Birgit Mewes

Möglichkeiten und Grenzen von Erziehungsberatung in der Pandemie. Junge Familien zwischen Resilienz und Resignation

Bei meiner Arbeit in einer Beratungsstelle des Jugendamtes und ausgebildet als systemisch analytische Familien- Kinder- und Jugendlichentherapeutin ist es mir sehr wichtig, insbesondere auch die Perspektive der Kinder der zu beratenden Familien bzw. Eltern einzunehmen. Um die jeweilige Fragestellung aus jedem Blickwinkel des Familiensystems verstehen zu können, lerne ich in der Regel alle Mitglieder, vor allem auch die meist betroffenen Kinder gerne persönlich kennen. Die Pandemie und die daraus resultierenden Lockdowns und veränderten Beratungsbedingungen haben diese Möglichkeiten massiv eingeschränkt, da über lange Zeiträume oft nur telefonische oder virtuelle Beratungen möglich waren. Die im Folgenden beschriebenen Fallsequenzen sind daher sicher stellvertretend für sehr viele betroffenen Kinder, die nicht die Chance hatten, gesehen und gehört zu werden und deren Sorgen und Ängsten ich hier einen Raum geben möchte.

1 Fallbeispiele

Seit einem Jahr herrscht Ausnahmezustand, weltweit hat die Pandemie das Leben der Menschen fest im Griff. Wir alle sind den sich immer wieder ändernden Schutzmaßnahmen, Hygiene- und Abstandsregeln und Kontaktbeschränkungen ausgesetzt.

Dass diese rigiden Einschnitte und Veränderungen unseres vertrauten Lebens, unserer Gewohnheiten und Strukturen auf Dauer nicht nur die Verbreitung des Virus beeinflussen würden, sondern eben leider auch unsere psychische und physische Verfassung und die unserer Kinder verändern würden, ist seit Monaten immer stärker zu beobachten:

Die **vierjährige Lilli** lebt bei ihrer Mutter, sie hat ihren Papa seit vielen Wochen nicht gesehen, er ist neu verheiratet und hat ein neues Baby. Mama sagt, dass sie Angst hat, Lilli könne sich anstecken, denn das wäre sehr schlimm, weil sie Asthma hat. Sie ist unglücklich, nässt wieder ein und fühlt sich ganz schrecklich, wenn sie daran denkt, ihr Papa könne sie über das neue Baby ganz vergessen.

Abb. 1: Beratungsstelle im Jugendamt. Quelle: Birgit Mewes

Die Mutter der **dreijährigen Mia** ist immer traurig und weint viel, sie vergisst manchmal aufzustehen und ihr etwas zu essen zu machen. Aber sie stellt ihr oft den Fernseher an. Manchmal spricht sie mit einer Frau und sagt ihr, dass ihr alles zu viel wird und sie nicht mehr kann. Was wird dann aus ihr? Manchmal ist Mia ganz schlecht und sie hat schlimme Bauchschmerzen, sie zupft manchmal ganz feste ein paar Haare raus, dann merkt sie die Bauchschmerzen nicht so stark.

Als Familien-, Kinder- und Jugendlichentherapeutin der Jugend- und Elternberatung des Jugendamtes der Stadt Düsseldorf erfolgt die Arbeit im direkten, telefonischen und digitalen Beratungskontakt mit den unterschiedlichsten Düsseldorfer Familien und Kindern. Die Schwerpunkte, die Familien- Kinder- und Jugendlichentherapie, die entwicklungspsychologische Beratung von Familien mit

Säuglingen und Kleinkindern und die Kooperationsarbeit mit dem Kinderhilfeszentrum Düsseldorf und seinen Wohn- und Schutzgruppen haben sich seit März 2020 deutlich verändert und sich den jeweiligen Vorgaben anpassen müssen, die sich nicht mehr nur an dem eigentlichen Bedarf der Familien orientieren, sondern mehr auf den Schutz vor Corona-Infektionen abzielen.

Seither sind durch die vorgegebenen Schutzmaßnahmen die Präsenztermine deutlich begrenzt, alle Gruppenangebote bis auf weiteres abgesagt und vor allem die Möglichkeiten des diagnostischen und therapeutischen Arbeitens mit Kindern zwischen 6 und 10 Jahren sehr eingeschränkt. Im Lockdown selbst sind Präsenztermine nur noch in akuten Krisen erlaubt oder aber in Form von „Spaziergangberatung“. Zwei Drittel meiner Gespräche führe ich in Form von Videoberatungen, bei denen man oft alle Mitglieder des Familiensystems kennen lernt und manchmal auch Einblicke in die Wohnsituation erhält.

