

## Homeschooling

# "Den Kindern geht es schlechter"

Eine neue Studie zeigt: In der zweiten Welle leiden Kinder stärker unter dem Homeschooling, Ängste nehmen zu. Eine Forscherin warnt trotzdem vor schnellen Schulöffnungen.

Interview: **Annika Lasarzik**, Hamburg

10. Februar 2021, 16:27 Uhr / [14 Kommentare](#) /

EXKLUSIV FÜR ABONNENTEN



Passt der Begriff "Generation Corona"? Welche langfristigen Auswirkungen hat der zweite Lockdown auf Kinder? © Tadeusz Lakota/unsplash.com

*Schulen und Sportstätten sind zu, der Kontakt zu Freundinnen und Freunden beschränkt sich aufs Digitale: Wie sehr Kinder und Jugendliche unter den Corona-Einschränkungen leiden, zeigt eine Studie, die das Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf am Mittwoch veröffentlicht hat. Mehr als 1.000 Kinder und Jugendliche und mehr als 1.600 Eltern waren bereits im Mai und Juni online befragt worden. Von Mitte Dezember bis Mitte Januar wurden sie ein weiteres Mal befragt – damit ist die Copsy-Studie (Copsy steht für Corona und Psyche) eine der wenigen internationalen Längsschnittstudien zur Psyche von Kindern in der Pandemie. Studienleiterin Ulrike Ravens-Sieberer wertet die Ergebnisse als "Ausdruck der Erschöpfung durch die langanhaltenden Belastungen".*

**ZEIT ONLINE:** Die Ergebnisse der ersten Befragung im Frühjahr klangen düster: 71 Prozent der Kinder und Jugendlichen fühlten sich seelisch belastet. Und wie fühlen sich die Kinder heute, nach einem Jahr Corona?

**Ulrike Ravens-Sieberer:** Den Kindern geht es schlechter. Diesmal berichteten uns 85 Prozent der Kinder und Jugendlichen von psychischen Belastungen. Wir sehen insbesondere eine Zunahme bei den Ängsten und depressiven Verstimmungen – ein Drittel der Kinder hat mittlerweile Anzeichen von Ängsten, in der ersten Welle war es ein Viertel. Vor der Krise war es weniger als jedes sechste Kind. Depressive Verstimmungen wie Energielosigkeit, weniger Freude, Niedergeschlagenheit und Hoffnungslosigkeit stiegen ebenfalls an.



Ulrike Ravens-Sieberer ist Professorin für Gesundheitswissenschaften und Gesundheitspsychologie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) und Leiterin der Copsy-Studie. © UKE

**ZEIT ONLINE:** Haben Sie mit diesen Ergebnissen gerechnet?

**Ravens-Sieberer:** Nein, überhaupt nicht. Ich hatte erwartet, dass sich die Kinder und Jugendlichen an den veränderten Alltag gewöhnen, sich anpassen. Das ist jetzt, in einer Zeit mit so vielen offenen Fragen und ohne klare Zukunftsperspektiven, aber offenbar unmöglich. Wir sollten jedoch nicht überdramatisieren: Eine Belastung ist noch keine klinische Diagnose, eine depressive Verstimmung keine Depression. Der Großteil der Kinder wird gut durch diese Krise kommen, da bin ich sicher. Weil sie emotionalen Rückhalt durch Freunde und Familie haben. Wir wissen aus unserer Studie, dass der ganz besonders stärkt. Sorgen machen mir die circa 20 Prozent der Kinder, die es schwerer haben.

**ZEIT ONLINE:** Welche Kinder meinen Sie?

**Ravens-Sieberer:** Kinder, die zum Beispiel in finanziell schwachen Familien aufwachsen, mitunter aus Familien mit

Migrationshintergrund kommen, die in kleinen Wohnungen leben. Das betraf etwa ein Fünftel der befragten Kinder und Jugendlichen. Depressive Verstimmungen traten bei ihnen dreimal häufiger als bei den anderen Kindern auf, Anzeichen für Sorgen und Ängstlichkeit waren bei ihnen etwa doppelt so häufig.

**ZEIT ONLINE:** Wie erklären Sie sich das?

**Ravens-Sieberer:** Wenn der familiäre Rückhalt fehlt, haben Kinder ein Problem – das zeigen unsere Daten ganz deutlich. Wenn die Eltern selbst belastet sind, etwa durch finanzielle Sorgen, durch kräftezehrende Jobs oder Arbeitslosigkeit, färben diese Belastungen häufig auf Kinder ab. Viele Familien geben sich jetzt sehr große Mühe, den Alltag trotz aller Widrigkeiten zu bewältigen. Aber manche Familien haben dafür leider weniger Ressourcen.

