kann man sich anstecken?

Das Virus wird insbesondere von Mensch zu Mensch übertragen. Das passiert zum Beispiel, wenn eine infizierte Person hustet, niest oder spricht. Dadurch werden die Viren in der Luft verteilt, so dass sie eine andere Person einatmen könnte. Auch über die Hände können die Viren weitergegeben werden. Von der Ansteckung bis zum Krankwerden kann es bis zu zwei Wochen dauern. Auch in dieser Zeit, also noch bevor jemand sich richtig krank fühlt, kann derjenige bereits ansteckend sein.

Was man kann dagegen überhaupt machen?

Es müssen Hygieneregeln beachtet werden. Die wichtigste ist hier das regelmäßige und gründliche Händewaschen. Zu anderen Personen ist ein Abstand von mindestens 1,5 Metern zu halten.

Bei Anzeichen von Krankheit, insbesondere bei Fieber und trockenem Husten, muss man zu Hause bleiben. Die Eltern rufen den Hausarzt an.