



DPTV Deutsche
Psychotherapeuten
Vereinigung

Psychotherapie **Aktuell**

13. Jahrgang | Ausgabe 2.2021



DPTV-Umfrage: Patientenfragen
während der Corona-Pandemie

Sexualität im Kontext
von Krebserkrankungen

Psychotherapie mit vulnerablen
alten Patient*innen

Ira-Katharina Petras, Birte Richter, Britta Wrede, Michael Siniatchkin

Familien in der Corona-Pandemie: Wie hoch ist die Belastung durch „Homeschooling“?

Viele Theorien und Modelle beschäftigen sich seit Jahrzehnten mit der Entstehung und den Auswirkungen von subjektivem Stresserleben. Mit dem Fokus auf Familien entstand dabei auch der Begriff Elternstress. Dieser entsteht besonders dann, wenn erlebte Anforderungen, zum Beispiel negative Eltern-Kind-Interaktionen, die eigenen wahrgenommenen Bewältigungsressourcen übersteigen (vgl. Cina & Bodemann, 2009).

Aus großangelegten Studien weiß man, dass Epidemien zu einem signifikant erhöhten Stressniveau in der Bevölkerung führen (Pan American Health Organization, 2006). Demnach bekommt auch das Stress- und Belastungserleben von Familien in der aktuellen Corona-Pandemie eine neue Akzentuierung. Untersuchungen, die vornehmlich während des ersten Lockdowns im März 2020 in Deutschland durchgeführt wurden, weisen auf eine Zunahme der Stressbelastung, besonders bei psychisch vorbelasteten Personen, hin. Familien mit Kindern im Kindergarten- und Grundschulalter berichten ein zunehmend chaotisches und konfliktreiches Familienklima, welches das Stresserleben aller Beteiligten erhöht. Dementsprechend benötigen sie vermehrte Unterstützung bei der Stressbewältigung, die ihnen jedoch nicht immer zuteilwird (vgl. Langmeyer, Guglhör-Rudan, Naab, Urlen & Winklhofer, 2020; Peters, Hübner & Katalinic, 2021). Gleichzeitig ist der Betreuungsaufwand, den Eltern leisten müssen, um ihre Kinder beim Homeschooling zu unterstützen,

stark angestiegen. Dies bringt besonders Alleinerziehende und weniger gut gebildete Eltern an ihre Grenzen (Zinn, Kreyenfeld & Bayer, 2020).

Diese Ergebnisse lassen vermuten, dass sich aktuell die wahrgenommenen Bewältigungsressourcen bei manchen Eltern immer weiter verringern, während gleichzeitig die erlebten Anforderungen steigen und es somit zu mehr Elternstress kommt. Mögliche Konsequenzen können vermehrte negative Eltern-Kind-Interaktionen sein, eine Zunahme von autoritärem Erziehungsverhalten sowie eine Abnahme der Zufriedenheit mit der Elternrolle oder der allgemeinen Lebenszufriedenheit (vgl. Andresen et al., 2020). Die Folge der fehlenden Passung zwischen Erwerbstätigkeit und Homeschooling ist dabei häufig eine Abnahme von Zufriedenheit und allgemeinem Wohlbefinden.

Die Folge der fehlenden Passung zwischen Erwerbstätigkeit und Homeschooling ist dabei häufig eine Abnahme von Zufriedenheit und allgemeinem Wohlbefinden.

Kurz gefasst

Familiäre Belastungen haben sich durch die Maßnahmen zur Bekämpfung der Corona-Pandemie stark erhöht. Eltern müssen eine Doppelrolle erfüllen und sind dabei gleichzeitig häufig einer Doppelbelastung aus Familie und Beruf ausgesetzt, die nicht zuletzt das Stresserleben erhöht. Dieser Artikel beleuchtet, welche Sorgen sowie Wünsche Eltern mit dem Homeschooling¹ verbinden, wie belastet Familien sind und wie viel Unterstützungsbedarf die Kinder aktuell haben.

¹ Korrekt wäre die Bezeichnung Distanzunterricht oder -lernen, da weiterhin die Schulen die Gestaltung des Schulalltages bestimmen. Beim Homeschooling obliegt dies individuell den Eltern. Aufgrund der medialen Präsenz des Begriffs „Homeschooling“, wird dieser auch im weiteren Verlauf verwendet.



