

**Pressemitteilung****Kommunikation und Medien**  
Philipp KressirerPettenkofenstr. 8a 80336  
MünchenTel: +49 (0)89 4400-58070  
Fax: +49 (0)89 4400-58072E-Mail: philipp.kressirer@  
med.uni-muenchen.de[www.lmu-klinikum.de](http://www.lmu-klinikum.de)**„Corona und Du“ –Infoportal begleitet Kinder und Jugendliche nach den Sommerferien zurück in den Corona-Schulalltag**

Am 8. September startet die Schule in Bayern, doch viele Kinder und Jugendliche kehren in einen Schulalltag zurück, der weiterhin von Einschränkungen und Social-Distancing-Maßnahmen geprägt sein wird. In Zeiten der Covid-19-Krise möchte das Infoportal [www.corona-und-du.info](http://www.corona-und-du.info) Kinder und Jugendliche stärken und sie vor psychischen Problemen schützen. Pünktlich zum Schulstart gibt es ein neues Angebot auf der Website, die die Kinder- und Jugendpsychiatrie des LMU Klinikums München gemeinsam mit der Beisheim Stiftung im Mai ins Leben gerufen hat: konkrete Handlungstipps, die sich auch gut im (Schul-)Alltag anwenden lassen, zum Beispiel zum Thema „Positive Botschaften“.

„Besonders Kinder und Jugendliche benötigen in der Corona-Krise Unterstützung, wie sie mit den neuen Herausforderungen des Social Distancing und Homeschooling umgehen sollen“, sagt Prof. Gerd Schulte-Körne, Direktor der Klinik und Poliklinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie am LMU Klinikum München. „Insbesondere Kinder und Jugendliche, die bereits vor Corona ängstlich waren und bei Belastungen depressiv reagierten, brauchen unsere Hilfe.“ Nach aktuellen Beobachtungen kommen derzeit zunehmend mehr Kinder und Jugendliche mit psychischen Problemen in Folge der Corona-Einschränkungen in die kinder- und jugendpsychiatrische Ambulanz.

„Mit Corona-und-du bieten wir erstmals allen Kindern und Jugendlichen wichtige Informationen zu den drängenden Fragen an, wie sie mit den psychischen Herausforderungen und Belastungen umgehen können“, sagt Prof. Schulte-Körne, der mit seinem Team die Inhalte für das Portal erarbeitet hat. „Wir stärken die Kinder, Jugendlichen und die Eltern durch gezielte Information und bieten praktische Hilfen an. Jugendliche werden direkt angesprochen und es wird nicht, wie so oft, über sie gesprochen. Corona-und-du beantwortet die Fragen, die Kinder und Jugendliche sich in Coronazeiten stellen.“

 [www.facebook.com/LMU.Klinikum](https://www.facebook.com/LMU.Klinikum) [www.twitter.com/LMU\\_Uniklinikum](https://www.twitter.com/LMU_Uniklinikum) [www.youtube.com/channel/UCrNMP32KgIhDg6nMpvUfnoA](https://www.youtube.com/channel/UCrNMP32KgIhDg6nMpvUfnoA) [www.instagram.com/klinikum\\_lmu](https://www.instagram.com/klinikum_lmu)

Bereits im letzten Schuljahr und jetzt wieder kommen nach den erholsamen Ferien die Sorgen und Ängste der Kinder und Jugendlichen zum Schulbeginn wieder auf. Aber nicht nur die Kinder und Jugendlichen sehen das kommende Schuljahr kritisch, auch Eltern befürchten viele zusätzliche Aufgaben auf sich zukommen, die im Alltag kaum zu lösen sind. „Viele Eltern befürchten, besonders wenn ihre Kinder psychische oder Lernprobleme haben, dass ihre Kinder durch das Homeschooling überfordert sind und weiter den Anschluss verlieren“, sagt Schulte-Körne. „Für die psychische Gesundheit der Kinder und Jugendlichen ist die permanente Befürchtung, sich bei anderen anstecken zu können und die damit verbundene Vermeidung von Kontakten zu Gleichaltrigen, eine schwierige Situation.“

Zum Schulstart rät Schulte-Körne den Eltern, Stress zu reduzieren und die Kinder nicht mit zu hohen Erwartungen unter Druck zu setzen. „Es ist wichtig, nicht nur in den Ferien gemeinsam schöne Momente zu verbringen, sondern diese auch in den Schulalltag einzubauen“, sagt er. Kinder und Jugendliche sollten ihre Sorgen und Nöte vertrauten Menschen mitteilen können, zum Beispiel ihren Eltern oder Freunden. Wenn Kinder und Jugendliche aber zu stark psychisch belastet sind, sollten sie nicht zögern, sich Hilfe von Fachleuten zu holen. Hier listet das Portal viele Anlaufstellen auf.

