

Regionale Beratungsstellen rechnen mit einer Zunahme von familiären Spannungen

Konflikte wegen Coronavirus Die Jugend- und Suchtberatung Samowar Meilen warnt vor den Auswirkungen, die der Familienalltag auf engstem Raum haben könnte. Sie rät zu Strukturen.



Wenn Schule und Arbeit unter einem Dach stattfinden, sind alle Familienmitglieder gefordert. Symbolfoto: Keystone

Regula Lienin

Seit zwei Wochen lautet die Empfehlung des Bundes: zu Hause bleiben und nur für das Nötigste nach draussen gehen. Über 65-Jährige sollen gar höchstens noch für Arztbesuche das Haus verlassen. Die Vorgaben zur Eindämmung des Coronavirus treffen auch die Kinder und Jugendlichen hart – und ihre Familien. Die meiste Zeit miteinander zu Hause verbringen, wo nun Schule, Arbeit, Haushalt und Freizeit unter einem Dach stattfinden, das birgt Konfliktpotenzial.

Digitale Medien sind Segen und Gefahr

Die Meilemer Jugend- und Suchtberatungsstelle Samowar hat eine Liste mit Tipps (siehe Box) zusammengestellt, wie Familien den Alltag aktuell meistern können. Und sie erinnert in einer

Medienmitteilung an Familien, in denen Eltern selber grosse Schwierigkeiten haben, etwa psychisch krank, nicht belastbar oder am Coronavirus erkrankt sind. Digitale Medien seien in der aktuellen Situation einerseits ein Segen, andererseits bestehe die Gefahr, dass sich Kinder und Jugendliche im digitalen Unterhaltungsangebot verlieren und sich an einen suchtgefährdenden Konsum gewöhnen würden.

Für die Fachleute von Samowar steht zudem fest: «Je länger diese beengende Situation andauert, desto grösser ist die Gefahr, dass in Familien Spannungen entstehen respektive bestehende Spannungen sich verstärken.» Diese könnten sich zunehmend in Konflikten und im schlimmsten Fall auch in häuslicher Gewalt äussern. Es sei zu befürchten, dass sich diese an den Schwächsten entladen, an den Kindern und Jugendlichen.

Wie Anke Schmidt von Samowar Meilen auf Anfrage ausführt, sind die Beratungsanfragen seit dem Lockdown bislang nicht angestiegen. «Was sich jedoch zeigt, ist, dass Jugendliche, die sich bereits in Beratung befinden, nun eine intensivere Betreuung benötigen.» Auch wollten einige Jugendliche, deren Beratung eigentlich schon abgeschlossen war, diese nun weiterführen oder wiederaufnehmen.

Bei den Themen stehen laut Schmidt häusliche Spannungen

Tipps für einen konfliktfreien Alltag

— **Gemeinsame Zeiten:** Mahlzeiten zusammen einnehmen, Familien-Spielabende durchführen, gemeinsam etwas umsetzen.
— **Elgenzeit und Privatsphäre:** Zeiten für Schule und Familie einplanen; Kinder und Jugendliche sollen sich zurückziehen können,

im Vordergrund, allerdings weniger die zwischen Eltern und Kindern, sondern vor allem die zwischen den Elternteilen. «Die Jugendlichen beschreiben die Stimmung in ihren Familien als sehr angespannt, und sie leiden verstärkt unter den Streitigkeiten und Scheidungsandrohungen.»

Marlies Desarzens, Leiterin von Samowar Horgen, rechnet damit, dass sich in manchen Familien die Situation zuspitzen wird und auch allein lebende

ohne kontrolliert und beobachtet zu werden.

— **Körperliche Bewegung:** An die frische Luft gehen (wobei die Vorgaben des Bundes zu beachten sind); Hometrainer etc. reaktivieren; Yoga, Work-outs in der Wohnung machen. (rt)

junge Erwachsene auf die Dauer Probleme mit den aktuellen Umständen bekommen. «Wir sind gespannt, ob sie sich an uns wenden werden.» Betroffene müssten wohl auch erst realisieren, dass das Angebot der Jugendberatung auch jetzt bestehe.

In einigen Familien läuft es besser als zuvor

Eine weitere Anlaufstelle in der Region sind die kantonalen Kinder- und Jugendhilfezentren (KJZ) mit Niederlassungen in Meilen, Horgen und Adliswil. Ihr Beratungsangebot richtet sich an Familien mit Kindern im Alter von 0 bis 18 Jahren. Momentan bewegen sich die Anfragen per Telefon und Mail im üblichen Rahmen, sagt Lea Keller, Leiter des KJZ Meilen. «Dennoch stellen wir bereits jetzt einen erhöhten Redebedarf seitens Eltern fest.» Die neuen Fragestellungen würden sich vor

allem auf die veränderte Situation zu Hause beziehen. Es gehe darum, wie eine sinnvolle Tagesstruktur und Routinen aufgebaut werden können. Es sei eine Verunsicherung der Eltern im Erziehungsalltag spürbar.

Keller stellt aber auch fest, dass sich das Zusammenleben in einigen Familien durch neue Konstellationen mit vermehrtem Homeoffice und weniger familienergänzender Betreuung entspannt habe. «Jede Familie geht sehr individuell mit diesen aussergewöhnlichen Zeiten um», sagt sie.

Die Beratungsangebote von Samowar werden per Telefon und Videotelefonie aufrechterhalten (Meilen: 044 924 40 10, Horgen: 044 723 18 18). Auch die KJZ sind im üblichen Rahmen telefonisch erreichbar (Meilen: 043 258 47 00, Horgen: 043 259 92 00, Adliswil: 043 259 92 92).