Viele in den Beratungsanfragen benannte Themen und Fragestellungen haben sich im Kontext der Pandemie verändert, und nach einer leichten Beruhigung durch schönes Wetter und sinkende Inzidenzwerte sind die Fallanfragen seit November 2020 wieder deutlich angestiegen und von mehr emotionaler und praktischer Not geprägt. Im Wesentlichen geht es um folgende Themen:

- Umgangsregelungen unter Berücksichtigung von Kontaktbeschränkungen
- Kinderbetreuung wegen geschlossener Schulen und Kitas bzw. wegfallender Betreuungspersonen wie z. B. Großeltern
- Probleme mit Home-Schooling (technische Ausstattung, gleichzeitiges Home-Office, beengter Wohnraum etc.)
- Einsamkeit aufgrund fehlender Kontakte
- Probleme mit der veränderten Alltagsstruktur
- Überforderung durch die Betreuung der Kinder
- Paarkonflikte und Trennungen
- Finanzielle und existentielle Fragen

Sehr oft verbirgt sich hinter dem bei der Anmeldung benannten Anliegen ein schwerwiegenderes Thema, was erst in einer vertrauteren Atmosphäre nach einem längeren Gespräch genannt wird. Da Kinder sehr häufig Symptomträger der verdeckten Probleme in der Familie sind, ist es nicht so selten, dass ein gemeldetes auffälliges Verhalten eines Kindes die Reaktion auf einen seit langem bestehenden Elternkonflikt oder eine psychische Erkrankung eines Elternteils ist.

Das Ausmaß der in diesem Jahr gewachsenen Nöte, Ängste und Anliegen und die insbesondere seit dem zweiten Lockdown angemeldeten Anfragen über besorgniserregendes Verhalten von Kindern und Jugendlichen machen deutlich: Die Folgen der Pandemie betreffen nicht nur die Erwachsenen und die stark gefähr-

deten alten Menschen, sondern in der Folgewirkung auch und in sehr vielfältiger Weise unsere Kinder.

In der Einrichtung beträgt der Anteil der Beratungen von Familien mit Säuglingen und Kleinkindern etwa 15 %, oft gibt es Geschwisterkinder und es geht in den Anfragen um Eifersucht, verstärkte Trotzphasen oder Eingewöhnungsschwierigkeiten in der Kita.

In der Pandemie ist das meist gut geplante Betreuungskonzept von Eltern immer wieder neu gestört und oft muss ein Problem dann sehr kurzfristig gelöst werden. Als dem Jugendamt angegliederte Beratungsstelle wird die Einrichtung oft auch in solchen Notlagen angefragt. Selten ist es so, dass der Einfluss von Corona im Beratungsanliegen so unmittelbar ist wie bei Henri:

Der Dreijährige hat fünfjährige Zwillingsgeschwestern, seine Mutter ist alleinerziehend und Ärztin. Sein Vater hat Depressionen und ist schon länger in einer Klinik. Als seine Mutter im Herbst positiv getestet wird, müssen sie alle in Quarantäne und Nachbarn versorgen sie mit Einkäufen. Als Henris Mutter und die beiden großen Schwestern erste Symptome bekommen, gibt es in Absprache mit mir eine Notfallplanung, den kleinen Henri in Obhut zu nehmen und vorübergehend in einer Bereitschaftspflege unterzubringen, wenn eine Versorgung zu Hause nicht mehr möglich ist. Tatsächlich bin ich sehr froh, als die Mutter nach drei sehr schwierigen Tagen langsam wieder die Betreuung der Kinder übernehmen kann, denn auch eine Pflegefamilie oder Wohngruppe wäre von einer Quarantäne betroffen gewesen, so dass eine Unterbringung von Henri eine große Herausforderung geworden wäre.

