

Der Leidensdruck war hoch

„Kinderkiste“ bietet Hilfe für Spagat aus Homeoffice und Betreuung

Von Rolf Kienle

Nicole Heemskerk, der Vorsitzenden des Vereins „Kinderkiste“, die vier Kindertagesstätten in Heidelberg und Ilvesheim betreibt, geht es wie vielen derzeit: „Die Verunsicherung durch die Pandemie ist groß.“ Von heute auf morgen waren die Kitas dicht. Damit brach auch jede Verbindung zu den Eltern ab. „Wir mussten eine Lösung finden, wie wir mit den Eltern in Kontakt bleiben können“, denn: Nur Eltern, die den Herausforderungen gewachsen sind, können für ihre Kinder starke Partner sein. Man blieb digital in Kontakt und beauftragte eine Psychologin, Eltern konkrete Hilfestellung zu geben. „Das Hauptproblem war die Mehrfachbelastung der Eltern, verbunden mit der Ungewissheit, wie lang die Situation anhalten wird“, so Heemskerk, die bereits wusste: Der Leidensdruck war hoch.

Sandra Kuhn-Krainick, Diplom-Psychologin und Stress-Spezialistin in Schwetzingen, hatte sich schon zu Beginn der Pandemie im März mit den Themen Lagerkoller und der Frage, was Corona mit unserer Psyche macht, auseinandergesetzt. Für die „Kinderkiste“ entwickelte sie ein Konzept, das Eltern im Spagat zwischen Homeoffice und Kinderbetreuung ganz praktisch helfen soll. Ihr Angebot aus Videos, Audiodateien und Übungsanleitungen enthielt Tipps, Texte, Hilfestellungen und Buchempfehlungen, „Impulse“ genannt, weil sie einen Anstoß zu konkretem Verhalten geben will. 60 Eltern beteiligten sich auf Anhieb an dem zunächst elftägigen Programm, das jetzt fortgesetzt werden soll.

Gerade unter diesen schwierigen Bedingungen brauchen Eltern und Kinder „eindeutige Regeln und möglichst viele Rituale“, sagt Kuhn-Krainick. Immer wiederkehrende Handlungen gäben Halt und Stabilität. Da geht es auch um Ruhezeiten, gemeinsame Lieder oder Entspannungsübungen für den Rücken. Oder um die Frage, wie man Kindern Corona überhaupt erklärt.

Ein wesentlicher Faktor sei noch immer die fehlende Perspektive, wie Heemskerk sagt: „Man kann schon viel bewältigen, wenn man weiß, bis wann man das durchhalten muss. Das war aber nicht klar und ist es auch jetzt nicht.“ Ein genaues Datum für die Kita-Öffnung gibt es noch nicht. Die Mehrfachbelastungen für die Eltern, die Angst um den Arbeitsplatz haben, oder die Frage, ob man finanziell weiterhin gut zurechtkommt, und schließlich die Hauptfrage stand ganz oben: Wie bekomme ich Arbeit, Haushalt und Betreuung unter einen Hut? „Wir hatten Eltern, die verzweifelt waren, weil die Mutter schwanger war, der Vater gearbeitet hat und sie dadurch keinen Anspruch auf einen Notbetreuungsplatz für ihr Kind hatten. Die Mutter war schließlich zuhause, allerdings am Ende ihrer Kräfte“, erzählt Heemskerk.

Nach der ersten Staffel der „Impulse“ befragte man die Eltern: Mehr als 80 Prozent berichteten von positiven Ergebnissen, sagte Kuhn-Krainick, die ansonsten vor allem für Unternehmen tätig ist; in den letzten Wochen hat sie an mehr als 900 Mitarbeiter aus Unternehmen sogenannte Tagesimpulse versendet.