

## Das „Lockdown-Leid“ unserer Schüler\*innen

Die bundesweite COPSY-Längsschnittstudie (Corona und Psyche) zeigt die seelische Belastung von Kindern, Jugendlichen und deren Eltern durch die COVID-19-Pandemie. In drei Befragungswellen wurden seelische Gesundheit und Gesundheitsverhalten erfasst. Zum Zeitpunkt der dritten Befragungswelle im Herbst 2021 fühlten sich 82% aller Kinder und Jugendlichen durch die Pandemie belastet.

Vor der Pandemie fühlten sich halb so viele Kinder und Jugendliche in ihrer Lebensqualität eingeschränkt wie zum Zeitpunkt der dritten Befragungswelle. Und während der Pandemie erhöhten sich psychische Auffälligkeiten, Angst- und Depressivitätssymptome. Zudem klagten die Befragten häufiger über psychosomatische Beschwerden als vor der Pandemie: Bauch- und Kopfschmerzen sowie Nervosität stiegen in der letzten Befragungswelle leicht an (vgl. Deutsches Ärzteblatt International 119).



Foto ©pixabay

Die Leiterin der Studie Frau Prof. Dr. Ravens-Sieberer spricht von der Familie als wichtigste Ressource in Krisenzeiten. Kinder und Jugendliche würden in aller Regel stabil durch die Krise kommen. Es gäbe jedoch besonders vulnerable Gruppen, z.B. Kinder und Jugendliche aus sozial benachteiligten, bildungschwachen Herkunftsfamilien, u. U. mit psychischen Vorerkrankungen.

Niedrigschwellige schulische Angebote wirken daher präventiv: zuhören, die Belastungen der Schüler\*innen ernstnehmen, Orte des Austausches anbieten und auf diverse Hilfsangebote aufmerksam machen. Im Religionsunterricht können Lehrer\*innen die Chance ergreifen, das „Lockdown-Leid“ vieler Schüler\*innen im gemeinsamen Beginn zu verorten, die Belastungen ins Wort zu bringen und Schüler\*innen somit in ihrer Sprachfähigkeit zu fördern.