

„Corona-Mutmacher“ Von Gesine Götting¹

Mit dem ersten Tag des „Lockdown“ in Deutschland habe ich damit begonnen, kurze Texte als „Corona-Mutmacher“ aus der Erziehungsberatungsstelle heraus zu schreiben. Sie werden auf der Facebook-Seite unserer Landkreisverwaltung sowie zum Teil auch in der lokalen Presse veröffentlicht. Hier folgt einer der ersten Texte; mittlerweile schreibe ich an Nr. 16 und ein Ende ist nicht abzusehen, wie es scheint.

Alle Familien sind in diesen Wochen einem echten Stresstest ausgesetzt. Besonders anstrengend ist es jedoch für diejenigen, bei denen die Eltern sich getrennt haben. Väter und Mütter wollen auch nach einer Trennung gemeinsam für ihre Kinder da sein und Zeit mit ihnen verbringen. Aber ist das überhaupt noch erlaubt, jetzt, wo es das Kontaktverbot gibt? Was, wenn das Kind nach der Rückkehr vom „Mama-Wochenende“ die Oma ansteckt, die mit im väterlichen Haushalt lebt? Was, wenn der Vater zu sorglos ist und nicht darauf aufpasst, dass der Fünfjährige sich auch gründlich die Hände wäscht?

Plötzlich tun sich Fragen auf, mit denen sich auch Jugendämter oder Familiengerichte noch nie beschäftigt haben. Wenn es schon vorher Streit ums Kind und um die Betreuungszeiten gegeben hat, dann wächst nun der Argwohn: „Corona wird doch nur vorgeschoben, damit sie mir unsere Tochter nicht mehr übergeben muss!“ Schwelende Konflikte brechen wieder auf. Familiengerichte arbeiten gerade ebenfalls nur sehr eingeschränkt. Die Leidtragenden sind am Ende die Kinder.

In der Erziehungsberatungsstelle erreichen uns jeden Tag Anrufe von verunsicherten und verärgerten Müttern und Vätern. Beide Seiten benötigen Verständnis: Das Virus macht allen Angst, die sich um ihre Kinder sorgen. Gleichzeitig ist es für diejenigen Elternteile, die ihre Kinder ohnehin nicht oft sehen können, sehr schmerzhaft, wenn sie nun auch auf diese Zeiten noch verzichten sollen. Die Angst, durch eine Kontaktunterbrechung das emotionale Band zum Kind zu verlieren, ist groß. Sie äußert sich nicht selten in Vorwürfen und Beschuldigungen.

Jetzt ist eine problemorientierte Stressbewältigung gefragt. Konkrete Lösungen müssen für das Hier und Jetzt gefunden werden. Dabei kann man gern auch kreativ vorgehen. Grundsätzlich fallen die Umgänge zwischen getrenntlebenden Elternteilen und ihren Kindern nicht unter die Kontaktbeschränkungen der einzelnen Bundesländer. Es ist vielmehr im Einzelfall zu schauen, ob es ein Ansteckungsrisiko gibt und wie dieses minimiert werden kann. Eltern können sich im Park treffen, um die Kinder zu übergeben. Jugendliche sollten besser mit dem Auto gefahren werden, damit sie sich bei der Fahrt im Bus nicht anstecken. Vä-

¹ Gesine Götting, Diplom-Psychologin, ist Leiterin der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche des Landkreis Peine und stellvertretende Vorsitzende der bke.

ter und Mütter müssen sich gegenseitig vertrauen, dass jedem die Gesundheit des eigenen Kindes das Wichtigste ist und daher auf die Hygiene mehr als sonst geachtet wird. Für Kinder und Jugendliche ist jetzt wichtig, dass trotz Krise auch einige Dinge gleichbleiben: Jedes zweite Wochenende holt Papa mich ab, auch wenn wir den Urlaub erst einmal verschieben mussten. Wenn Kinder erleben, dass ihre Eltern sich trotz der Trennung und trotz Corona auf grundlegende Routinen verständigen können, fühlen sie sich geborgen. Wo persönliche Besuche wegen großer Entfernung oder besonderer Risiken nicht ratsam erscheinen, sollte über Alternativen nachgedacht werden. Das können Videotelefonate zu festen Zeiten sein, oder auch ein getrennt gemeinsam geschauter Spielfilm, über den man sich später noch unterhalten kann.

Väter und Mütter sind verantwortlich dafür, dass Kinder auch nach einer Trennung ihre Beziehungen weiter pflegen können. Das ist schwer, wenn die Nerven ohnehin blank liegen – aber die Kinder und Jugendlichen sind ihnen dafür doppelt dankbar.