Projektbeschreibung

Wie viel Leidensdruck die Familien aktuell haben, wurde im Rahmen eines gemeinsamen Forschungsprojektes der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie im Evangelischen Klinikum Bethel und der Medizinischen Fakultät der Universität Bielefeld deutlich. In einer Online-Befragung vom November 2020 bis Mitte Februar 2021 wurden Eltern zu ihrem subjektiven Belastungserleben, dem Unterstützungsbedarf ihrer Kinder sowie ihrem Interesse an einer Unterstützungssoftware zur Konzentrationsförderung im Homeschooling befragt. Während der Fokus der Forschergruppe auf dem letztgenannten Punkt lag, fokussierten die Teilnehmenden jedoch besonders ihr eigenes subjektives Belastungserleben und Schwierigkeiten mit dem Homeschooling.

An der Studie nahmen 517 Eltern von Kindern der ersten bis 13. Jahrgangsstufe aus mehreren Bundesländern teil, darunter vor allem aus Brandenburg, Niedersachsen und Nordrhein-Westfalen. Die Hälfte der Befragten war zwischen 36 und 45 Jahren alt (52 %) oder älter (41 %). Die meisten Kinder besuchten das Gymnasium (61 %), während ein Drittel zur Grundschule ging (32 %). Der eigene Medienbesitz der Kinder in Bezug auf Smartphones (75 %), Computer (45 %) und Tablets (77 %) war dabei mit den Basisuntersuchungen zum Medienumgang in Deutschland vergleichbar (siehe JIM-Studie 2020; KIM-Studie 2018). Im Selbsturteil schätzten circa 89 % der Eltern ihre eigene Medienkompetenz als hoch bis sehr hoch ein.

Belastungserleben von Familien

Zur Erhebung des elterlichen Belastungserlebens wurde der Elternstress-Fragebogen (ESF; Domsch & Lohaus, 2010) an die aktuelle Homeschooling-Situation in der Corona-Pandemie angepasst. Abbildung 1 visualisiert das Belastungserleben der Eltern aufgeteilt nach der Klassenstufe (KS) der Kinder. 158 Kinder besuchten die KS 1 bis 4, 227 Kinder die KS 5 bis 7, 109 Kinder die KS 8 bis 10 und zehn Kinder die KS 11 bis 13. Von den 517 Teilnehmenden machten 13 Personen keine Angaben zu ihrem Belastungserleben. Das durchschnittliche Belastungserleben der restlichen 504 Teilnehmenden lag bei 2,4 (SD = 0,87; 1 = trifft nicht zu, 4 = trifft zu).

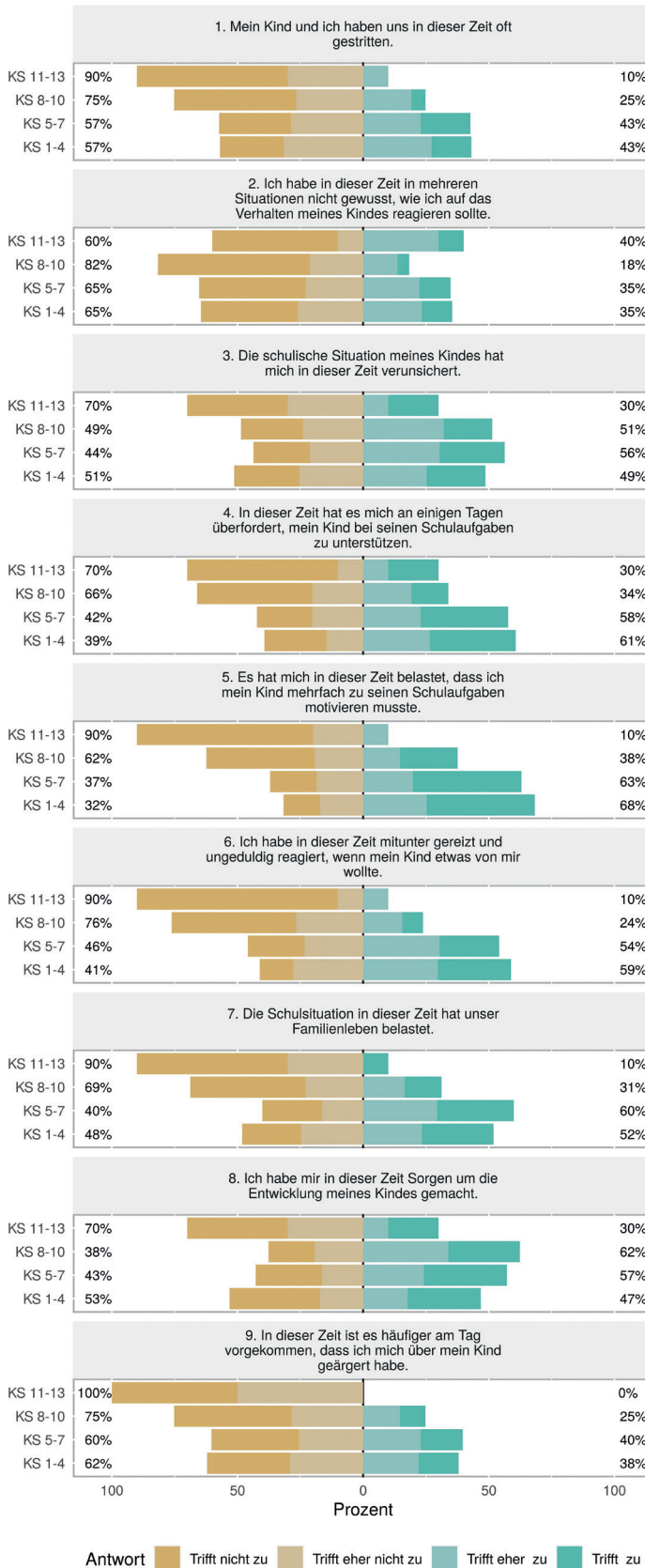
Eltern jüngerer Kinder sind besonders stark belastet.

