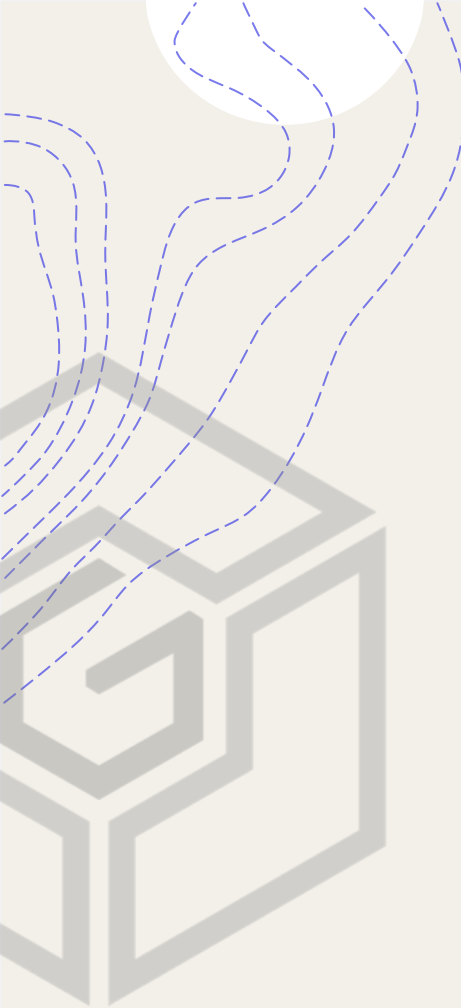




# „Wenn die Seele weint...“

Sicherer Umgang mit traumatisierten Kindern

Referentin: Sabine Gruber

- 
- Einzel-, Paar- und Familientherapeutin
  - Lerntherapeutin
  - Trauma Pädagogin
  - Supervisorin
  - Mediatorin
  - Sozialfachwirtin
  - Erzieherin
  - Zertifizierte Multiplikatorin des StMaS in der Fachkräftegewinnung
- 
- über 10 Jahre Geschäftsführerin eines Nürnberger Jugendhilfeträgers
  - Seit 2004 Erfahrung in der Jugendhilfe (SPFH, EZB, HfjV etc.)
  - seit 2017 selbständig mit GRUBERATUNG (Supervisionen, Seminare, Beratung, klass. Jugendhilfe, Coaching, Mediation und Therapie)
  - seit 2022 Fachberatung im Kinderschutz für die Stadt Ansbach
  - Herzblutdozentin mit versch. Lehraufträgen an Uni und Akademien

# Sabine Gruber

Kontakt:

eMail: [sabine@gruberatung.de](mailto:sabine@gruberatung.de)

Mobil: 0160/7242582

für mehr Infos join GRUBERATUNG auf Facebook oder Instagram



# Definitionen

## Judith Lewis Herman

„Beim Erleben von traumatischen Situationen handelt es sich um Ereignisse, die die normalen Anpassungsstrategien des Menschen überfordern, also meist unmittelbarer Begegnungen der Betroffenen mit Gewalt und Tod bzw. Situationen, die so erlebt werden. Psychische Traumata sind immer von Gefühlen intensiver Hilflosigkeit, von Angst, Ohnmacht und Kontrollverlust begleitet.“

## Amerian Psychiatric Association (APA)

„Traumata sind potenzielle oder reale Todesbedrohungen, eine ernsthafte Verletzung oder Bedrohung der körperlichen Unversehrtheit bei sich oder bei anderen, auf die mit intensiver Furcht, Hilflosigkeit oder Schrecken reagiert wird“ **Interessant in dieser Definition: Auch die Androhung von Gewalt oder das Erleben von Gewaltausübungen an anderen kann zu Traumatisierungen führen.**



# Definitionen

## Leonore C. Terr

### Typ 1 Traumatisierung

„Ein einzelnes, unerwartetes traumatisches Erlebnis von kurzer Dauer z.B. Unfälle, Naturkatastrophen, operative Eingriffe, schwere Erkrankungen oder längerfristige Trennungen.“

Menschen mit einer Typ 1 Traumatisierung haben in der Tendenz klare und lebendige Wiedererinnerungen an das traumatische Erlebnis.

### Typ 2 Traumatisierung

„Eine Serie miteinander verknüpfter traumatischer Ereignisse oder lang andauernde, sich wiederholende traumatische Erlebnisse z.B. Vernachlässigung, Misshandlung, sexualisierte Gewalt, innerfamiliäre Gewalt oder chronische Traumatisierung durch Krieg und Flucht.“

Menschen mit Typ 2 Traumatisierung haben oftmals nur diffuse Wiedererinnerungen sowie eine starke Dissoziationstendenz und können Bindungsstörungen entwickeln.





# Vor Traumatisierung schützende, resilienzfördernde Faktoren bei Kindern

- Intaktes und vertrauensvolles Verhältnis zu erwachsenen Bezugspersonen sowohl in der engeren Familie als auch in der KiTa
- Unterstützung durch die erweiterte Großfamilie, die Gemeinschaft und eigene Kultur
- Robustes, aktives und kontaktfreudiges Temperament
- Kontakt bzw. Beziehungen zu anderen Kindern und Jugendlichen
- Soziale Förderung in Kinder- bzw. Jugendgruppen, Schule, Verein etc.
- Überdurchschnittliche Intelligenz, gut entwickelte kognitive Fähigkeiten
- Humor, Kreativität
- Erfahrungen von Selbstwirksamkeit
- Möglichkeiten, die Realität anzuerkennen

# Praxisbeispiel Lisa (4)



*Lisa (4) hat bereits mehrfach häusliche Gewalt erlebt, meistens beim Abendessen: Die Stimmung ist auch heute schon wieder ganz angespannt. Als sich alle am Tisch versammeln. Plötzlich hat Lisas Vater einen Wutausbruch und brüllt ihre Mutter an. Dann springt er auf und schlägt die Mutter so stark, dass sie zu Boden fällt und zu weinen beginnt. Der Vater brüllt weiter und rennt dann aus der Wohnung, wobei er die Tür hinter sich zuknallt. Als der Vater weg ist, rennt Lisa zu ihrer Mama, um zu sehen, wie es ihr geht. Diese nimmt Lisa ganz fest in den Arm, lässt sie nicht mehr los und hört nicht auf, zu weinen und zu schluchzen. Lisa würden gerne wieder losgelassen werden, aber sie traut sich nicht das zu sagen.*

# Praxisbeispiel Lisa (4)



**Sinneseindrücke:** Lisa hört lautes Schreien, das ihr in den Ohren wehtut, sie hört Worte, die sie nicht zuordnen kann aber von denen sie weiß, dass sie verletzen. Sie sieht das wutverzerrte Gesicht des Vaters und das erschrockene Gesicht der Mutter.

**Körperempfindungen:** Lisa spürt einen Klumpen im Bauch. Ihre Muskeln an den Schultern verkrampfen sich, dass sie sich kaum bewegen kann. Außerdem hält sie vor Aufregung immer wieder die Luft an und atmet flach.