**ZEIT ONLINE:** Welche Ängste treiben die Kinder um?

**Ravens-Sieberer:** Viele fürchten, dass sie in der Schule nicht mehr mitkommen oder dass sie ihre Freunde verlieren. Ihnen fehlt der Kontakt, sie fragen sich, ob sie noch gemocht werden, ob sie schlechtere Leistungen bringen als die anderen. Kinder müssen wahrgenommen werden, um ihre eigene Position zu finden. Insgesamt kann man sagen: All die Sorgen, die wir schon bei der ersten Befragung beobachten konnten, haben sich verstärkt.

**ZEIT ONLINE:** Äußern sich diese Sorgen auch körperlich?

**Ravens-Sieberer:** Ja, bei der zweiten Befragung berichteten die Kinder häufiger von psychosomatischen Beschwerden. Am deutlichsten stiegen die Werte für Niedergeschlagenheit, Kopfschmerzen und Bauchweh. Wir haben jeweils circa zehn Prozent mehr Fälle gezählt. Im Vergleich zu vor der Pandemie haben sich die psychosomatischen Beschwerden fast verdoppelt. Vor allem niedergelassene Kinderärztinnen Kinderärzte berichten uns da von einem Anstieg.

**ZEIT ONLINE:** Kommen die Kinder jetzt besser mit dem Homeschooling zurecht?

**Ravens-Sieberer:** Nein, das ist nicht der Fall. Fast die Hälfte der Kinder empfindet den Distanzunterricht als anstrengender als im Frühjahr. Wobei sich der schulische Alltag bei den Kindern durchaus unterschiedlich gestaltet: Die Kinder, die aktiv zum Lernen motiviert werden, die regelmäßiges Feedback zu ihrer schulischen Entwicklung bekommen und individuell von Lehrkräften oder Eltern gut betreut werden, kommen wesentlich besser zurecht. Auch die Kinder, die ihren Alltag bereits vor der Pandemie gut eigenständig strukturieren konnten, finden das Homeschooling weniger belastend. Anders sieht es bei den Eltern aus: Sie haben uns signalisiert, dass die Situation mit Homeschooling und Job besser organisiert bekommen als in der ersten Welle.

## **"Den Distanzunterricht finden die Kinder immer anstrengender"**

**ZEIT ONLINE:** Dass Kinder das Homeschooling mehr belastet, könnte man nun als Argument für schnelle Schulöffnungen nutzen.

**Ravens-Sieberer:** Das würde nicht den Punkt treffen. Es geht nicht um geöffnete Schulen per se, es geht darum, den Unterricht besser zu organisieren. Schon nach der ersten Befragung haben wir bessere Konzepte für den digitalen Unterricht gefordert. Doch seither ist viel zu wenig passiert. An manchen Schulen läuft die Betreuung besser, an anderen schlechter, aber flächendeckende Konzepte gibt es nicht. Es wird viel über Lernstände gesprochen, dabei sollte es jetzt um die psychische Stabilität der Kinder gehen. Um die Frage, wie wir ihnen, ob digital oder analog, guten Kontakt, Wertschätzung, Freude am

Lernen und gute Rückmeldung vermitteln können. Statt alle Schulen pauschal zu öffnen, sollten wir auch an Konzepte wie Wechselunterricht oder Einzelbetreuung am Nachmittag denken.

**ZEIT ONLINE:** Wie hat sich die Stimmung in den Familien im Vergleich zum Frühjahr verändert?

**Ravens-Sieberer:** Insgesamt ist der Zusammenhalt in den Familien größer geworden, das allgemeine Familienklima recht stabil. Ein Fünftel der Kinder berichtete zwar, dass öfter gestritten wird. Streit an sich ist aber erst einmal nichts Schlimmes. Dass Familien jetzt, da sie eng aufeinanderhocken, mehr streiten, ist ja nicht ungewöhnlich. Zumal Eltern mehrmals am Tag zwischen der Rolle der Erziehenden und der Lehrer wechseln müssen, auch das schafft ein Konfliktpotenzial. Doch erst, wenn sich Konflikte nicht mehr lösen lassen, sind sie ein Problem.