Das Belastungserleben war in der befragten Stichprobe unterschiedlich. Eltern jüngerer Kinder waren in der vorliegenden Stichprobe tendenziell stärker belastet, als Eltern höherer Klassenstufen ($F(3,500) = 10,13; p < .001$). Die Schulsituation in der Corona-Pandemie verunsicherte die Hälfte der Eltern in unserer Stichprobe und hat in über der Hälfte der kleineren Klassenstufen das Familienleben belastet (KS 1 bis 4 = 52 %; KS 5 bis 7 = 60 %). Bei den Eltern der höheren Klassenstufen bewertete ein kleinerer Anteil die aktuelle Schulsituation als belastend (KS 8 bis 10 = 31 %; KS 11 bis 13 = 10 %).

Ein großer Anteil der Eltern gab an, dass es belastend war, das Kind mehrfach zu seinen Schulaufgaben motivieren zu müssen. Besonders Eltern der kleineren Klassenstufen haben dies als sehr herausfordernd empfunden (KS 1 bis 4 = 68 %). Ein ähnliches Bild zeichnete sich bei der elterlichen Überforderung bei der Unterstützung der Schulaufgaben.

Ebenfalls gaben über die Hälfte der Eltern von jüngeren Kindern an, mitunter gereizt und ungeduldig auf Fragen der Kinder zu antworten. 30 % der Eltern von Kindern in Klassenstufe 11 bis 13 machten sich zudem Sorgen um die Entwicklung ihres Kindes. In den niedrigeren Klassenstufen war der Anteil noch höher.

Abbildung 1: Belastungserleben der Eltern



Unterstützungsbedarf der Kinder

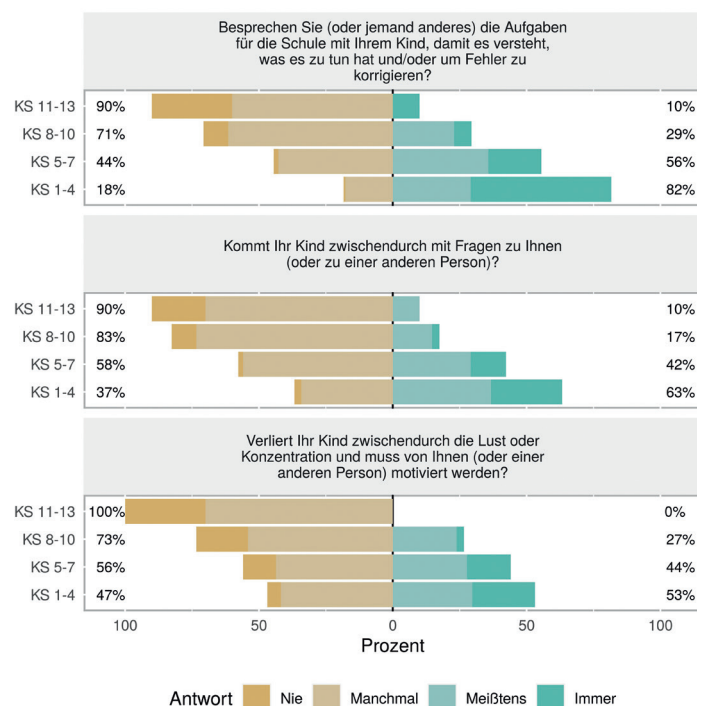
Der zeitliche Unterstützungsbedarf des Kindes beim Homeschooling wurde anhand von sechs Items ermittelt (siehe Abbildungen 2 und 3). Ähnlich wie in den Studien während des ersten Lockdowns, war dieser auch in der vorliegenden Stichprobe in den unteren Klassenstufen besonders hoch (siehe Abbildung 2). Während nur 10 % der