**Gefühle:** Lisa hat Angst, dass Mama etwas Schlimmes passiert. Sie ist traurig, weil es wieder zu Streit kommt und nur selten ein schönes Abendessen gibt. Lisa hat Schuldgefühle, weil sie befürchtet, dass wegen ihr Streit herrscht. Gleichzeitig würde sie gerne helfen, weiß aber nicht wie.

**Gedanken:** Lisa denkt, es wäre gut wenn der Papa nicht mehr nach Haus kommt. Sie denkt aber auch daran dass sie am Wochenende noch mit ihm Spaß gehabt hat am Spielplatz. Sie will am liebsten bei der Oma leben möchte die Mama aber nicht allein lassen.

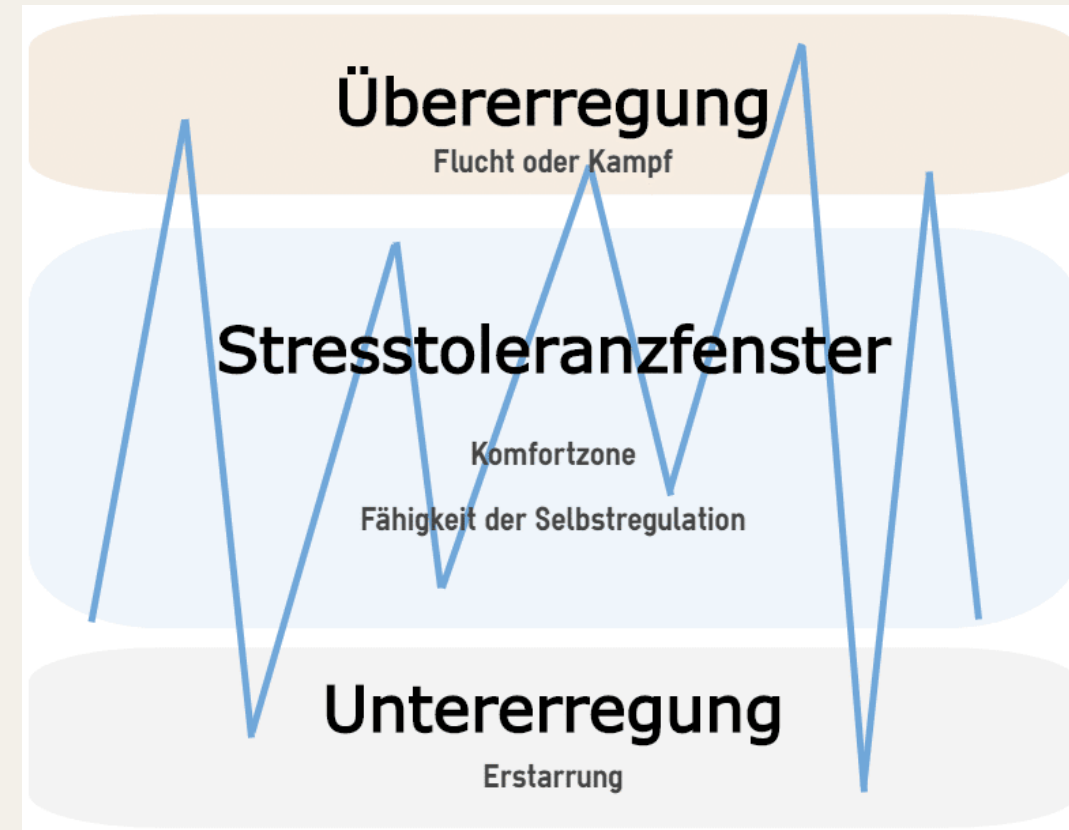
**Beziehungsinhalte:** Lisa fühlt sich allein. Ihre Eltern streiten fast immer miteinander und nehmen auf sie keine Rücksicht. Lisa fühlt sich nicht wahrgenommen.

**Eigene Verhaltensweisen:** Lisa würde gerne wegrennen, aber sie kann sich nicht bewegen. Manchmal steht sie wie „ferngesteuert“ auf, geht ins Wohnzimmer und fängt an zu malen, wenn ihr Vater ihre Mutter wieder schlägt. Dann schämt sie sich sehr, weil sie ihr Verhalten für verrückt hält.

# Langfristige Folgen für das kindliche Verhalten

Die gespeicherten Erinnerungsfragmente können jedoch später wieder aktiviert werden. Das bedeutet, dass das Kind über sogenannten Trigger, also bestimmte Sinnesreize von außen, in einen Zustand gerät. In dem das bereits vergangene dramatische Geschehen wie der Macht über das Erleben im Hier und Jetzt erlangt. Auslöser kann ein Geruch, ein Geräusch, eine Stimme, eine Körperhaltung, ein Film o.Ä. sein. Wird zu einer Verbindung zu der früheren dramatischen Situation und die alte, unbewusst vorhandene Erinnerung wird in überwältigender Weise wiedererlebt.

Das Kind kann nicht mehr zwischen Gegenwart und Vergangenheit unterscheiden. Es versucht, durch Kampf, Flucht oder Erstarren zu überleben, obwohl die aktuelle Situation nicht bedrohlich ist. Sie wird jedoch von ihm so wahrgenommen, als ginge es um Leben und Tod. Ein solches Geschehen wird auch „Flashback“ genannt und beschreibt was traumatisierte Kinder, Jugendliche und Erwachsene noch Jahre nach dem traumatisierenden Ereignis wieder erleben können.

