

Der Verein Kinderhilfswerk unterstützt Kinder, Jugendliche und deren Eltern in psychischen Krisen.

Durch die Coronapandemie ist die Nachfrage um 300 Prozent gestiegen.



Fotos: Verein Kinderhilfswerk

## Weichen stellen für ein glückliches Leben

Kinder und Jugendliche leiden durch die Pandemie vermehrt unter Ängsten und Depressionen. Mädchen und Buben müssen nicht nur mit den Herausforderungen des Homeschooling fertig werden, sondern vermissen oft auch die sozialen Kontakte zu Freunden.

Beengte Wohnverhältnisse sowie die Angst, dass die Eltern den Job verlieren, nahestehende Menschen an Corona erkranken oder sterben, erhöhen den Druck auf Kinder und Jugendlichen. Viele reagieren darauf mit sozialem Rückzug, entwickeln ein Suchtverhalten – wie Spielsucht im Internet oder eine Essstörung – und geben ihre Hobbys auf. Andere reagieren auf den emotionalen Stress mit körperlichen Symptomen wie Bauch- oder Kopfschmerzen, Müdigkeit und Schwindel.



Dr. Rudolf Fessler, fachlicher Leiter des Vereins Kinderhilfswerk, empfiehlt Eltern, die Veränderungen an ihren

Kindern wahrnehmen: „Seien Sie mutig! Trauen Sie sich Hilfe in Anspruch zu nehmen. In einer Psychotherapie geht es nicht um Schuldzuweisungen, sondern um den Gewinn von Lebensqualität.“

Der Verein Kinderhilfswerk hat seit mehr als zwei Jahrzehnten Erfahrung mit den Sorgen und Nöten von Heranwachsenden. Gegründet im Jahr 1999, wurden seither mehr als 30.000 Kinder, Jugendliche und deren Familien begleitet. Neben der kostenfreien Psychotherapie, die von der Österreichischen Gesundheitskassa und mithilfe von Spenden finanziert wird, betreibt der Verein auch eine reitpädagogische Anlage und einen erlebnispädagogischen Bauernhof. Jährlich werden von dem Team aus unterschiedlichen Professionist\*innen rund 10.000 Beratungs- und Therapieeinheiten abgehalten.

Durch die Coronapandemie ist die Nachfrage nach Betreuungsplätzen sprunghaft gestiegen und zwar um rund 300 Prozent. Das spiegeln auch die längeren Wartezeiten wieder. Mussten Betroffene vor der Pandemie sechs Wochen bis drei Monate auf einen Platz warten, so sind es derzeit neun Monate. Besonders bei Jugendlichen ist allerdings auch die Zahl der Suizidgefährdeten deutlich gestiegen. Diese jungen Menschen in einer lebensbedrohenden Ausnahmesituation benötigen sofort

Unterstützung, was den Verein vor enormen Herausforderungen stellt.

Da die Weichen für ein glückliches Leben in einer gelungenen Kindheit liegen, ist es von großer Bedeutung Kinder und Jugendliche so bald wie möglich und so lange wie nötig auf ihrem Weg durch Krisen zu begleiten. Aber auch die Eltern und Bezugspersonen brauchen in so schwierigen Zeiten Zuspruch und Hilfe.

„Ich sage Eltern immer wieder, am Wichtigsten ist es Ruhe zu bewahren. Wenn Eltern leiden, sind auch immer die Kinder die Leidtragenden. Daher sollte man sich zwischendurch herauszunehmen, an die frische Luft zu gehen ist immer hilfreich, einen Spaziergang machen, alleine oder mit einer Freundin, auch Entspannungsübungen sind sehr wirksam. Und man soll keine Scheu haben Unterstützung aus dem eigenen Umfeld, die angeboten wird, anzunehmen.“



Wer den Verein finanziell unterstützen möchte kann dies auf folgendem Konto tun: Spendenkonto HYPO Oberösterreich: AT74 5400 0000 0001 0777

Betroffene Eltern und Jugendliche finden alle Angebote unter [www.kinderhilfswerk.at](http://www.kinderhilfswerk.at)