Dass das Wohlbefinden von Kindern ganz wesentlich von der familiären Situation und der Stimmung innerhalb der Familie abhängt, wird besonders in der Zeit der Pandemie bedeutsam. Mehr denn je sind nun wieder die Eltern in der Verantwortung, die Entwicklung ihrer Kinder zu fördern, ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden zu schützen und ihnen Sicherheit und Geborgenheit zu geben. Es ist wichtig, dass Eltern in dieser Zeit auch gut für sich selbst sorgen. Denn nur, wenn sie die nötige Ruhe und Gelassenheit ausstrahlen, fühlen sich auch Kinder sicher und geborgen. Kinder sind sehr vom Befinden ihrer Eltern abhängig, sie selbst haben keinen Möglichkeiten, die Situation zu verändern. Daher brauchen sie die Zuversicht ihrer Eltern.

Insbesondere in den Zeiten des Lockdowns und den intensiven Kontaktbeschränkungen hat die Isolation der Kinder von ihren Spielkameraden, ihren Kita- und Freizeitfreunden und den Verwandten Auswirkungen auf deren Entwicklung und Wohlbefinden. Durch die Coronamaßnahmen sind viele Familien stark auf sich selbst zurückgeworfen. Das Fehlen der vertrauten Bezugspersonen führt auch bei Kindern zu Gefühlen von Einsamkeit und Leere. Gerade für Einzelkinder oder/und Kinder von Alleinerziehenden kann die empfundene Isolation unter Umständen schwerwiegendere Entwicklungsveränderungen zur Folge haben.

Die Eltern des jetzt **anderthalbjährigen Finn** trennten sich vor der Geburt des Kindes und die Eltern erhielten bei mir eine Beratung zur Umgangsregelung. Da Finn gestillt wurde und seine Mutter sehr verletzt war, dass der Vater sie im Stich gelassen hatte, sollte er Finn nur in ihrer Anwesenheit besuchen dürfen. Eine erste Regelung für 4 Wochen war gerade gefunden als es zum Lockdown kam. Henris Mutter setzte sofort die Umgangskontakte aus, da der Vater eine neue Partnerin mit Kind hatte und sie damit die Sorge vor einer evtl. Infektion begründete. Es war nicht möglich, eine außergerichtliche Einigung zu finden und so wurden begleitete Besuchskontakte angeordnet, die pandemiebedingt nur beim Kinderschutzbund Düsseldorf durchgeführt werden konnten. Die symbiotische Beziehung zwischen Henri und seiner Mutter und das nahezu völlige Fehlen jeglicher Außenkontakte machen es Henri auch nach über 15 Terminen noch immer nicht möglich, sich von seiner Mutter zu trennen. Die Kollegin, die diese Umgänge begleitet, rechnet damit, dass unbegleitete Besuchskontakte wohl erst in einigen Monaten möglich sein werden, zumal im Lockdown einige Termine über Video durchgeführt werden mussten.

Durch die Pandemie sind viele Rituale, Rhythmen, Regeln, Strukturen verändert, vertraute Abläufe sind durcheinander, darauf reagieren große und kleine Menschen mit psychischen und physischen Symptomen. Eine für Kinder nicht einschätzbare Situation verunsichert sie und führt zu Stress und Unruhe. Oft sind sie mit Gefühlen von Traurigkeit, Leere, Lustlosigkeit, Langeweile und Angst konfrontiert. Manche Kinder missverstehen Zusammenhänge und erleben die Kontaktbeschränkungen unter Umständen auch als eine Form von Strafe oder als selbstverschuldet.

Weil darüber hinaus aber auch viele andere Angebote für werdende und junge Mütter und deren Kinder (u. a. Geburtsvorbereitung, Rückbildungsgymnastik, Stillgruppen, Krabbelgruppen), als auch Fördermaßnahmen wie Ergotherapie, Babyturnen, Logopädie ausfallen bzw. nur sehr begrenzt oder online angeboten werden, muss man von einer stärkeren Unsicherheit, unzureichender Information aber vor allem einer großen Isolation ausgehen, die ganz sicher auch dazu führt, dass Verhalten, Reaktionen und Signale der Kinder nicht immer richtig eingeordnet werden und eine adäquate Reaktion erfolgt. Wir wissen, dass auch Kinderarzt- und Zahnarztbesuche sowie Vorsorgeuntersuchungen aus Angst vor Ansteckung oder aus Überforderung so manches Mal nicht wahrgenommen werden. Die daraus resultierenden Folgen sind hier noch gar nicht absehbar.