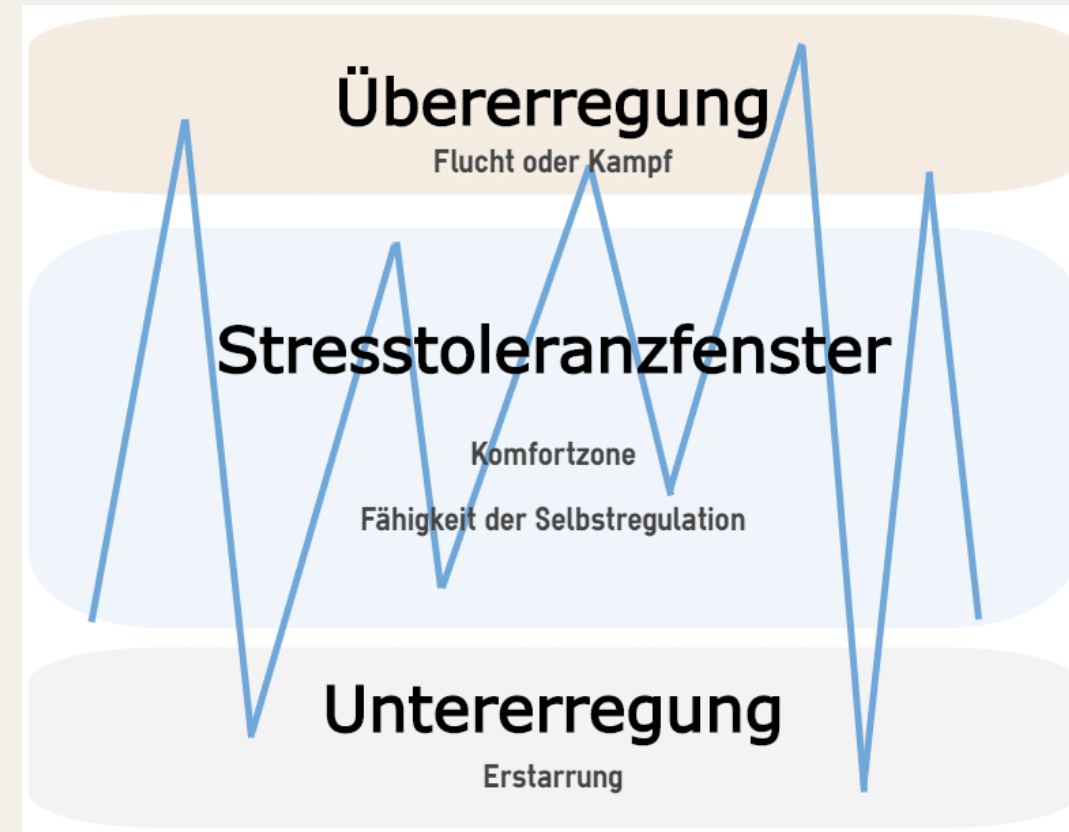


# Langfristige Folgen für das kindliche Verhalten

Kinder können durch viele verschiedene, manchmal gegensätzliche und häufig nicht nachvollziehbare Verhaltensweisen auffallen. So können Sie zum Beispiel einen hohen Grad von Erregung zeigen. Manche Kinder sind unruhig, schreckhaft, geraten schnell in Panik, sind aggressiv, schreien viel, haben Schlafprobleme, eine hohe Körperspannung, können sich nicht konzentrieren oder kaum ruhig auf dem Stuhl oder im Morgenkreis sitzen.

Andere sind vielleicht ständig müde und schlapp, leicht ablenkbar, haben keine Energie, zeigen wenig Neugier oder Interesse im alltäglichen Geschehen, sind sehr scheu, ziehen sich oft zurück und träumen den ganzen Tag vor sich hin oder leben in einer tiefen Phantasiewelt.

Wieder andere haben häufig Kopf oder Bauchschmerzen, nässen, koten ein, vermeiden viel, sind übertrieben anhänglich oder auch aggressiv in ihrem Verhalten. Sie essen oder trinken nicht oder übermäßig, klammern viel und werden starr und steif, sobald fremde Personen in den Raum betreten oder jemand laut spricht.

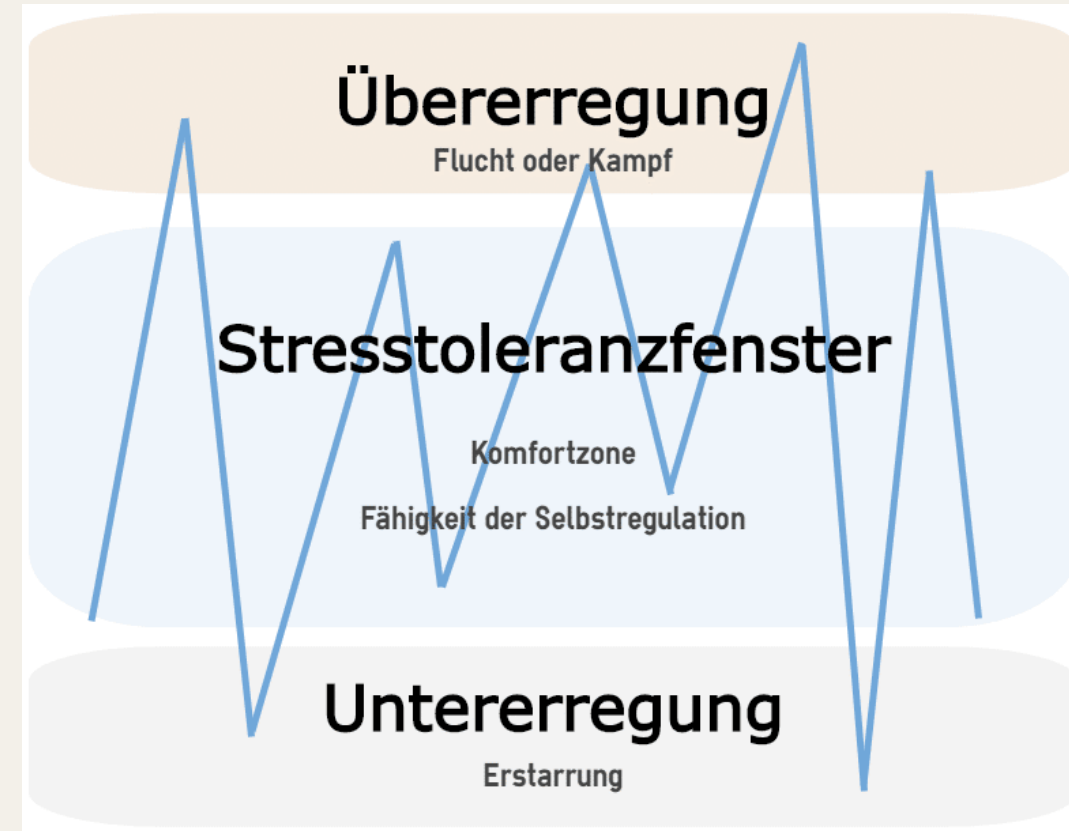


# Langfristige Folgen für das kindliche Verhalten

Bei manchen Kindern fällt ihr Spiel auf, sie spielen immer wieder dasselbe, vielleicht auch Szenen von dem, was sie erlebt haben und nicht in Worte fassen können. Genauso können auch die von ihnen gemalten Bilder eine Möglichkeit sein, sich auszudrücken, denn auch hier fehlen Ihnen die Worte, um zu beschreiben, was passiert ist und was Ihnen Angst macht.

Kinder fühlen sich zudem schnell schuldig, und das auch für Geschehnisse, für die Sie keine Verantwortung tragen. Sie schämen sich für das, was Ihnen passiert. Sie fallen auf, weil sie vielleicht schnell und viel lügen, insbesondere, wenn Sie sich angegriffen oder schuldig fühlen.

Sie können Ihr Verhalten nicht steuern und regulieren. Sie können sich schwer selbst beruhigen, auch bei eher unspektakulären Situationen im Kita - Alltag. Ihre Stimmungen können von einer Minute auf die andere abrupt wechseln, ihr Energiehaushalt ist im Ungleichgewicht.

