

## Corona-Lockdown am SPD

### Ein kleiner Rückblick

Die erste Zeit des Lockdowns war geprägt von Organisatorischem: Termine mussten verschoben werden, Empfehlungen zum Umgang mit den zu erwartenden Belastungen wurden zusammengesucht, verlinkt, selbst geschrieben, die Homepages angepasst, Telefon-Hotline-Zeiten abgesprochen, Zoom eingerichtet.

Dann trat eine Verschnaufpause ein. Zeit, um bei den uns bekannten Klienten aktiv nachzufragen. Denn es gab weniger spontane Not-Anfragen als erwartet. Wenn man jedoch aktiv bei Familien anrief, ergab sich nach dem vordergründigen «Es geht uns gut» meist in der zweiten Hälfte des Telefonats dann doch einiger Beratungsbedarf. «Was mir im Homeschooling auffällt, ...», «Wenn ich Sie schon am Telefon habe, ...», «Nein, das nicht mehr, aber ...».

Da die Ungewissheit blieb, wie lange es dauern würde, wurden für Fragen, die unbedingt entschieden werden mussten, andere Wege als üblich gesucht: Entscheid sur Dossier, Videokonferenz, Antrag unter Vorbehalt.

Nach den Ferien folgte die grosse Terminplanung: Was hat Priorität bis zum Sommer? Und die Unsicherheit, wie sich die Distanzregel auf die Qualität unserer Arbeit auswirken wird: Ist eine vertrauensvolle Nähe durch die Plexiglasscheibe möglich? Werden wir mehr Zeit für Beziehungsaufbau brauchen? Werden wir die beiläufigen persönlichen Informationen noch erhalten?

### Ein Fallbeispiel

Die plötzliche Schulschliessung hat Eltern und Schülerinnen abrupt aus ihrem gewohnten Alltag gerissen. Besonders für jüngere Kinder schien diese Massnahme zu Beginn des Lockdowns schwierig gewesen zu sein, da sie eine Vorliebe für gleichbleibende, routinemässig Abläufe haben. Ihnen liegt es weniger, sich plötzlich flexibel in etwas Neues hineinzugeben. Hinzu kam die Angst vor Ansteckung mit Covid 19 und das Unverständnis, warum man nicht mit seinen Freunden abmachen und spielen darf.

In den ersten Wochen kam es deshalb beim SPD zu einigen Beratungen von Eltern, deren Kinder ein repetitives und zwanghaftes Verhaltensmuster entwickelt hatten. So musste ein Kind immer und immer wieder alle Treppenstufen hinauf und hinunter springen oder alle Lichtschalter im Haus betätigen. Wollten die Eltern es daran hindern, weil es erschöpft und müde war, reagierte es mit Weinen und Wut. Bei einem anderen Kind durften die Eltern nichts im Zimmer verändern, nichts aufräumen oder wegwerfen. Passierte es trotzdem, schlief das Kind nicht mehr ein und zeigte ebenfalls Wutanfälle.

Diese repetitiven Verhaltensweisen machten aus Sicht der Kinder Sinn, da sie beruhigend und stabilisierend wirkten. Zusammen mit den Eltern mussten jedoch Alternativen gefunden werden, damit diese Kinder ihre Ängste und ihren Stress auf eine andere Art abbauen konnten.

### Ein humoristischer Schlusspunkt

Zum Schluss noch etwas Konrad-Lorenz-Psychosomatik – oder ist es von Loriot?

Am Telefon: «Danke, uns geht es gut. Aber unsere Katze sollte in die Psychotherapie! Sie habe eine hysterische Blasenentzündung und brauche einen streichelfreien Ruheort.»

Ruheort? Auch nach dem Lockdown eine gute Idee!