

**Die Corona-Pandemie hinterlässt besonders bei Kindern und Jugendlichen Spuren: Wichtige Entwicklungen im kindlichen Gehirn fanden während der Lockdown-Phasen nur eingeschränkt statt – das könnte die seelische Gesundheit einer ganzen Generation gefährden.**

**Die Neurowissenschaftlerin Nicole Strüber erklärt in »Coronakids«, was Eltern, Kitas, Schulen und die Gesellschaft jetzt tun müssen, damit unsere Kinder die Pandemie gut verarbeiten.**

**Viele Kinder haben Oma und Opa in den vergangenen Monaten nur per Videotelefonie gesehen; Spielen mit Gleichaltrigen in der Kita oder gemeinsame Zeit mit Freund\_innen in der Schule war nicht möglich. Wie sehr fehlt die körperliche Nähe? Was können wir dagegen tun?**

Das Bedürfnis nach Nähe ist ganz wesentlich für den Menschen, es gehört zu ihm und das wird auch immer so bleiben. Es ist in seinem Gehirn fest verankert. Der Drang, anderen nahe zu sein, ist deshalb groß und wir müssen Verständnis haben, wenn z. B. Jugendliche sich unbedingt treffen wollen. Wie das dann umgesetzt wird, ist die zweite Frage, und natürlich abhängig von den Inzidenzen, aber wir müssen das Bedürfnis verstehen und ernst nehmen.

**Wie sehr schadet es Babys und Kleinkindern, wenn sie den Großteil des Tages ausschließlich Menschen mit Masken um sich herum sehen?**

Es würde ihnen sehr schaden, denn Babys und Kleinkinder müssen die Mimik anderer Menschen sehen, um sich in der für sie noch neuen Welt der menschlichen Gefühle zurechtzufinden. Sie lernen, ihre eigenen inneren Zustände einzuordnen, sie erhalten Anhaltspunkte dafür, wie sie sich selbst verhalten müssen und erfahren auch, was ihr eigenes Verhalten bei anderen auslöst. All das habe ich in meinem Buch »Coronakids« beschrieben und auch, dass es deshalb ein großes Problem wäre, wenn das kleine Kind nur Menschen mit Masken um sich herumsähe. Schaut man aber auf den Alltag der Kinder, ist es in den meisten Fällen auch aktuell während der Pandemie nicht so, dass die Kinder vor allem Menschen mit Masken um sich herum haben. Ob die anderen Fahrgäste in der U-Bahn eine Maske tragen oder nicht, dürfte für das Baby kaum eine Rolle spielen.

**Die Bildschirmzeit hat während der Pandemie bei uns allen zugenommen. Schadet es Kindern, dass sie sich derzeit noch früher und mehr als sonst mit digitalen Medien beschäftigen?**

Mit diesem Thema habe ich mich im Buch recht ausführlich und differenziert auseinandergesetzt, denn für viele von uns Eltern ist dies wohl eine ganz zentrale Sorge. Die Frage ist natürlich für die unterschiedlichen Altersgruppen jeweils unterschiedlich zu beantworten, ich halte es aber nicht für so problematisch wie manch andere. Denn die Entwicklungsschritte, die verpasst werden, wenn sich Kinder fortwährend mit digitalen Medien beschäftigen, konnten während der Pandemie ohnehin nicht wirklich gegangen werden. Wichtig ist aber umso mehr, dass wir die Kinder nun wieder abholen, dass wir schauen, was sie motivieren könnte rauszugehen, dass wir etwas gemeinsam mit ihnen machen.

**Was müssen wir jetzt tun, damit Kinder und Jugendliche den Schulstoff aufholen können?**

Damit Kinder nachhaltig lernen können, müssen sie erst einmal in einen aufnahmefähigen Zustand kommen. Sind sie gestresst oder ist ihre Aufmerksamkeit nach den Zeiten des Lockdowns sehr auf die Erfüllung ihrer Bedürfnisse nach Spiel und Miteinander mit Gleichaltrigen ausgerichtet, dann wird das mit dem Lernen nicht gut funktionieren. Deshalb ist es auch für das Lernen so wichtig, auch auf diese anderen Bedürfnisse zu schauen, nicht nur auf den Schulstoff. Wichtig ist auch, dass wir nun Vertrauen in die Kompetenz der Lehrenden haben, dass wir ihnen zutrauen, individuelle Lücken zu identifizieren und dass sie mehr Freiheiten haben, diese auch zu füllen, statt mit allen Schüler\_innen im Gleichschritt voranzuschreiten.

**Wem legen Sie Ihr Buch besonders ans Herz?**

Zum einen Eltern, die sich Sorgen um ihre Kinder machen, vielleicht weil deren Verhalten oder deren Medienkonsum sie beunruhigt. Aber auch den Eltern, die in Gesprächen oder in den Medien etwas über die Gefahren für die Kinder aufgeschnappt haben. Das Buch kann ihnen helfen, solche Berichte einzuordnen und zu bewerten: Was brauchen Kinder wirklich und konnten sie diese Erfahrungen während der Pandemie machen? Und was ist nun wichtig?

Zum anderen aber auch Menschen, die mit Familien arbeiten, in denen die Kinder wirklich sehr belastet sind. Hier möchte ich mich dem Buch noch einmal deutlich aufzeigen, wie wichtig es ist, dass hier schnelle Hilfe geleistet wird und auch die Politik entsprechend handelt.



Nicole Strüber

[Coronakids](#)

Was wir jetzt tun müssen, um unsere Kinder vor den seelischen Folgen der Pandemie zu schützen

Paperback, 160 Seiten

ISBN: 978-3-407-86727-8

EUR 16,00

#### **Über die Autorin**

Dr. Nicole Strüber ist als Neurowissenschaftlerin auf die Entwicklung spezialisiert, Buch- und Wissenschaftsautorin, Dozentin, gefragte Speakerin für Vorträge und Seminare und Mutter von Zwillingen. Sie lebt in Bremen.