Gerade bei den jüngeren Kindern kamen zu den Verständnisproblemen noch Motivations- beziehungsweise Konzentrationsprobleme.

Eltern von Kindern der Klassenstufe 11 bis 13 mit ihren Kindern die Schulaufgaben besprechen, lag der Anteil

bei den Eltern der Klassenstufe 1 bis 4 bei 82 %. Auch der regelmäßige Bedarf an Hilfestellung bei Fragen war in den unteren Klassenstufen hoch. Bei Klassenstufe 11 bis 13 lag der Anteil nur bei 10 %, wohingegen 63 % der Kinder in der Klassenstufe 1 bis 4 regelmäßig Hilfe brauchten. Gerade bei den jüngeren Kindern kamen zu den Verständnisproblemen noch Motivations- beziehungsweise Konzentrationsprobleme. Mehr als die Hälfte der Kinder in der 1. bis 4. Klasse mussten regelmäßig von ihren Eltern motiviert werden. Dies stimmt mit den Ergebnissen von Wildemann und Hosenfeld (2020) überein, die ebenfalls zeigen konnten, dass vor allem das regelmäßige Motivieren der Kinder Eltern vor große Herausforderungen und Schwierigkeiten stellt.

Abbildung 2: Häufigkeit des Unterstützungsbedarfes der Kinder





Die Zeit, die ein Kind sich alleine im Homeschooling mit seinen Aufgaben beschäftigte, war in der vorliegenden Stichprobe ebenfalls unterschiedlich für die verschiedenen Klassenstufen (siehe Abbildung 3). 68 % der Kinder in Klassenstufe 1 bis 4 mussten im Durchschnitt schon nach spätestens 30 Minuten wieder motiviert werden. An guten Tagen betreuten 58 % der Eltern ihre Kinder in der 1. bis 4. Klasse insgesamt nur bis zu 30 Minuten bei den Schulaufgaben. An diesen guten Tagen mussten die Eltern also nicht lange unterstützen, dafür oft innerhalb kurzer Zeitabstände. An schlechten Tagen lag die Betreuungszeit höher. In den höheren Klassenstufen nahm die Gesamtzeit der Betreuung der Hausaufgaben ab.

Psychotherapie kreativ gestalten mit dem neuen Onlinetool



Jetzt 30 Tage
kostenfrei testen

Fotos © Gettyimages

Auf [psychotherapie.tools](https://www.psychotherapie.tools) stehen über 5.000 praxisbewährte Arbeitsmaterialien für die Psychotherapie online. Dort erhalten Sie Arbeits- und Infoblätter für Patient_innen, die Arbeit mit Angehörigen und für die Therapieplanung zu:

- Verschiedenen Störungsbildern
- Verschiedenen Verfahren
- Ressourcenaktivierung und Selbstfürsorge, Stärkung des Selbstwertes uvm.
- **Ganz neu** sind die Materialien zum Umgang mit psychischen Belastungen in der Coronapandemie

Testen Sie jetzt das Onlinetool
30 Tage kostenfrei in Ihrer Praxis:

Sie erhalten 10 Credits geschenkt. Die Credits können direkt für Info- und Arbeitsblätter mit Interviews, Checklisten, Hausaufgaben uvm. eingesetzt werden.

