

ST. WENDELER ZEITUNG

ST. WENDEL

Gästeführerin aus
St. Wendel erzählt. Seite C3

MARPINGEN

Bürgermeister spricht
über die Zukunft. Seite C5

MIT FREISEN, MARPINGEN, NAMBORN, NOHFELDEN, NONNWEILER, OBERTHAL, THOLEY UND ST. WENDEL

INTERVIEW SILKE WENDELS

„Manchmal reicht der Eismann um die Ecke“

Im Interview mit der Saarbrücker Zeitung erklärt die Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin unter anderem, wie Eltern ihre Kinder im Umgang mit den aktuellen Krisen unterstützen können.

Frau Wendels, derzeit schlittern wir von einer Krise in die nächste. Leiden Kinder besonders unter diesen turbulenten Zeiten?

WENDELS Das hängt von verschiedenen Faktoren ab. Zum einen vom Alter. Ältere Kinder bekommen von den Krisen und deren Auswirkungen auf das alltägliche Leben sicherlich mehr mit als ganz kleine Kinder. Zum anderen spielt auch der Umgang im Elternhaus eine zentrale Rolle dabei, wie Kinder mit Krisen klarkommen. Studien haben gezeigt, dass Kinder aus sozial benachteiligten Familien größere Probleme haben könnten. Wenn die Eltern selbst mit einer Situation überfordert sind, dann ist es für die Kinder umso schwieriger. Das hat man während der Pandemie deutlich gemerkt. Damals hat sich gezeigt, dass auch die Erwachsenen nicht krisenerprobt sind. Man hat die Kinder lange Zeit vergessen und nicht darauf geachtet, was sie brauchen. Das fand ich erschreckend.

Kamen während der Pandemie mehr Kinder zu Ihnen in die Praxis als in den Jahren davor?

WENDELS Tatsächlich hatte ich in meiner Praxis während der Pandemie etwa 60 Prozent mehr Anfragen als in den Jahren davor. Es traten öfter depressive Symptome auf, soziale Ängste waren gesteigert, und der Wechsel vom Lockdown in die normale Tagesstruktur schien für die Kinder von Mal zu Mal schwieriger.

Was hat Kinder während der Corona-Pandemie besonders belastet?

WENDELS Die größte Belastung war die soziale Isolation. Keinen Kontakt mehr zu Freunden und Gleichaltrigen haben zu können. Unter Umständen nicht mal mehr zur eigenen Familie. Es wurde zeitweise empfohlen, Kinder von ihren Großeltern fernzuhalten, um die älteren Menschen vor einer Ansteckung zu schützen. Ich habe einige Kinder erlebt, die Angst hatten, dass sie ihrer Oma und ihrem Opa schaden, wenn sie diese besuchen. Verbunden mit dieser Isolation kann dann das Gefühl der Einsamkeit aufkommen. Viele Jugendliche berichten heute noch, dass sie diese Einsamkeit noch immer empfinden.

Lässt sich bereits abschätzen, wie sich diese Zeit der Isolation in Zukunft auf die psychische Gesundheit auswirken wird?

WENDELS Manchen Jugendlichen, die während der Pandemie im Alter von neun bis zwölf Jahren waren, fällt es heute unter Umständen schwer, sich wieder in soziale Strukturen einzufügen und in Gruppen klarzukommen. Aber wie sich das in Zukunft auswirken wird, ist jetzt noch nicht absehbar. Dafür liegt die Hochphase der Pandemie noch



Wie sehr Kinder unter Krisen leiden, hängt von verschiedenen Faktoren ab – etwa vom Alter und dem Umgang im Elternhaus.

FOTO: GERO BREILOER DPA/LBN

nicht lange genug zurück. Bei Kindern und Jugendlichen ist noch ganz viel Entwicklung möglich. Ich habe die Hoffnung, dass sich bei vielen noch eine gewisse Resilienz entwickeln wird. Sie also lernen, eine schwierige Situation unbeschadet zu überstehen.

Jetzt haben wir ausführlich über die Pandemie gesprochen. Aber wie sieht es mit aktuellen Krisen wie Klimawandel und Kriegen aus? Haben auch diese einen Einfluss auf die psychische Gesundheit junger Menschen?



Silke Wendels ist Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin.

FOTO: FOTOSTUDIO WEDERTZ/WENDELS

WENDELS Das hängt davon ab, inwiefern sie damit konfrontiert sind. Und das wiederum hängt massiv mit dem Medienkonsum zusammen. Was sehen sie? Welche Videos konsumieren sie? Welche Informationen erhalten sie? Kürzlich gab es eine Erhebung, was die Kinder am meisten belastet. Da zeigte sich, dass Corona immer noch an erster Stelle steht. Dann kommt der Krieg und auf Platz drei der Klimawandel. Das fand ich spannend zu sehen.

Nehmen wir das Thema Krieg, das ist wohl für viele Kinder präsent.

