

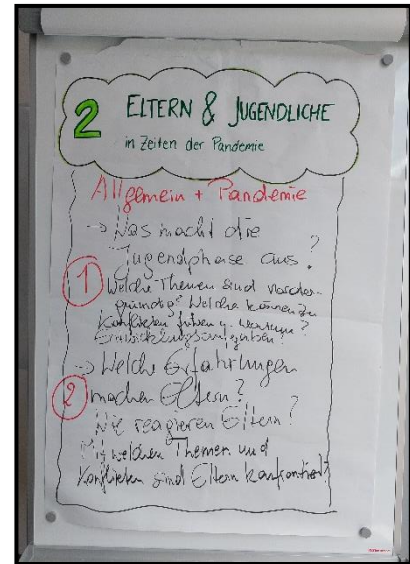
## # 2 Eltern und Jugendliche in Zeiten der Pandemie

Workshopleitung: **Mag.<sup>a</sup> Katja Schirmer** und **Mag.<sup>a</sup> Christa Bakay**, Zentrum für Ehe- und Familienfragen

Beide Referentinnen verfolgen in ihrer Arbeit mit jungen Menschen, Eltern und Familien verstärkt den systemischen Ansatz (oft mit kreativen Medien z.B. Familienbaum zeichnen lassen, Aufstellungsarbeit, Reframing etc.). Wichtig ist ihnen in ihrer täglichen Arbeit und der Begegnung mit Menschen **Empathie - Wertschätzung - Kongruenz**.

Die Referentinnen führen die Gruppe über kreative Methoden an Worte und Themen der Pandemie zurück, "die man nicht mehr hören will".

In der Diskussion fokussierte sich eine Gruppe auf die Perspektive der Jugendlichen und die andere auf die der Eltern während der Pandemie.



### Jugendliche

- Fehlende **Privatsphäre - Freiräume** schaffen, den eigenen **Platz** finden, Erfahrungen mit **Ab/Grenzungen**, Grenzen ausloten/testen zu Pandemiezeiten – meist nur in eigenen/beeengten Räumen, Vordringen der Eltern in den digitalen Raum der Jugendlichen
- **Loslösung** von den Eltern zu Zeiten der Pandemie/Quarantäne, Fragen der **Zugehörigkeit**
- Systemkritisches Denken
- Erleben im Miteinander zu Zeiten des distance learning
- Unterschied **reale Welt und virtuelle Welt** aufgrund der intensiven Mediennutzung (Umgang mit Themen wie z.B. Liebeskummer im virtuellen Raum)
- **Partizipation** wichtig für Jugendliche – jede Generation hat ihre eine eigene Haltung, mit Problemen und dem Leben umzugehen.
- **Selbstverantwortung** u.a. erschwert, wenn Tagesstrukturen schwinden - Jugendliche diesbezüglich wieder in die **Selbstwirksamkeit** bringen z.B. mit Haushaltstätigkeiten und Strukturen/Gemeinsames aufbauen – zuhören und ernstnehmen der Jugendlichen.

### Eltern

- **Abgrenzung** – schwierig für Eltern, wenn es ihren Kindern schlecht geht. Erfahrung dazu war auch, dass Eltern auch Stopp sagen dürfen.
- **Hilflosigkeit** im Umgang mit der Situation, den Herausforderungen und den Problemen wie z.B. Schulverweigerung, Suizidgedanken, Depressionen, Ängsten der Kinder.
- **Verzweiflung** und **Überforderung**. Diesbezüglich ist die Stärkung der Eltern sehr wichtig.
- **Veränderungen** zulassen können – nicht immer einfach.
- Beziehungen stärken – **Beziehungsangebote** setzen – **Bindungen** stärken.

- **Antriebslosigkeit** der Eltern und Kinder
- gesteigerter **Medienkonsum**: Flucht oder/und Ressource
- **Zukunftsängste, finanzielle Schwierigkeiten**, vermehrte **Konfliktsituation – Gewalterfahrungen**.

Grundsätzlich ist nicht zu vergessen, dass sich Entwicklungsverzögerungen bei jungen Menschen (15 – 18 Jahren) zeigen, da einige Erfahrungen während der Pandemie nicht gemacht werden konnten. Positive Beispiele zeigen sich aber auch bei jungen Menschen, die z.B. den Mut hatten, die Situation der Pandemie zu verschriftlichen oder verfilmen und dies zu veröffentlichen. Oder indem generationsübergreifend Kompetenzen und Wissen ausgetauscht und ein neues Miteinander gefunden wurde. Speziell im Bereich der Medien konnte die junge Generation die Älteren oft konstruktiv zur Seite stehen. Im Gegenzug konnte die ältere Generation im Finden neuer Gemeinsamkeiten auf engen Raum, wieder die Qualität der gemeinsamen Zeit und des gemeinsamen Wirkens neu beleben, z.B. indem zusammen gekocht wurde oder alte Bräuche und Geschichten wieder Platz fanden.

Förderlich zu herausfordernden Zeiten zeigen sich Themen wie: gegenseitige Stärkung und Unterstützung, Maßstäbe senken, Druck rausnehmen, das Miteinander stärken und Alternativen suchen, Positives suchen und finden, Schönes anregen, freundliches Wohlwollen, gegenseitiges Verstehen, Vernetzen, Strukturen sowie regeln/planen des Tagesablaufes.

#### Weiterführende Literatur:

- Görlitz, Gudrun (2021). *Psychotherapie für Kinder und Jugendliche. Erlebnisorientierte Übungen und Materialien.*
- Hengstschläger, Markus (2012). *Die Durchschnittsfalle. Gene-Talente-Chancen.*
- Juul, Jesper (2016). *Leitwölfe sein: Liebevolle Führung in der Familie.*
- Pörtner, Marlis/Portmann, Martina/Indergand, Peter (2022). *Ernstnehmen – Zuhören - Erfahrungen ermöglichen. Personzentrierte Haltung in der Betreuung von Kindern und Jugendlichen.*
- Schubert, Christian (2016). *Was uns krank macht, was uns heilt. Aufbruch in eine neue Medizin.*
- Serra, Michele (2014). *Die Liegenden.*
- Streit, Philipp (2019). *Coolness, Scham und Wut bei Jugendlichen. Mit Emotionen konstruktiv und positiv umgehen.*
- Strüber, Nicole (2021). *Corona Kids: Was wir jetzt tun müssen, um unsere Kinder vor den Folgen der seelischen Pandemie zu schützen.*