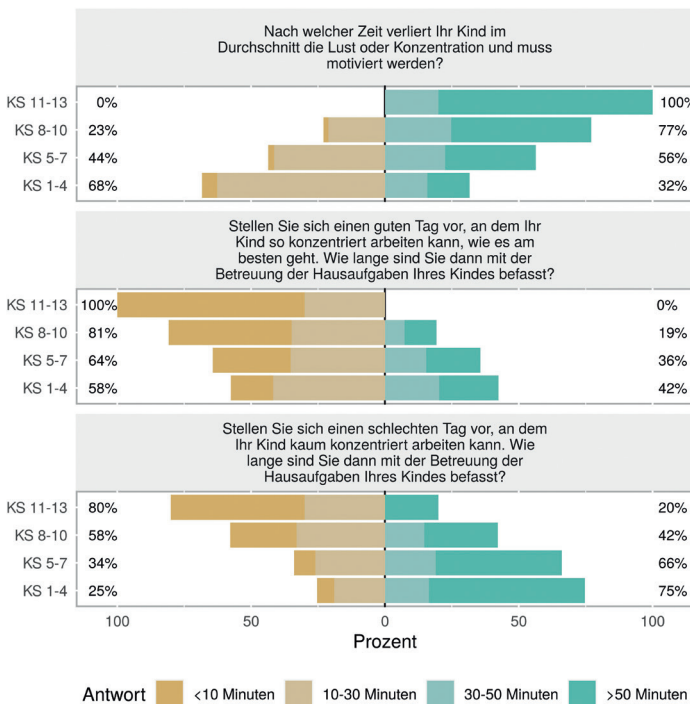
Weitere Informationen
www.psychotherapie.tools



**PSYCHOTHERAPIE.
TOOLS**

Eine Marke von **BELTZ**

Abbildung 3: Zeitlicher Unterstützungsbedarf der Kinder



Die Freitextantworten machen deutlich, dass die Doppelrolle, Elternteil und gleichzeitig Lehrkraft zu sein, als sehr belastend empfunden wird.

Homeschooling – Résumé der Eltern

In einem Freitext-Feld hatten die Teilnehmenden die Möglichkeit weitere Kommentare zu hinterlassen. Dies wurde genutzt, um Kritik und Wünsche an das Homeschooling sowie das eigene Belastungserleben näher zu beschreiben.

Kritik: Es wurde von diversen Problemen bei der Umsetzung des Homeschoolings berichtet, wie zum Beispiel kein eigener Arbeitsplatz der Kinder. Oft arbeiten diese im Wohn- oder Essbereich, da dies eine schnellere Erreichbarkeit der Betreuungsperson bei Fragen oder Problemen ermöglicht. Ein weiterer Kritikpunkt war, dass nicht immer genügend Endgeräte zur Verfügung stehen und die Kinder sich diese mit Geschwistern oder Eltern teilen müssen. Hinzu kommen technische Probleme, wie keine stabile Internetverbindung oder fehlerhafte Lernsoftware. Des Weiteren stellt die teilweise fehlende IT-Kompetenz der Lehrkräfte und Schulen ein Problem dar. Eltern berichten, dass Lehrkräfte digitale Möglichkeiten nicht nutzen oder nicht ausschöpfen. Hier wird ein Schulungsbedarf gesehen, um die digitalen Kompetenzen zu verbessern. Als generelle Kritik wurde mehrfach darauf hingewiesen, dass sich durch das Homeschooling die Bildschirmzeit der Kinder weiter erhöht. Gerade bei Grundschulern wird dies von einigen Eltern als kritisch empfunden.

Belastungserleben: Die Freitextantworten machen deutlich, dass die Doppelrolle, Elternteil und gleichzeitig Lehrkraft zu sein, als sehr belastend empfunden wird. Eltern beschreiben „(d)ie momentane Problematik ist, dass man Mutter und Lehrerin in einem sein soll (...)“. Nicht nur bei Fragen oder Problemen als Ansprechpartner*in da zu sein, sondern auch die Tagesstrukturierung und Motivation der Kinder, mit den eigenen Aufgaben



anzufangen und dabei zu bleiben, ist herausfordernd. Zu der Doppelrolle kommt die Doppelbelastung gleichzeitig der Familie und dem Beruf gerecht werden zu wollen. Eltern schreiben „(...) wir sind von den Lehrern und der Schule völlig alleingelassen, und die Doppelbelastung (...) ist hier das Problem!“. Diese Belastung ist unabhängig von der eigenen Arbeitssituation. Eltern die nicht im Homeoffice sind (in der vorliegenden Stichprobe circa die Hälfte) berichten, dass Schulaufgaben nach Feierabend noch erledigt werden müssen. Eltern, die parallel im Homeoffice arbeiten, können dieser Arbeit nicht konzentriert nachgehen, wenn sie gleichzeitig ihre Kinder beim Homeschooling unterstützen.