**ZEIT ONLINE:** Berichteten die Kinder von mehr häuslicher Gewalt oder sexuellem Missbrauch?

**Ravens-Sieberer:** Das haben wir in der Copsy-Studie nicht abgefragt. Eine neue Studie des Forschungsnetzwerks Medizinischer Kinderschutz zeigt zwar, dass die Fälle von Kindeswohlgefährdungen in deutschen Kinderkliniken und Kinderschutzambulanzen zurückgegangen sind. Die Kolleginnen und Kollegen folgern daraus aber eher, dass die Dunkelziffer von misshandelten und vernachlässigten Kinder weiter gestiegen sein könnte.



### Elbvertiefung – der tägliche Newsletter für Hamburg

Jeden Tag wissen, was in Hamburg wichtig ist. Relevant und prägnant. Persönlich und pointiert. Elbvertiefung ist der neue tägliche Newsletter der ZEIT für Hamburg.

[Datenschutzerklärung \[https://www.zeit.de/hilfe/datenschutz\]](https://www.zeit.de/hilfe/datenschutz)

**ZEIT ONLINE:** Wie hat sich der Medienkonsum der Kinder und Jugendlichen verändert?

**Ravens-Sieberer:** Der hat im Laufe des vergangenen Jahres deutlich zugenommen. Ich sehe darin begrenzt, aber nicht nur, Risiko. Ja, vor Corona haben wir sehr kritisch über allzu lange Bildschirmzeiten gesprochen. Doch in dieser speziellen Zeit würde ich das nicht sofort verteufeln. Kinder können fast nur noch digital Kontakt zu ihren Freunden halten. Wenn sie miteinander chatten, ist das auch eine Bewältigungsstrategie, um mit der Situation besser

zurechtzukommen. Natürlich sollten sie dabei nicht das Gleichgewicht verlieren, sich also nicht in digitale Welten aus der Realität flüchten. Einmal am Tag sollten Kinder schon an die frische Luft gehen. Und am besten 60 Minuten am Tag Sport machen.

## **"Viele Kinder bewegen sich gar nicht mehr"**

**ZEIT ONLINE:** Und tun die Kinder das, Ihrer Studie zufolge?

**Ravens-Sieberer:** Nein, viele Kinder bewegen sich gar nicht mehr. Nahezu 40 Prozent gaben an, an keinem Tag der Woche Sport zu treiben. Bei der ersten Befragung waren es nur circa 20 Prozent, vor Corona nur vier Prozent! Eine sehr bedenkliche Entwicklung, zumal sich Gereiztheit und Unzufriedenheit durch fehlende Bewegung noch verstärken. Weil viele Sportstätten und Vereine geschlossen sind, müssen die ohnehin sehr belasteten Eltern nun auch dies kompensieren. Was auch keine leichte Aufgabe ist.

**ZEIT ONLINE:** Werden in der Kinder- und Jugendpsychiatrie des Hamburger Universitätsklinikums nun eigentlich mehr junge Patienten und Patientinnen behandelt?

**Ravens-Sieberer:** Die Klinik ist ausgelastet, aber das war sie saisonal bedingt zu dieser Zeit schon immer. Wir beobachten keinen neuen Boom von Patienten. Das signalisieren uns die ärztlichen Kolleginnen und Kollegen. Aber in die Psychiatrie einer Uniklinik zu gehen, das ist eine hohe Hürde. Wer hier herkommt, dem geht es bereits sehr schlecht. Corona ist in den Therapien aber oft Thema – und Patienten, die bereits in Behandlung sind, fällt es schwer, sich wieder an einen geregelten Alltag zu gewöhnen. Weil es den nicht mehr gibt. Dafür sehen die Kinderärzte die belasteten Kinder schon jetzt: Je niedrigschwelliger der Zugang ist, desto eher trifft man auf sie.

**ZEIT ONLINE:** Glauben Sie, dass Kinder und Jugendliche aus dieser Zeit psychische Langzeitschäden davontragen könnten?

**Ravens-Sieberer:** Lassen Sie es mich so sagen: Den Begriff "Generation Corona", mit dem junge Menschen als potenziell verstört, einsam und isoliert umschrieben werden, finde ich unpassend. Die Kinder, die über gute Ressourcen verfügen, haben sehr gute Chancen, diese Krise ohne psychische Schäden zu überstehen. Und Kinder, die diese Zeit erleben, könnten später auch besonders resilient sein – weil sie es geschafft haben, mit großen Belastungen fertig zu werden. Aus psychologischer Sicht kann eine Krise tatsächlich auch dazu führen, Stärken in sich zu entdecken. Aber es braucht dazu eben auch emotionalen Rückhalt, Zusammenhalt in der Familie und Betreuung und Kontakt durch die Schule. Dann haben viele Familien und Kinder eine gute Chance, die Pandemie seelisch zu bewältigen.