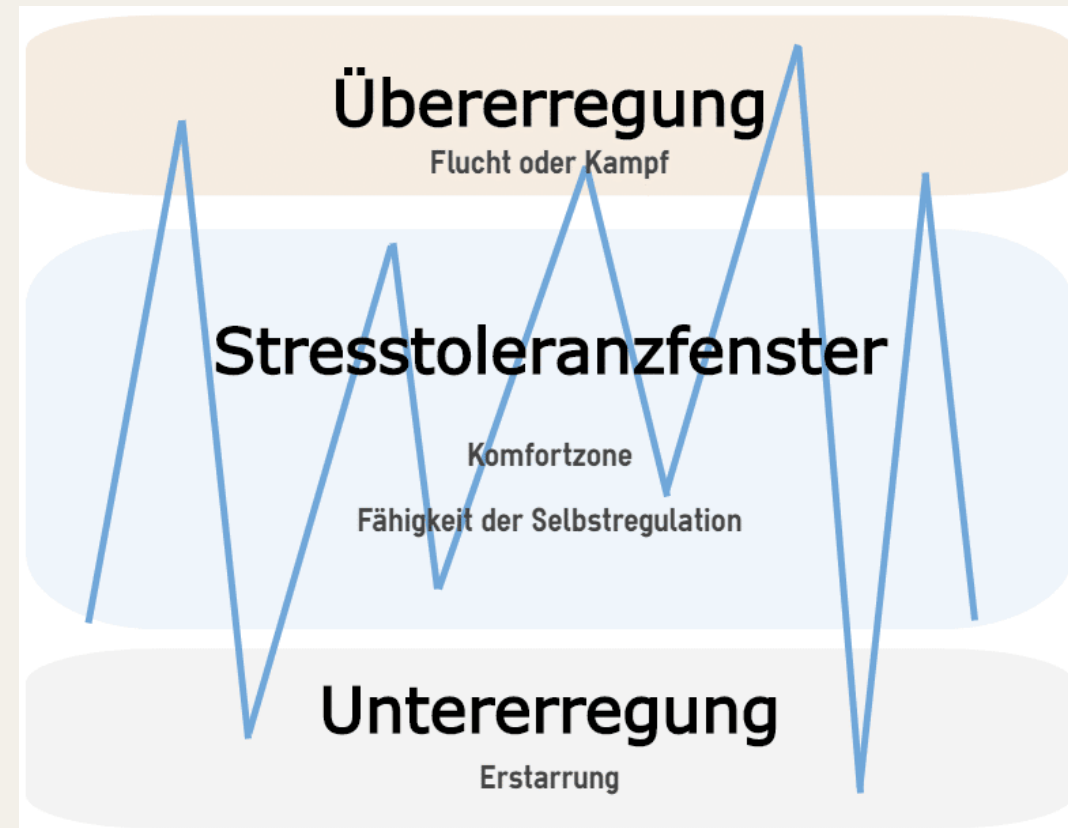


# Langfristige Folgen für das kindliche Verhalten

Auffälligkeiten sind immer als Überlebensstrategie zu verstehen. Punkt die Kinder sind in Not, möchten gehört werden und Hilfe erhalten. Manchmal sind die Auffälligkeiten folgen von früheren Geschehnissen Komma die noch nicht bewältigt und verarbeitet wurden Komma aber zuweilen ist auch nicht auszuschließen Komma dass die Kinder auch aktuell noch gefährdet sind. Dann muss zuallererst einmal das Kindeswohl gesichert werden. es ist also erforderlich eine Einschätzung zur eventuell vorhandenen Kindeswohlgefährdung vorzunehmen und einen Schutzplan zu erstellen, um weitere Gefahren abzuwenden und für Sicherheit zu sorgen.

Der US-amerikanische Traumaforscher Peter A. Levine und die Familien- und Kindertherapeutin Maggie Kline fassen alle diese Symptome in 3 Kategorien zusammen:

**Übererregung, Dissoziation und Erstarrung.**



# Die Elemente einer traumapädagogischen Grundhaltung

Der Fachverband Traumapädagogik e. V. Plädiert in diesem Zusammenhang dafür, dass eine traumapädagogische Grundhaltung folgende Elemente umfassen sollte:

- Die Annahme des „guten Grundes“: *„Alles was ein Mensch zeigt, macht einen Sinn in seiner Geschichte“*
- Wertschätzung: *„Es ist gut so, wie du bist“*
- Partizipation: *„Ich traue dir was zu und überfordere dich nicht“*
- Transparenz: *„Jeder hat jederzeit ein Recht auf Klarheit“*
- Expert\*innenschaft: *„Du hast eine besondere Lebenskompetenz“*
- Spaß und Freude: *„Viel Freude, trägt viel Belastung“*

# Die Annahme des „guten Grundes“

## *Praxisbeispiel Paul (4):*

*Die ersten Minuten im Morgenkreis sind immer etwas unruhig und laut. Die meisten Kinder sind fröhlich und aufgeregt und reden durcheinander. Es dauert einen Moment, bis alle ihren Platz gefunden haben. Bevor es losgeht, sagt die Erzieherin Maria mit einer etwas lauterer Stimme, so dass auch alle Kinder sie wahrnehmen: „Guten Morgen! Schön, dass ihr alle da seid! Wir fangen wie immer mit unserem Lied an.“ In dieser Situation ist Paul immer sehr angespannt, manchmal versucht er, sich zu verstecken, manchmal drückt er sich ganz eng an Marie und weicht ihr nicht mehr von der Seite. Er wirkt dann entweder panisch oder abwesend.*

Es ist nicht immer einfach, den guten Grund für ein auffälliges Verhalten eines Kindes zu finden, und dennoch kann man davon ausgehen, dass es diesen guten Grund immer gibt. Für das Entwickeln einer pädagogischen Intervention braucht es kein Wissen um konkrete dramatische Erfahrungen der Kinder. Die Annahme des guten Grundes und das Wissen um mögliche Auswirkungen von Trauma und Gewalt sind ausreichend, um Ideen zur Versorgung und Begleitung von Kindern mit traumatischen Erfahrungen zu entwickeln.

Manchmal gelingt es aber auch nicht den guten Grund hinter einem belastenden Verhalten zu sehen. Dann kann es hilfreich sein mit Kolleginnen oder im Team Hypothesen aufzustellen, an denen man die pädagogische Arbeit ausrichten kann.

# Wertschätzung

## *Praxisbeispiel Elif (5):*

*Elif beteiligt sich nur selten an gemeinsamen Gruppenaktivitäten, insbesondere bei Bastelangeboten oder anderen kreativen Aktionen zieht sie sich entweder zurück oder wirkt teilnahmslos. Wenn der Pädagoge sie motivieren will, sagt Elif Sätze wie: „Das kann ich eh nicht!“, „Alle finden sowieso doof, was ich mache“ oder klar“ „Ich habe keine Lust mitzumachen“ Der Pädagoge ist zunehmend ratlos, wie er Elif zur Teilnahme bewegen kann, und merkt, dass er manchmal schon gereizt auf Elifs Verhalten reagiert. Auf der anderen Seite macht er sich zunehmend Sorgen, weil Elif in diesem Jahr an der Vorschulgruppe teilnimmt und er befürchtet, dass sie dort auch nicht mitmachen wird und so beim Übergang in die Schule große Schwierigkeiten haben wird.*

Wenn Kinder traumatische Erfahrungen machen, entwickelt sich in der Folge daraus oft ein umfassendes Gefühl von Unsicherheit. Dazu gehören auch starke Selbstzweifel, die sich in Form von Trauma bezogenen negativen Erwartungen manifestieren können: „Ich kann niemanden trauen“, „Ich mache alles falsch“, „Ich habe immer Pech“ oder „Keiner mag mich“ sind dann gängige Selbstüberzeugungen dieser Kinder.