Ansprüche ans Homeschooling: Gerade für Grundschüler*innen wird das Homeschooling kritisch gesehen, da soziale Kontakte wichtig für den Erwerb sozialer Fertigkeiten sind. Die Eltern wünschen sich ein reales Gegenüber für ihre Kinder, das auf Fragen und Gefühle eingehen kann. Häufig wurde gefordert auch den digitalen Austausch zu fördern. Eltern wünschen sich, dass „(...) Lehrer die gegebenen technischen Möglichkeiten besser nutzen (sollten), um online mit den Kindern in Kontakt zu treten (...)“. Sie fordern virtuelle Klassenzimmer, in denen sich Schüler*innen und Lehrkräfte treffen. Dort könnten Kinder mit den Lehrkräften in Kontakt treten, wenn sie Fragen haben. Zusätzlich würde der Austausch mit den Mitschüler*innen gefördert.

Fazit und Ausblick

Ein Teil der Eltern – insbesondere von Grundschulkindern – steht digitalem Unterricht prinzipiell kritisch gegenüber, unter anderem wegen der erhöhten Bildschirmzeiten aber auch wegen des Fehlens des direkten persönlichen Kontakts. Ein anderer Teil der Eltern sieht jedoch in der Digitalisierung des Unterrichts, bei adäquaten Voraussetzungen und qualifizierter Durchführung, eine große Chance. Insgesamt zeigen unsere Ergebnisse jedoch, dass die Belastung von Eltern durch Homeschooling aktuell sehr hoch ist. Ein entscheidender Faktor ist dabei die Häufigkeit, mit der Eltern ihre Kinder immer wieder motivieren müssen mit den Schulaufgaben anzufangen oder weiterzumachen. Daher beschäftigt sich unsere Forschungsgruppe aktuell mit der Fragestellung, ob technische Assistenzsysteme die Eltern bei dieser Aufgabe unterstützen können und dies somit bei einigen Familien, vor allem mit Kindern mit hyperkinetischen Störungen, zu einer Entlastung des Familienlebens (siehe Elternstress) führt.

„Trotz einer immensen Doppelbelastung bin ich bereichert aus dieser Zeit gegangen.“

**Kostenlose
Video-Seminare 2021**
mit RAin Düsing + RA Achelpöhler

**STUDIENPLATZ-
KLAGE**

Mi 19. Mai | Mi 09. Juni
Mi 23. Juni | Mi 07. Juli

Beginn: jeweils 18 Uhr

Nach rechtzeitiger Anmeldung per Mail erhalten Sie die Zugangsdaten.

MEISTERERNST
DÜSING
MANSTETTEN

Partnerschaft von
Rechtsanwältinnen und
Rechtsanwälten mbB
Notarin

Oststr. 2 · 48145 Münster
Tel. 0251/5 20 91-19
duesing@meisterernst.de
www.numerus-clausus.info

Das umfangreiche Literaturverzeichnis finden Sie online im unter www.psychotherapieaktuell.de.



Ira-Katharina Petras

M. Sc. Klin. Psych., seit 2020 Psychologin und Wissenschaftliche Mitarbeiterin der Universitätsklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie im Evangelischen Klinikum Bethel. 2017 bis 2020 Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Lehrstuhl für Klinische Psychologie der Universität Bremen. In Ausbildung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin.



Birte Richter

M. Sc., seit 2020 wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Medizinischen Fakultät OWL, AG Medizinische Assistenzsysteme, 2017 bis 2020 wissenschaftliche Mitarbeiterin in der AG Angewandte Informatik der Universität Bielefeld, 2014 bis 2017 wissenschaftliche Mitarbeiterin im Exzellenzcluster Kognitive Interaktionstechnologie (CITEC) der Universität Bielefeld, seit 2014 Promotionsstudiengang Intelligente Systeme.



Prof. Dr.-Ing. Britta Wrede

Seit 1. Oktober 2019 Leiterin der AG Medizinische Assistenzsysteme an der Medizinischen Fakultät OWL der Universität Bielefeld. 2009 bis 2019 Leiterin der AG Angewandte Informatik an der Technischen Fakultät der Universität Bielefeld. 2003 bis 2009 Postdoktorandin in der AG Angewandte Informatik, 2002 bis 2003 Postdoktorandin am International Computer Science Institute (ICSI), Berkeley, US.



Prof. Dr. med. Michael Siniatchkin

Seit 1. November 2020 Direktor der Klinik und Professor für die Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie an der Universität Bielefeld. Seit 1. Januar 2019 Chefarzt der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie im Evangelischen Klinikum Bethel. 2014 bis 2019 Direktor des Instituts für Medizinische Psychologie an der Universität Kiel. 2010 bis 2014 Oberarzt in den Kliniken für Kinder- und Jugendpsychiatrie in Marburg und Frankfurt.