Amin (4 Jahre) ist schon viele Wochen nicht mehr in der Kita gewesen, seine Mutter und die vier älteren Geschwister sind fast nur in der Wohnung und keiner hat wirklich Zeit für ihn. Er hat Angst, dass das Virus alle krank macht und er vielleicht seine Freunde nicht mehr wieder sieht. Zu Hause spricht er nur türkisch, was ist, wenn er sein ganzes Deutsch verlernt und ihn irgendwann in der Kita keiner mehr versteht?

Während es für die Eltern herausfordernd ist, die Kinder immer wieder bei Notdiensten und eingeschränktem Regelbetrieb bzw. Notdienst zu betreuen, ist es für die Kinder frustrierend und folgenschwer, wenn immer wieder über längere Zeiträume die festen Strukturen, Kontakte und Aktivitäten der Kita fehlen. Eltern und Erzieher:innen stellen fest, dass bereits erworbene Fähigkeiten in Sprache, Motorik und Sozialverhalten wieder verlorengehen, bzw. die Förderung bestehender Defizite nicht in ausreichendem Maß gewährleistet werden kann. Vor allem Kitakinder, die im Sommer in die Grundschule wechseln, werden es nicht leicht haben, die pandemiebedingten Defizite ohne weiterreichende Unterstützungsangebote aufzuholen, um einen guten Übergang zu schaffen. Auch Singen, Basteln, Malen und das gemeinsame Spiel setzen regelmäßiges „trainieren“ voraus, sonst werden diese gerade erst erworbenen Fähigkeiten schnell wieder verlernt.

Durch die Begehungsverbote ist das tägliche kurze Gespräch zwischen Eltern und Erzieher:innen weggefallen und damit möglicherweise auch das schnelle Intervenieren bei Auffälligkeiten.

Die gemeinsame Zeit mit Gleichaltrigen fördert nicht nur die sozialen Fähigkeiten, sie bietet auch Lernen auf Augenhöhe. Nicht nur angeleitetes Spiel, sondern kreatives Miteinander, Toben, Raufen und Spaß haben auf einem gemeinsamen Level ermöglicht Kindern, sich selbst und ihre Fähigkeiten zu erfahren und ihre Selbstwirksamkeit zu erleben. Die Möglichkeit, in einer altersgemischten Kitagruppe unterschiedliche Positionen einzunehmen, und mal Jüngeren etwas zu zeigen und dann wieder von Älteren ins Spiel mit einbezogen zu werden, schafft eine gute Ausgewogenheit, macht Kinder selbstbewusst, aber auch sozial kompetent.

Dagegen erleben sich Einzelkinder im überwiegenden Zusammensein mit ihren Bezugspersonen immer als diejenigen, die etwas vermittelt, gezeigt oder ermöglicht bekommen, wodurch sie einerseits sicher gute Möglichkeiten für sichere enge Bindung erfahren, sich aber andererseits oft sehr schlecht ablösen können und sich als wenig selbstbewusst und kompetent erleben.

Gerade in Familien, wo es schon vor der Pandemie viele Konflikte und Probleme gab, zeigt sich, dass die Kinder mit Veränderungen deutlich schlechter zurechtkommen. In Zeiten von Corona werden Probleme besonders signifikant, wenn herausfordernde Lebensverhältnisse, belastete Eltern und „anspruchsvolle“ Kinder aufeinander treffen:

Gina (2 Jahre) und Tayler (4) sind mit ihrem großen Bruder Jason (9) nun schon viele Wochen zu Hause. Ihre Mama lernt tagsüber mit Jason für die Schule, das ist sehr anstrengend für Mama, weil Jason sich ohne Tabletten gar nicht konzentrieren kann. Nachmittags muss sie kochen und putzen und hat auch keine Zeit zum Spielen und abends putzt sie die Büros einer großen Firma. Ihr Papa hat sonst in einer Gaststätte gearbeitet und ist nun auch sehr viel

zu Hause. Wenn das Wetter schön ist, unternimmt er manchmal was mit ihnen, aber er will auch viel seine Ruhe haben, wenn er auf der Couch fernsieht. Er trinkt immer gerne Bier und will nicht gestört werden. Er schreit sie oft an, dass sie leiser sein sollen, und manchmal, wenn Mama nicht da ist, wird er so böse, dass sie richtig Angst vor ihm haben. Als Jason ihm mal gesagt hat, er soll nicht so schreien, hat er ihn heftig geschüttelt und ihm eine Ohrfeige gegeben.