Für Pädagoginnen ergeben sich daraus zwei Aufgaben. Zum einen ist es wichtig, diesen negativen Erwartungen immer wieder etwas entgegenzusetzen beispielsweise dadurch, dass man diese Kinder regelmäßig darauf aufmerksam macht, was ihnen alles gelingt und was sie gut können. Zum anderen ist es von Bedeutung, die negativen Erwartungen nicht zu bestätigen. Denn durch genervtes oder gereiztes Verhalten der Pädagog\*innen werden Gedanken wie „Keiner mag mich“ oder „Ich kann niemanden trauen“ aus der Perspektive des Kindes bestätigt und verfestigen sich damit. Die Kinder sollten vielmehr die Erfahrung machen, dass sie so angenommen werden, wie sie sind, und dass sie gut so sind, wie sie sind. Das ist die sichere Basis für alle folgenden Entwicklungsschritte.

# Partizipation

## *Praxisbeispiel Noah (3):*

*Noah ist sehr aufgebracht. Er sitzt offensichtlich beleidigt in einer Ecke auf einem Stuhl und beschimpft andere Kinder der Gruppe. Er springt aber auch immer wieder auf und rennt aus dem Gruppenraum, um dann aber gleich wieder zurückzukommen. Die Erzieherin hat nicht mitbekommen, was vorgefallen ist. Sie kniet sich zu Noah, so dass Sie ihn auf Augenhöhe anschauen kann, und sagt: „Ich weiß zwar nicht was passiert ist, aber ich sehe, dass du sehr wütend bist und würde gerne wissen, was los ist. Kannst du mir sagen, was du brauchst, um es mir in Ruhe erzählen zu können?“ Zunächst springt Noah wieder auf und rennt raus. Als die Erzieherin ihn aber erneut anspricht und ihn fragt ob er sich auf ihren Schoß setzen möchte oder ob er lieber mit ihr auf den ruhigeren Flur gehen möchte, um zu erzählen, was passiert ist, nimmt Noah sie an der Hand, geht mit ihr auf den Flur und erzählt ihr, dass andere Kinder ihn geärgert haben und ihn nicht mitspielen lassen wollen.*

Trauma bedeutet immer auch das Erleben von Ohnmacht, Hilflosigkeit und Ausgeliefertsein. Weil diese Gefühle so intensiv sind, bestehen sie auch über den Zeitraum der akuten Traumatisierung hinaus und beeinträchtigen immer wieder die Wahrnehmung der betroffenen Kinder. Sie fühlen sich schnell ungerecht behandelt, sind häufig zögerlich und ängstlich oder stellen alles, was Erwachsene sagen, infrage. Es ist ohnehin ein zentraler Bestandteil moderner Pädagogik, Kinder im Rahmen ihrer Möglichkeiten und Bedürfnisse an Entscheidungen zu beteiligen. Für Kinder mit traumatischen Erfahrungen hat das aber noch eine größere Bedeutung. Für sie ist die Entwicklung von Selbstwert und Selbstwirksamkeit durch Beteiligung besonders wichtig und braucht immer wieder einen achtsamen Blick der Pädagog\*innen.

# Transparenz

## *Praxisbeispiel Sunil (5):*

*Sunil fragt die pädagogischen Fachkräfte der Gruppe ständig, was als nächstes gemacht wird, was als Nächstes passiert. Auf der anderen Seite kennt er den Tages- und Wochenplan auswendig und weist die Fachkräfte darauf hin, sobald etwas „nicht richtig“ gemacht wird. Die Pädagogin Ute hat vor einigen Monaten mit zu Sunil eine Uhr gebastelt, auf der mit Symbolen abgebildet ist, wie sich der übliche Tagesablauf in der Kindergartengruppe gestaltet. Mittlerweile liegt diese Uhr auf dem Schrank, wird nicht mehr aktualisiert und findet keine Beachtung. Ute denkt, dass die Arbeit mit dieser Uhr nicht mehr nötig ist, weil Sunil ja sowieso wie ein kleiner Kalender alles auswendig weiß.*

Wenn Kinder immer wieder traumatische Erfahrungen machen, sind sie einer starken und belastenden Willkür ausgesetzt. Sie leben ständig in der Angst, dass jederzeit wieder etwas Schlimmes passieren könnte. Das hat zur Folge, dass diese Kinder ein gesteigertes Bedürfnis nach Transparenz haben. Diese Transparenz bezieht sich nicht nur auf die Einschätzbarkeit von Zeitabläufen, sondern auch darauf das Verhalten und die Stimmung aller Bezugspersonen einordnen zu können. Für solche Kinder ist es also nicht nur wichtig sich zu vergewissern, was als nächstes passiert, sondern auch, abschätzen zu können, wie die Befindlichkeit der Pädagog\*innen ist und wie diese reagieren wenn sie zum Beispiel ärgerlich, genervt oder fröhlich sind.

# Expert\*innenschaft

## *Praxisbeispiel Finn (6):*

*Finn lebt im wöchentlichen Wechsel bei seinen getrennten Eltern. In der Zeit, in der Finn jeweils bei seinem Vater ist, wirkt er in der Kita häufig angespannt und verunsichert. Im Kontakt mit den Pädagog\*innen ist der Vater von Finn zudem in der Regel kurz angebunden und abweisend, manchmal haben die Fachkräfte auch das Gefühl, dass sich Finns Vater stark beherrschen muss, um nicht laut oder abwertend ihnen gegenüber zu werden.*

*Heute ist Finn in der Kita wieder einmal sehr aufgedreht. Er beteiligt sich an keiner Aktion, streift ziellos durch den Gruppenraum und stört die anderen Kinder in ihrem Spiel. Der Erzieher Tobias spricht Finn immer wieder an und versucht mehrfach, ihn an einer Aktion zu beteiligen. Nach zahlreichen erfolglosen Versuchen reißt dem Pädagogen der Geduldsfaden und er sagt: „Wenn du jetzt nicht die anderen in Ruhe lässt, dann gibt es echt mal Ärger“ Finn schaut Tobias ruhig und unbeteiligt an und sagt: „Du weißt doch gar nicht was Ärger ist.“*

*Zunächst fühlt sich Tobias durch den frechen Kommentar von Finn provoziert, später denkt er aber, dass Finn Recht hat mit dem, was er gesagt hat: den Ärger, den Finn immer wieder von seinem Vater bekommt, will und wird ihm Tobias mit Sicherheit nicht machen.*

In der Traumapädagogik hat der Begriff „Experte“ eine besondere Bedeutung. Die Idee dahinter ist, dass es zwei Betrachtungsweisen eines Traumas und vor allem der Traumafolgen gibt, die sich ergänzen und im besten Fall konstruktiv miteinander verbunden werden können:

zum einen ist da die Perspektive der Profis, also derjenigen Menschen, die eine entsprechende Ausbildung haben, und deswegen über Wissen im Bereich „Trauma“ verfügen.

