

Webcam im Kinderzimmer

Neue Wege der Kinder-Psychotherapie in der Coronakrise

VON CHRISTOPHER GÖBEL

■ **Osthessen/Fulda.** Die Kontaktsperre während der Coronakrise stellt Familien, die Kinder mit psychischen Problemen haben, vor besondere Herausforderungen. „Fulda aktuell“ sprach mit Julia Schultheiß-Göller, Inhaberin von „Therapeutika“, einer Praxis für Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapie in Fulda, welche Wege der Betreuung während der Corona-Pandemie möglich sind.

Psychotherapeutische Behandlungen gehören auch während der Coronakrise zu ärztlichen Behandlungen. Psychologische Psychotherapeuten und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten halten deshalb ihre Praxen weiterhin geöffnet. „Ich kommuniziere mit meinem Patienten derzeit per Video-Sprechstunde“, erklärt Schultheiß-Göller.

Die Coronakrise und der Unterrichtsausfall sei ein großer Belastungsfaktor für ihre Patienten und auch deren Familien. „Es ist jetzt nicht möglich, einfach rauszugehen und gewissen Situationen zuhause auszuweichen. Das ist eine Katastrophe“, weiß die Psychotherapeutin. Es sei deshalb äußerst wichtig, die therapeutische Behandlung weiterzuführen.

Die Video-Sprechstunde berge viele und ganz andere Möglichkeiten als die Gespräche in der Praxis. „Die Kinder müssen nicht von ihren Eltern beispielsweise aus der Rhön nach Fulda gebracht werden“, sagt die Psychotherapeutin. Durch die Video-Sprechstunde ist es ihr möglich, sozusagen „bei den Patienten zuhause zu sein“. Das habe große Vorteile, da sie so auch Einblick in die Lebenswelt ihrer Patienten vom Kindergartenalter bis zum 21. Lebensjahr

erhält. „Dann kann man zum Beispiel auch über Dekoration oder Einrichtung des Kinderzimmers sprechen.“ Es sei für ihre Patienten eine neue Erfahrung gewesen, mit ihr per Webcam zu sprechen, aber inzwischen laufe das sehr gut. „Manche Kinder haben aber auch Probleme damit, offen vor der Kamera zu sprechen, weil sie nicht wissen, ob zuhause nicht doch Mama oder Papa zuhören“. Dies sei ein großer Unterschied zur Sprechstunde in ihrer Fuldaer Praxis.

„Die Therapieform verändert sich immens“, so Schultheiß-Göller. „Die Kinder und Jugendlichen zeigen mir ihre Welt und ich kann darauf eingehen.“ Sie komme sich zwar „ein bisschen wie beim Tele-shopping“ vor, wenn sie den ganzen Tag vor der Kamera arbeite, aber sie sei „super-glücklich, dass es die Video-Sprechstunde gibt“. Sie hat auch Handpuppen oder Spiele immer in Reichweite, um mit ihren jungen Patienten zu arbeiten.

In den 50 Minuten, die pro Patient zur Verfügung stehen, könne man sich im Videochat „ganz neu aufeinander einlassen“. „Den Kindern macht es nach der überwundenen ersten Scham Spaß“, sagt sie. Heute würden Kinder mit Handy und Computer aufwachsen, was den Umgang per Videochat oft erleichtere. „Ich habe auch eine Patientin, die dafür einen neuen Computer brauchte, den sie dann auch bekam.“

„Soziale Kompetenzen üben“

Durch die Coronakrise und die geltende Kontaktsperre sind Kinder und Eltern momentan oft auf engem Raum 24 Stunden zusammen. „Jetzt ist es an der Zeit, soziale Kompetenzen zu üben“, so die Psychotherapeutin. Die Familie



Julia Schultheiß-Göller ist in Fulda niedergelassene Psychotherapeutin für Kinder und Jugendliche.

müsse jetzt noch mehr in die Probleme der Kinder und Jugendlichen einbezogen werden. Dabei bezieht Schultheiß-Göller die Eltern in die Arbeit mit ein. Zur Psychotherapie gehöre auch die Konfrontation mit den bestehenden Problemen. Ein Kind, das beispielsweise einen Waschzwang habe und Türklinken nicht berühre, aus Angst, sich zu kontaminieren, müsse nun mit Hilfe der Eltern vor Ort dazu gebracht werden, eben diese Handlung zuhause auszuüben. „Dabei stehe ich per Video therapeutisch zur Seite.“

Eine weitere große Herausforderung für Kinder und Jugendliche sei die Schularbeit zuhause. „Manche Kinder können sich sehr gut selbst organisieren. Ander wiederum schieben die Aufgaben immer weiter vor sich her. „Das kann problematisch werden. Es ist wichtig, mit diesen Kindern eine Struktur zu erarbeiten.“ Auch dafür brauche es Unterstützung der Eltern.

Für Julia Schultheiß-Göller ist es in der momentanen Situation auch wichtig, dass Kinder sich zuhause bewegen. Es gebe Online-Tools, die beim

Sport zuhause unterstützen. „Auch soziale Kontakte sollen unbedingt erhalten bleiben“, ist die Psychotherapeutin überzeugt. Das ginge beispielsweise per „WhatsApp“ und Videochat mit Freunden und Klassenkameraden. „Es ist ganz wichtig, dass Kinder nicht darauf warten, dass jemand anderes sich meldet. Sie müssen selbst aktiv werden“, sagt Schultheiß-Göller. Dazu sei es wichtig, dass es Eltern gibt, die das vorleben.

Die häusliche Corona-Situation führe auch dazu, dass es häufiger Streit gebe. „Die Kinder und Jugendlichen sollten sich dann auch trauen, dies ihren Psychotherapeuten zu schildern“, sagt Schultheiß-Göller. „Ich habe mit einigen Familien einen Familienkalender erarbeitet, auf dem in unterschiedlichen Farben eingetragen wird, wann beispielsweise etwas gemeinsam oder in Gemeinschaft gemacht wird „Kinder, Jugendliche und Erwachsene müssen gerade während der Coronakrise Oasen definieren, in denen sie Zeit für sich haben“, sagt die Psychotherapeutin.

Ihr ist es sehr wichtig, dass die psychotherapeutische Behandlung ihrer jungen Patienten auch während der Coronakrise fortgeführt wird. „Gerade jetzt haben viele Kinder und Jugendliche irrsinnige Ängste und Sorgen“, sagt sie. Mit der Videosprechstunde kann Schultheiß-Göller ihre Arbeit weiterführen und ihren jungen Patienten auch in der Corona-Krise weiterhin zur Seite stehen. „Die Lösung lauert überall“, sagt die Psychotherapeutin. Und „überall“ bedeutet in diesem Fall der virtuelle Besuch in der häuslichen Welt der Kinder und damit eine neue Form der Therapie mit anderen Möglichkeiten.