Während des ersten Lockdowns haben viele Familien die Umstellung auf den ungewohnten Alltag zunächst sehr engagiert angenommen und sich den vielfältigen Herausforderungen mit Kreativität und großem Einsatz gestellt. Damals empfanden es einige Familien entlastend, nicht mehr die zahllosen Freizeittermine organisieren zu müssen, sondern mehr gemeinsame Zeit mit ihren Kindern verbringen zu können, und auch diese fanden es toll, mehr Zeit mit den ansonsten oft sehr beschäftigten Eltern zu verbringen. Die politischen Reglementierungen wurden vielfach als vernünftig und wirksam akzeptiert und die sinkenden Infektionszahlen bestätigten die Wirksamkeit der ertragenen Einschränkungen, während ein über Monate andauerndes schönes Wetter viele Möglichkeiten bot, seine freie Zeit in der näheren Umgebung zu verbringen.

Seit Beginn der Pandemie gibt es Befürchtungen einer Zunahme von häuslicher Gewalt, Missbrauch und Vernachlässigung insbesondere bei den belasteten Familien. Wichtige Orte, wo Misshandlungsspuren auffallen und von denen vielfach auch die Gefährdungsmeldungen ausgehen (Kitas, Schulen, Sportvereine etc.) wurden geschlossen und man geht von einer hohen Dunkelziffer aus, auch wenn die Zahlen das anfangs nicht widerspiegeln (siehe den Beitrag von Dominik Wulf in diesem Buch zum anfänglichen Rückgang von Gefährdungsmeldungen an das Jugendamt).

Die **einjährige Lotta** musste Anfang Februar mit ihrer schwangeren Mama notfallmäßig zu deren Schwester ziehen, nachdem der Vater beide in einem heftigen Streit nachts vor die Tür gesetzt hatte. Ihre Mutter wurde einige Tage später schwer krank und bekam Blutungen und ein Krankenwagen brachte sie spät abends in ein Krankenhaus. Sie hat das alles miterlebt und durfte wegen des Besuchsverbotes 7 Wochen lang ihre Mutter nicht mehr sehen. In dieser Zeit forderte ihr Vater gerichtlich die Herausgabe von Lotta und ich hatte fast täglich Gespräche mit Lottas Mutter, in denen ich sie tröstete, informierte und Kontakte herstellte zum Bezirkssozialdienst, zur Beistandschaft, zum Krankenhaussozialdienst und zum Wohnungsamt. Außerdem sprach ich mit Lottas Vater, dessen Rechtsanwalt und mehrfach mit Lottas Tante, da das Kind massive Belastungssignale zeigte. Lotta, die vorher lebhaft und fröhlich war und bereits erste Worte sprach, war seit dem nächtlichen Notarzteinsatz verstummt, weinte oft, war unruhig und verweigerte häufig das Essen. Im Sommer beruhigte sich die Lage und endlich konnten Mutter und Lotta auch in eine eigene Wohnung ziehen. Im Laufe dieser Zeit ließen die massiven Ängste, nächtlichen Albträume und die Unruhe bei Lotta deutlich nach, sie nahm an

Gewicht zu und begann wieder zu sprechen. Bei ihrer Mutter wollte sich keine wirkliche Freude auf das neue Baby einstellen, zumal der Vater die Vaterschaft bestritt und Lotta auch nur sporadisch für wenige Stunden sehen wollte. In der 35. Woche setzten erneut Blutungen ein, die Mutter kam wieder in die Klinik und Lotta zu ihrer Tante. Die kleine Ella wurde 3 Wochen zu früh, 2300g schwer, aber gesund geboren und konnte bereits 3 Tage nach der Geburt nach Hause entlassen werden. Lottas Mutter hatte durch die Hilfe der Klinik eine Hebamme, doch allein erziehend mit der wieder völlig verstörten Lotta und mit sehr ambivalenten Gefühlen für Ella verlor das Neugeborene an Gewicht und wurde immer apathischer, so dass die Hebamme eine erneute Einweisung von Mutter und Kind veranlasste. Dort hat die Mutter allerdings massiv die Aufnahme von Lotta eingefordert, sie könne nicht ständig das eine Kind wegen des anderen vernachlässigen. Zum großen Glück für Lotta wurde gegen die Bestimmungen entschieden und alle drei durften in ein Familienzimmer, bis es Ella besser ging. Auch wenn Ella noch immer auf Stress und Unruhe mit Gedeihstörungen reagiert und zu Koliken neigt, läuft es besser und seit Lotta einen Platz bei einer Tagesmutter hat, wächst die Bindung zwischen Mutter und Ella. Nur auf den Besuch der Tante reagiert Lotta mit Panik, mit ihr verbindet sie noch immer eine Trennung von Mama. Auch der Umgangskontakt mit dem Vater ist schwierig. Ich werde diese Familie sicherlich noch einige Zeit weiter begleiten.