Zum anderen gibt es aber auch die Perspektive der Expert\*innen, das sind diejenigen Menschen, die selbst traumatische Erfahrungen gemacht haben und sich auf dieser Grundlage gut auskennen.

Die Aufgabe von Pädagoginnen ist es daher, das Verhalten, die Vorannahmen und die Aussagen traumatisierter Kinder immer wieder als Expertinnen wissen zu verstehen und dieses Wissen in die pädagogischen Überlegungen miteinzubeziehen.

# Spaß und Freude

## *Praxisbeispiel Lina (4):*

*Andy ist mit allen Kindern in der Turnhalle, um mit ihnen eine Aufführung für die Weihnachtsfeier zum Proben. Die meisten Kinder freuen sich auf die gemeinsame Zeit. Sie rennen freudig und laut in der Turnhalle umher und ziehen sich ihre Verkleidungen und Kostüme an. Lina ist dagegen sehr ruhig und wirkt oft schüchtern. Auch heute sitzt sie wieder am Rand der Halle auf einer Bank und schaut auf den Boden. Andy geht zu Lina und fragt, ob alles okay ist. Da Lina nicht antwortet, erklärte er ihr, dass sie jetzt für eine ganze Zeit in der Turnhalle sein werden, dass sie zusammen spielen und Spaß haben werden und dass er sich freuen würde, wenn auch sie mitmachen und Spaß haben würde. Nachdem Lina immer noch nicht reagiert, sagt Andy: „Okay, dann muss aber jetzt ich dein Kostüm anziehen?“ Daraufhin tut er so, als würde er versuchen, in die für ihn viel zu kleinen Schuhe von Lina zu kommen. Als er dabei noch umfällt, muss Lina plötzlich lachen. Andy lacht auch, gibt ihr die Schuhe zurück und sagt: „Das machst wohl besser doch du.“*

Kinder mit traumatischen Erfahrungen orientieren ihre Wahrnehmung, ihr Denken und Handeln an den Befürchtungen und Vorannahmen, die sie aufgrund ihrer Traumatisierung entwickelt haben. Das hat zur Folge, da sie selten selbstvergessen und ausgelassen Freude empfinden können, sondern ständig damit beschäftigt sind, sich zu schützen, weil sie die Erfahrung gemacht haben, dass jederzeit etwas Schreckliches passieren kann. Sie beteiligen sich wenig an spaßigen Gruppenaktivitäten und wirken oft nachdenklich und zurückgezogen oder völlig überdreht.

Das Empfinden von Ausgelassenheit und Freude ist wichtig, um nach einem traumatischen Erlebnis wieder ein Gefühl der inneren Sicherheit entwickeln zu können. Dabei ist es hilfreich, immer wieder die belastenden und schweren Gedanken zu verlassen, um sich selbst in einem anderen emotionalen und körperlichen Zustand zu erleben. Die Pädagoginnen können die Kinder dann in den schweren Momenten an die leichten und fröhlichen Erfahrungen erinnern, die sie gemacht haben, und natürlich auch neue Momente von Ausgelassenheit und Freude schaffen und gemeinsam mit den Kindern erleben.