ZUR PERSON

Silke Wendels ist seit 2002 in der Behandlung von Kindern und Jugendlichen tätig. Nach einigen Jahren der Mitarbeit in der Kinder- und Jugendpsychiatrie, war sie sieben Jahre in leitender Position in der Jugendhilfe beschäftigt. Im Jahr 2018 hat sie angefangen, als Kinder- und Jugendlichen-Psychotherapeutin in der Gemeinschaftspraxis Glimm und Wendels in Saarbrücken zu arbeiten. Im Juli 2020 eröffnete sie eine eigene Praxis in St. Wendel. Sie ist Mitglied des Vorstandes der Psychotherapeutenkammer des Saarlandes (Schwerpunkt Kinder und Jugendliche).

Alleine schon dadurch, dass sie plötzlich neue ukrainische Mitschüler bekommen haben. Sollten Eltern mit ihren Kindern über den Krieg sprechen?

WENDELS Es ist wichtig, über die Dinge zu reden, die den Kindern begegnen. Selbstverständlich in altersgerechter Form. Kinder neigen dazu, ganz viele Fantasien zu haben, wie etwas sein könnte. Diese Fantasien sind mitunter sogar schlimmer als die Realität oder völlig falsch. Daher hilft man Kindern, wenn man sie ein Stück weit aufklärt. Und ihnen auch erklärt, dass es Dinge im Leben gibt, die man nicht ändern kann. Wichtig ist, dass sich Eltern in dem Moment auch anbieten, diese Hilfllosigkeit gemeinsam mit ihrem Kind auszuhalten. Klar ist jedoch: Ich kann einem Kind nur eine Stütze sein, wenn ich selbst stabil genug bin. Die meisten Kinder sind für die Emotionen ihres Gegenübers sehr sensibel. Sie nehmen Stimmungen auf. Wenn ich sicher und stabil bin, kann ein Kind das spüren.

Nun geht es vielen Erwachsenen aber selbst nicht so gut, sie sind selbst nicht stabil. Die Krisen führen dazu, dass viele Familien in ständiger Sorge leben – etwa weil das Geld knapp wird. Sollten Eltern ihre eigenen Sorgen möglichst für sich behalten oder mit ihren Kindern auch darüber reden?

WENDELS Kinder bekommen viel mit und machen sich darüber ihre ganz eigenen Gedanken. Wenn ein Kind zum Beispiel hört, dass das Geld gerade knapp ist, kriegt es mitunter die Idee, dass es bald nichts mehr zu essen bekommen wird. Um diesen Ängsten vorzubeugen, ist es wichtig, mit dem Kind zu sprechen. Ihm zu erklären, dass die Familie gerade eine schwierige Phase durchmacht, dies aber kein dauerhafter Zustand ist. Außerdem ist es hilfreich, dem Kind zu zeigen, dass es trotz allem auch noch schöne Dinge im Leben gibt. Sich das Positive vor Augen zu führen, kann einem Erwachsenen auch gut tun. Wenn ich als Erwachsener jedoch merke, dass ich meinem Kind gerade keine Stütze sein kann, dann ist es wichtig, sich Hilfe zu suchen.

Wie merken Eltern, dass ein Kind Ängste mit sich herumträgt?

WENDELS Kinder sind oft recht offen, wenn es um Ängste geht und sprechen diese von sich aus an. Verschllossen sind sie eher, wenn es um Traurigkeit geht. Es kann sein, dass sie sich zurückziehen oder bestimmte Situationen meiden. Dass sie beispielsweise vor der Schule ständig Bauchschmerzen haben. Ein Indikator, dass ein Kind sich gerade sehr mit einem bestimmten Thema beschäftigt, ist auch, wenn es viele Fragen dazu stellt. Wenn sich

Eltern nicht sicher sind, können sie auch ganz offen auf ihre Kinder zugehen und fragen, was sie gerade umtreibt oder beschäftigt.

Psychische Probleme sind oft ein Tabuthema oder werden nicht ernst genommen. Was passiert, wenn Ängste und Depressionen bei Kindern und Jugendlichen nicht behandelt werden?

WENDELS Dann können sich diese Symptome oder Erkrankungen chronifizieren oder verschlimmern. Deshalb ist es ganz wichtig, sich Hilfe zu suchen. Wenn Eltern Schwierigkeiten haben zu akzeptieren, dass ihr Kind ein psychisches Problem hat, vergleiche ich die psychischen Probleme gerne mit einem gebrochenen Bein. Wenn man sich ein Bein bricht, geht man zum Arzt, um sich helfen zu lassen. Das Bein wird dann höchstwahrscheinlich wieder heilen. Mit professioneller Unterstützung sind die Chancen hoch, dass eine gesunde Weiterentwicklung möglich ist.

Können Kinder lernen, mit Stress umzugehen und eine gewisse Resilienz zu entwickeln?