Für Wissenschaftsminister Bernd Sibler leistet dieses Projekt einen wertvollen Beitrag, damit Kinder und Jugendliche möglichst gut durch diese besonders fordernde und ungewöhnliche Zeit kommen. Er betont: „Gerade für unsere Kinder und Jugendlichen hat die Corona-Pandemie den Alltag auf den Kopf gestellt. In dieser Ausnahmesituation müssen wir sie noch mehr als sonst an der Hand nehmen. Wissenschaftlich fundierte Angebote wie das des LMU Klinikums München können dabei eine wichtige Hilfe sein.“

## **Glückszettel und andere Tipps**

Das Kinder- und Jugendportal „Corona und Du“ hat aktuell zusätzlich zu den vielen Infos nun positive Botschaften für einen gesunden Umgang mit psychischen Belastungen und Herausforderungen in der Corona-Krise gestartet. „Wir stärken die eigenen Ressourcen der Kinder und Jugendlichen, und wollen Ihnen die Angst vor den täglichen Herausforderungen nehmen und ganz praktische Alltagshilfen aufzeigen“, ergänzt Schulte-Körne. „Es ist wichtig, sich selbst zu stärken und auch zu wissen, dass man nicht allein mit den Problemen ist.“

Zu den Hilfestellungen gehören unter anderem konkrete Tipps, zum Beispiel wie man sich einen Corona-Tag angenehmer gestalten kann, wie man sich selbst belohnt, wie man anderen eine Freude macht oder wie ein Glückszettel angenehme Gefühle hervorrufen kann. „Die Idee ist, durch positive Beispiele und Ideen den Kindern, den Jugendlichen, aber auch den Eltern Tipps an die Hand zu geben, auf welche kleinen Weichenstellungen sie Tag für Tag achten

können“, sagt Annette Heuser, Geschäftsführerin der Beisheim Stiftung. „So kann der Start ins nächste Schuljahr von Beginn an deutlich besser ausfallen als die vergangenen Monate voller Unsicherheiten. Wir alle werden lernen müssen, auch in Zukunft mit Corona umzugehen. Durch unsere Webseite wird es hoffentlich etwas leichter fallen.“

**Weitere Informationen:**

Link zum Portal Corona und Du: [www.corona-und-du.info](http://www.corona-und-du.info)

**Ansprechpartner:**

Prof. Dr. Gerd Schulte-Körne  
Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie,  
Psychosomatik und Psychotherapie  
LMU Klinikum  
Tel: +49 89 4400-55901  
E-Mail: [Gerd.Schulte-Koerne@med.uni-muenchen.de](mailto:Gerd.Schulte-Koerne@med.uni-muenchen.de)

**LMU Klinikum**

Das LMU Klinikum zählt mit seinen beiden Münchner Standorten Campus Großhadern und Campus Innenstadt zu den größten Universitätsklinika in Deutschland und Europa. Jährlich vertrauen rund 500.000 Patienten der Kompetenz, Fürsorge und dem Engagement unserer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in 29 Fachkliniken, zwölf Instituten und sieben Abteilungen sowie den 50 interdisziplinären Zentren.

Herausragende Einrichtungen des LMU Klinikums sind das Onkologische Spitzenzentrum CCC M, Bayerns größtes Transplantationszentrum TxM, das Deutsche Schwindel- und Gleichgewichtszentrum, das Tropeninstitut und das Center for International Health (CIH). Darüber hinaus ist das LMU Klinikum an allen Deutschen Zentren der Gesundheitsforschung sowie im Rahmen der Medizininformatik-Initiative des Bundesforschungsministeriums am DIFUTURE Konsortium beteiligt.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.lmu-klinikum.de](http://www.lmu-klinikum.de)