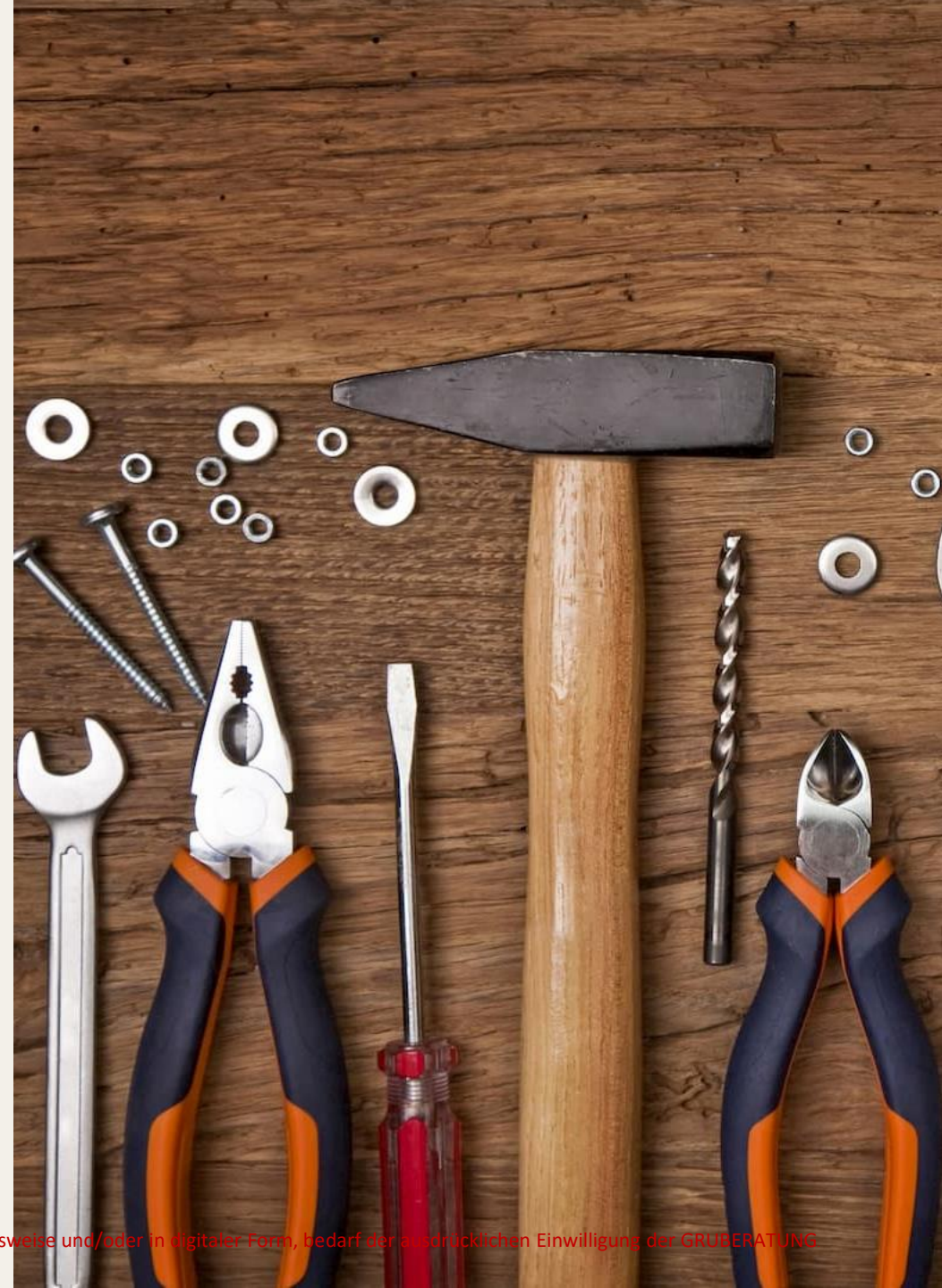
# Redflags

1. Das betreffende Kind darf auf keinen Fall bedrängt werden. Es sollte keinerlei Druck ausgeübt werden, dass es doch sein verändertes Verhalten erklären möge oder von bestimmten Vorfällen, die vermutet werden, erzählen müsse. Die traumatische Erfahrung ist für das Kind druckvoll genug. Jeder weitere Druck würde die Situation verschlimmern und in der Regel dazu führen, dass sich das Kind weiterer Unterstützung und Hilfe verschließt.
2. Die Kinder dürfen seelisch und auch ganz konkret nicht alleingelassen werden. Nach traumatischen Erfahrungen fühlen sich die betroffenen Kinder, wie schon beschrieben, häufig sehr allein. Deswegen braucht es Begegnung, Begleitung, Halt.
3. Es ist oft zu beobachten dass ein verändertes und seltsames Verhalten traumatisierter Kinder bei anderen Kindern dazu führen kann, dass diese sie auslachen oder auf andere Weise beschämen. Dagegen sollte energisch interveniert werden. Das Kind braucht Schutz.
4. Und schließlich wurde bislang deutlich, dass ein Trauma ein tiefer Eingriff in die Erlebenswelt des Kindes ist. Traumatische Erfahrungen betreffen nicht nur und auch nicht einmal überwiegend das Denken und die Vernunft eines Menschen, sondern vor allem seine Gefühlswelt, sein Erleben, sein Befinden. Deswegen sind Argumentationen, die an die Vernunft appellieren, unsinnig. Sie gehen bestenfalls ins Leere und verstärken schlimmstenfalls die Ängste und Unsicherheiten der Kinder. Diese Kinder brauchen emotionale Zuwendung und Haltpunkt das ist das Wichtigste und Entscheidendste.

*Kein Druck, kein Alleinlassen, keine „vernünftigen“ Appelle*

# Praktische Möglichkeiten

- Rituale im täglichen Ablauf geben soziale Sicherheit durch Transparenz, Vorhersagbarkeit und Verlässlichkeit.
- Diskussion und Dokumentation von Gruppenaktivitäten schafft ein Gefühl der Gruppenzugehörigkeit
- eine positive Rückmeldung an die ganze Gruppe und nicht an die beziehungsweise den Einzelnen stärkt das Zugehörigkeitsempfinden
- Toleranz gegenüber Unterschiedlichkeit fördert das Vertrauen in die Gruppe
- die Präsenz und Verfügbarkeit der Fachkraft unterstützt gemeinsam Werte, Ideale und Handlungsleitlinien



# Aus der Praxis für die Praxis

## Tönen, Hören und Gehört-Werden

- Summen Sie mit dem Kind. Es ist nicht so laut und erschreckt deshalb nicht. Sie können selbst summen und das Kind anregen mitzumachen. Sie können mit dem Kind Biene spielen und dies in Geschichten einbauen.
- Ein schönes Spiel ist, wenn Sie sich mit den Kindern in Quatschsprache unterhalten. Das regt an zuzuhören, und ermutigt, sich bemerkbar zu machen. Dieses Spiel kann insbesondere gehemmtere Kinder anregen sich etwas ungehemmter auszudrücken.
- Sie befinden sich mit den Kindern auf einer Zauberinsel. Auf dieser gibt es viele Tiere, die sich in ihren Sprachen unterhalten. Sie machen vor und regen nur an: „Macht mal alle Töne wie ein müder Hund der nicht aufstehen möchte...“ Die Kinder üben das Tönen und entdecken die Vielfalt ihrer Ausdrucksmöglichkeiten.



# Aus der Praxis für die Praxis

## Sehen und Gesehen-Werden

- Jede Form des Versteckspiels ist sinnvoll und fördert, dass sich Kinder gesehen fühlen und gleichzeitig die Erlaubnis erhalten, sich verstecken zu dürfen.
- Laden Sie Kinder ein, mit Kissen, Decken und anderem Material eine Burg zu bauen und sich in dieser Burg zu verstecken. Aus der „Burg“ heraus kann man beobachten.
- Wenn ein Kind sich versteckt oder sich vor den Blicken anderer verbirgt, besteht die Möglichkeit, es drin zu belassen UND gleichzeitig mit ihm in Kontakt zu kommen. Das gelingt z.B. durch einen musikalischen Dialog. Jeder lässt ein Instrument erklingen. Das Kind darf versteckt bleiben, während Sie draußen sind, Das Kind ist so nicht allein.
- Spielen Sie das Spiel: „Ich sehe was, was Du nicht siehst“
- Gestalten Sie Fächer (Außenseite als Mitteilung, Innenseite „Privat“) Man kann sich hinter dem Fächer verstecken, sich aber auch zeigen und mit Blickkontakten spielen.



# Aus der Praxis für die Praxis

## Drücken

- Sie fordern ein Kind oder drei bis vier Kinder auf, einen schweren Tisch beiseitezuschieben. Sie sind der Tisch und lassen sich schieben...
- Kindern angeln. Eine große Decke wird ausgebreitet. AN einer Seite sitzen oder stehen die Kinder und an der anderen Seite sie. Sie sind der Walfisch, die anderen Kinder ziehen sie aus dem Wasser...
- Wenn eine erwachsene Person nicht mitmachen kann oder will, können Gegenstände gedrückt werden, zum Beispiel Bälle oder größere Puppen
- Ein sehr beliebtes Spiel besteht darin, mit altem Zeitungspapier zu spielen. Jeweils ein Bogen Zeitungspapier kann zerknüllt und zu einem Schneeball werden, mit dem man sich bewerfen kann, ohne dass eine Gefahr von Verletzungen besteht. Oder es können mit mehreren Lagen Zeitungspapier Objekte eingebaut werden. Die Druckerfahrung zeigt sich hier darin, dass das Zeitungspapier zerknüllt und zusammengepresst wird. Mit Kreppband kann dann alles aneinandergesetzt werden.
- Ebenfalls Druckerfahrungen ermöglichen alle Spiele mit Knete oder Erfahrungen beim Backen. Auch ein Teig wird durch Drücken geknetet.



# Aus der Praxis für die Praxis

## Traumata sensible „ICH Stärkung“ – Der Gefühlsbaum

Sie reden mit den Kindern über Gefühle, vielleicht am Beispiel eines Buches oder indem sie unterschiedliche Smileys vorstellen und die Kinder fragen, welches Gefühl das Smiley ausdrückt und ob sie dieses Gefühl kennen, Wie ausführlich diese Eingangsphase gestaltet werden sollte, hängt vom Alter des Kindes ab und davon, ob und wie weit sie in der Lage sind, Gefühle auszudrücken und zu benennen.