In der Arbeit mit den unterschiedlichen Familien sind es besonders die Vielfalt und das weitreichende Ausmaß der Auswirkungen von Corona, die es nicht leicht machen, die Wirkfaktoren von Hilfen und Maßnahmen zu benennen. Sicher ist aber, dass folgende Faktoren enormen Einfluss auf gelingende Interventionen haben:

- Beharrlichkeit im Hilfeersuchen
- Engagement und Empathie bei den Fachkräften,
- deren gute Erreichbarkeit,
- eine gute Vernetzung der unterschiedlichen Fachstellen sowie
- eine zeitnahe Unterstützung und Vermittlung

2 Möglichkeiten und Grenzen der Unterstützung durch die Jugend- und Elternberatung

Die deutlich limitierte Außenversorgung durch die stark reduzierten aufsuchenden Hilfen und die überwiegend wegfallenden Präsenzberatungen verbunden mit vermehrter finanzieller Not und dem mittlerweile sehr langen Zeitraum der Einschränkungen erhöhen für uns erkennbar bedrohlich den Stress in den Familien.

Die Möglichkeiten der Entlastung, Unterstützung und Hilfe erfordern viel persönliche Unterstützung, Zuwendung, Beratung und Einsatz. Außerdem bedarf es

innovativer Konzepte und kreativer Ideen, die in den Familien unmittelbar entlasten.

Natürlich unterliegen auch wir Fachkräfte den begrenzenden Schutzkonzepten, wir sind ebenfalls von den Auswirkungen der Pandemie betroffen, haben Angst um unsere Gesundheit und die unserer Angehörigen, vermissen soziale Kontakte und versuchen unsere fachliche Arbeit seit nunmehr fast einem Jahr immer wieder neu den sich verändernden Erfordernissen anzupassen.

Die jahreszeitbedingte schlechte Witterung und die massiv eingeschränkten Freizeitgestaltungsmöglichkeiten verstärken die „saisonale Depression“ deutlich und wir Berater:innen verzeichnen insbesondere bei Jugendlichen eine bedrückende Entwicklung von Antriebslosigkeit, Perspektivlosigkeit, Schulmüdigkeit bis hin zur Lebensunlust und suizidalen Gedanken.

Bei Eltern mit psychischen Erkrankungen verstärken sich Symptome und die Anbindung an niedergelassene Therapeut:innen bzw. freie Klinik- und Therapieplätze ist schwierig, es gibt teilweise Wartezeiten von mehreren Monaten.

Es ist ganz sicher wichtig und notwendig, schon jetzt Angebote zu entwickeln, die nach einer Lockerung die Krisenbewältigung von Eltern und Kindern in den Fokus nehmen. Hier ist aus meiner Sicht die Kooperation aller Beteiligten bereits im Vorfeld sinnvoll. Wir sollten z. B. bei der Planung von Gruppenangeboten für Kinder auch die Kitas, Schulen und Freizeiteinrichtungen mit einbeziehen und nicht nur auf die Förderung von Lerndefiziten, motorischen und sozialen Auffälligkeiten abzielen, sondern auch auf die psychische Bewältigung der z. T. traumatisierenden Erfahrungen vorbereitet sein, sowohl personell als auch mit guten Konzepten. Hierzu haben wir in der Beratungsstelle uns schon jetzt an die Planung und Vorbereitung von Angeboten begeben, die hoffentlich helfen werden, die zu erwartenden Probleme aufzufangen. Bei all diesen belastenden Themen sollten wir allerdings auch gut auf uns achten und den kollegialen Austausch zur Stärkung und Motivation nutzen.