

Corona und die Psyche

Beitrag von „chilipaprika“ vom 8. März 2021 10:08

Ich _glaube_ nicht, dass die Kinder einen Schaden von den Masken und Abständen nehmen. Ich bin unsicher, ob sie einen Schaden von der Isolierung und "weniger Zwang zu Bildung" bekommen. Das hat soviel mit der familiären Situation und Resilienz der Eltern zu tun.

Einerseits nehme ich wahr, dass die Psyche "unserer" Kinder das Wichtigste für die Politiker*innen zu sein scheint (Ein Schelm, wer Böses denkt ...), am schlimmsten wäre natürlich aber ein Verlust der Wirtschaftskraft aufgrund eines zu wiederholenden Schuljahres oder zu großer Lücken in einzelnen Bereiche. Die Sozialarbeiter*innen aller Bereiche fühlen sich zur Zeit sicher sehr veräppelt, wie das Kindeswohl vorgeschoben wird, obwohl sie seit Jahren für Mittel kämpfen und nichts bekommen. (In meiner Stadt wurde gerade eine Stelle am Jugendamt gekappt!!). Natürlich ist bei vielen Kindern das Kindeswohl in Gefahr, das weiß ich auch, mich ärgert es, dass es auf einmal von Interesse sein soll.

MEINE Stimmung ist definitiv nicht gut. und ich weiß von vielen, denen es genauso geht. Aber irgendwie scheint es erst Thema zu sein, wenn man es auch wirklich selbst offenbart. Natürlich will keiner als labil in Erscheinung treten und natürlich gibt es auch viele Menschen, denen es prächtig geht. Mir ging es auch die ersten Monate super. Ich bin kein Knuddeltyp und mag Menschenmassen nicht sooo sehr. Ich vermisste aber meine Familie und will wieder ins Schwimmbad. und Kanäle und Seen sind zur Zeit zu kalt, meine Badewanne zu klein.

Ein Kollege hat es wirklich gut zusammengefasst: wenn man sich einen Arm bricht, dann weiß man, dass es 6 Wochen lang einen Gips gibt und danach 8 Wochen Reha. Jetzt gerade weiß man nichts. Man kann sich also nicht mehr selbst betrügen mit "durchhalten, in 3 Monaten ist es ausgestanden und ich kann wieder meine Schwester sehen". Was das langfristig einrichten wird... gute Frage. Aber auch das ist Zynismus. Unsere Gesellschaft hat sich vorher auch nie für die psychischen Schäden von im Krieg aufgewachsenen / aufwachsenden Kinder interessiert, oder?

Also: ja, ich kann dich sehr gut verstehen.

Meine Lösung: sehr viele Routinen. sehr viele Spaziergänge, selbst nur um den Block, weil man normalerweise zur Schule laufen würde, zum Bus, zum XY. Keine 10 Konferenzen am Stück ohne Pause, nur "weil es geht". Pausen bewusst.