In der zweiten Phase malen Sie möglichst gemeinsam mit den Kindern einen Baum mit einem Stamm und Ästen auf ein großes Blatt Papier, das an einer Wand aufgehängt wird. Das ist der Kern des Gefühlsbaumes. Sie erklären: „An diesen Baum werden wir alle Gefühle aufhängen, die wir kennen“

Nun nehmen sie Papiere und fragen die Kinder nach Gefühlen. Die Kinder schlagen vor wie das Gefühl gemalt wird. Vielleicht als Gesicht eines ängstlichen Menschen. Vielleicht nur als Farbe. Sie schreiben darunter das Wort Angst. Dann kommt das nächste Gefühl an die Reihe.

Diese Einheit ist für alle Kinder interessant und bedeutsam, weil sie sich über Gefühle austauschen können und Worte, Farben und Bilder für ihre Gefühle finden.



# Aus der Praxis für die Praxis

## Traumaresensible „ICH Stärkung“ – Kraftsteine

Jedes Kind darf sich einen Stein wählen das ihm besonders gefällt. Dieser erste Schritt ist schon bedeutsam. Durch die Wahl macht das Kind den Stein zu seinem Stein, verleiht ihm Bedeutung und Gewichtigkeit.

Dann werden die ausgewählten Steine gewaschen und getrocknet „Wir machen nun euren Stein zu einem Wunderstein, der euch Kraft gibt. Dazu müsst ihr euren Stein bemalen“.

Als Mal-Material können flüssige Farben, Farbstifte gewählt werden. Dann muss die Farbe getrocknet werden. Und nun das Wichtigste: Jedes Kind soll dem Kraft-Stein einen guten und einen passenden Platz geben. Vielleicht im Fach des Kindes, vielleicht in der Tasche...



# Bilderbuchtipps

BILDERBUCH-TITEL	SEITE	AUTOR/IN	ALTER	VERLAG	SPRECHEN ÜBER
»Hast du Angst?«, fragte die Maus	26	Rafik Schami	ab 4	Beltz&Gelberg	Angst definieren und bestimmen
Fünfter sein	26	Jandl/Junge	ab 5	Beltz&Gelberg	Angst, Aufregung, Nervosität
Rosi in der Geisterbahn	26	Philip Waechter	ab 3	Beltz&Gelberg	Ängste besiegen, mutig sein
Frosch hat Angst	26	Max Velthuijs	ab 4	Beltz&Gelberg	Angst haben, allein sein, Hilfe suchen
Trau dich, Koalabär	26	Rachel Bright	ab 3	Beltz&Gelberg	Angst, Mut, sich auf Neues einlassen
Ich und meine Angst	26	Francesca Sanna	ab 4	NordSüd Verlag	Angst, allein sein, Angst teilen und überwinden
So war das! Nein, so! Nein, so!	27	Kathrin Schärer	ab 3	Magellan	Wut, Streit, Schuld, zuhören
Robbi regt sich auf	27	Mireille d'Allancé	ab 3	Beltz&Gelberg	Wut und Zorn
Wenn Lisa wütend ist	27	Janisch/Olten	ab 4	Beltz&Gelberg	Wut fühlen, mit Wut umgehen
Schreimutter	27	Jutta Bauer	ab 3	Beltz&Gelberg	Wut, sich entschuldigen
Mein Gewittertag: Das Glück, Wut zu fühlen	27	Jule Wellerdiek	ab 4	Sinn und Unsinn Kinderbücher	Wut verstehen, Gefühle akzeptieren
Wenn ich wütend bin	27	Nanna Neßhöver	ab 2	Carlsen	Wut fühlen, Wut abbauen
Für immer	31	Kai Lüftner/Katja Gehrman	ab 5	Beltz&Gelberg	Trauer, Tod, Verlust, Sprachlosigkeit, Abschiednehmen
Opas Insel	31	Benji Davies	ab 4	Aladin	Abschiednehmen, Familie
Nusret und die Kuh	31	Anja Tuckermann	ab 5	Tulipan	Trauer, Alleinsein, Abschied, Fremde
Ein Ort für meine Traurigkeit	31	Booth/Litchfield	ab 5	Gabriel Verlag	Trauer annehmen, mit Trauer umgehen
Gehört das so??! Die Geschichte von Elvis	31	Peter Schössow	ab 5	Carl Hanser	traurig sein, Abschied, Trost
Der Besuch	33	Antje Damm	ab 4	Moritz	Alleinsein, Einsamkeit, sich auf Neues einlassen, Neugier
Nick und der Wal	33	Benji Davies	ab 4	Aladin	Einsamkeit, Alleinsein, Zuhause
Wenn du eine Sternschnuppe siehst, wünsch dir was	33	Sang-Keun Kim	ab 4	Beltz&Gelberg	Einsamkeit, Alleinsein, neue Freunde finden, Wünsche
Irgendwie anders	33	Kathryn Cave, Chris Riddell	ab 4	Oetinger	Alleinsein, sich einsam fühlen, anders sein, Einzigartigkeit, Freunde finden
Oh, wie schön ist Panama	36	Janosch	ab 3	Beltz&Gelberg	Sehnsucht, Zuhause
Morgen geht's los, sagt der Mumpf	36	Annette Herzog	ab 5	Moritz	Sehnsucht, Freundschaft, Mut, Abschiednehmen
Abbys Traum	36	Laurel Snyder	ab 5	mixtvision	Sehnsucht nach Freiheit
Heute bin ich	79	Mies van Hout	ab 3	Aracari	Gefühle kennenlernen
Gefühle sind wie Farben	79	Aliki	ab 4	Beltz&Gelberg	Gefühle kennenlernen
Der Löwe in dir	84	Rachel Bright	ab 3	Magellan	Mut, Vertrauen
Das kleine Ich bin ich	85	Mira Lobe	ab 4	Jungbrunnen	Identität, Einzigartigkeit, Wer bin ich?
Seine eigene Farbe	85	Leo Lionni	ab 3	Beltz&Gelberg	Identität, Ich-Sein
Ich bin anders als du - Ich bin wie du	85	Constanze von Kitzing	ab 2	Carlsen	Selbstwertgefühl, Selbstbewusstsein
Das Traumfresserchen	87	Michael Ende	ab 4	Thienemann	Alpträume, Ängste besiegen



# Selbstfürsorge

- Sie können es nicht allein! (Netzwerk)
- Lassen Sie sich Zeit! (Geduld!)
- Versuchen Sie, Ihre Erregung zu dämpfen/kanalisieren! (Sport, Atmen)
- Achten Sie die eigenen Erfahrungen! (Biographie?)
- Hilflosigkeit (kein Aktionismus, Rollenklärung)
- Nutzen Sie Schleusen! (Übergänge gestalten!)
- Stärken Sie sich! (Kraftquellen?)