WENDELS Ja. Wir alle lernen im Laufe der Zeit, besser mit Krisen klarzukommen und entwickeln dafür gewisse Strategien. Das ist bei Kindern nicht anders. Zur Entwicklung von Resilienz bei Kindern spielen Bezugspersonen eine wesentliche Rolle. Manchmal reicht dafür „der Eismann um die Ecke“. Wenn das eine positive Person ist, die gelassen mit einer bestimmten Situation umgeht, dem Kind zuhört und ihm ein Lächeln schenkt, dann ist es durchaus möglich, dass ein Kind sich daran ein Beispiel nimmt. Dass es das Positive, was dieser Mensch ausstrahlt, auch auf sich überträgt. Erwachsene, die mit Kindern zu tun haben – sei es in der Kita, in der Schule oder im Verein – haben eine verantwortungsvolle Aufgabe. Sie sind wichtige Menschen im Leben der Kinder und können durch ihr Verhalten viel bewirken.

Wie können Eltern ihren Kindern helfen, wohlbehaltend durch herausfordernde Zeiten zu kommen?

WENDELS Zum einen, indem sie sich Zeit für ihre Kinder nehmen. Ihnen wirklich zuhören und mit ihnen reden. Eben habe ich ja bereits gesagt, es sei wichtig, Kindern zu erklären, dass man gewisse Dinge im Leben nicht beeinflussen kann und dass man diese Hilfllosigkeit manchmal einfach aushalten muss. Genau so wichtig ist es aber auch, Kindern zu vermitteln, dass sie ihr Leben zu einem großen Teil selbst in der Hand haben.

DIE FRAGEN STELLTE SARAH KONRAD.

Tholey schließt neuen Stromkonzessionsvertrag

THOLEY (evy) Ein neuer Stromkonzessionsvertrag ist Thema in der jüngsten Sitzung des Tholeyer Gemeinderats gewesen. Durch Konzessionsverträge, auch Wegenutzungsverträge genannt, räumen Städte und Gemeinden als Eigentümer der öffentlichen Wege und Plätze – in diesem Fall einem Stromversorgungsunternehmen – ein Wegenutzungsrecht ein. Als Gegenleistung zahlt das Versorgungsunternehmen den Kommunen eine Konzessionsabgabe, deren maximale Höhe durch die Konzessionsab-

gabenverordnung (KAV) geregelt ist. Wie den Sitzungsunterlagen zu entnehmen ist, wurde per Gemeinderatsbeschluss im Juli 2023 der bestehende Wegenutzungsvertrag mit der Energis, der bis Ende Juli 2025 läuft, gekündigt. Dies gab die Gemeinde entsprechend im Bundesanzeiger bekannt samt dem Hinweis, dass Interesse am Abschluss eines neuen Wegenutzungsvertrages bestehe. Interessenten könnten sich bei der Gemeinde Tholey melden. Damals wurde nach der Veröffentlichung eine Frist von drei Monaten

gewährt. In dieser Zeit bekundete lediglich die Energis ihr Interesse.

Nun war es an den Mitgliedern des Gemeinderates zu entscheiden, ob ein neuer Konzessionsvertrag Strom ab dem 1. August 2025 mit dem Unternehmen geschlossen werden soll. An Konzessionsabgaben hat die Gemeinde Tholey laut Sitzungsunterlagen in den Jahren 2020 bis 2022 pro Jahr zwischen 260 000 und 290 000 Euro erhalten. Die Energis, so heißt es, habe sich verpflichtet, die Konzessionsabgabe im gesetzlich höchstzulässigen Umfang

zu zahlen. Dies bedeute, dass die Gemeinde Tholey in etwa mit der gleichen Konzessionsabgabe rechnen kann wie in den vergangenen Jahren. Die konkrete Berechnung der Gesamtabgabe erfolge auf der Basis der gelieferten Strommenge im Gemeindegebiet.

Der Vertrag mit der Energis soll eine Laufzeit von 20 Jahren haben, wie Bürgermeister Andreas Maldener (CDU) informierte. Per einstimmigem Votum ermächtigte der Gemeinderat den Verwaltungschef, den Vertrag abzuschließen.

Gesprächskreis für Angehörige Demenzkranker

NONNWEILER (red) Der Pflegestützpunkt im Landkreis St. Wendel bietet in Nonnweiler einen regelmäßigen Gesprächskreis zum Thema Demenz an. Angehörige von demenziell erkrankten Menschen, die sich austauschen möchten, sind dazu geladen. Geleitet wird der Gesprächskreis von Sabine Fuchs, Pflegeberaterin im Pflegestützpunkt im Landkreis St. Wendel. Beginn ist am Dienstag, 5. März, um 18 Uhr in den Räumen des Mehrgenerationen-

hauses Nonnweiler, Trierer Straße 9. Die weiteren Treffen sind jeweils an jedem ersten Dienstag im Monat.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldungen werden telefonisch unter der Nummer (0 68 51) 801 52 51 oder per E-Mail, sanktwendel@psp-saar.net entgegengenommen.

Produktion dieser Seite:

Melanie Mai
Jörg Wingerts Zahn