

Traumatasensible Herangehensweise in der pädagogischen Arbeit – Hinweise und Literaturtipps

(Christa Kaletsch, in: Makista (Hrsg.) 2019: Kleine Worte – Große Wirkung! Kinderrechtebaukasten für die frühkindliche Bildung und Sprachförderung)

Manche Kinder haben bereits schwierige Erfahrungen machen müssen und potentiell traumatisierende Ereignisse erlebt (oder erleben sie gerade). Das kann eine schwere Krankheit oder Tod (einer wichtigen Bezugsperson) oder das Erleben eines Unfalls sein. Auch das Beobachten eines Unglücks, bei dem (nahestehende) Menschen in große Gefahr geraten, kann von Kindern als traumatisch erlebt werden. Gleiche Wirkungen können plötzliche Umzüge, Verletzungen der Unverletzlichkeit der Wohnung durch (Umwelt)-Katastrophen wie Überschwemmungen, Brände, aber auch Einbrüche sein. Die Trennung von Eltern, der Wegzug einer nahen erwachsenen Bezugsperson, das Erleben von massivem Streit, Gewalt und Verletzungen der Intimsphäre können traumatisierend wirken.

All diese Situationen bergen die Gefahr der Traumatisierung. In ihnen wird das Empfinden von Sicherheit und Schutz in Frage gestellt. Das grundlegende Lebensgefühl „alles ist gut und okay“ erfährt nachhaltig einen Riss und (sehr junge) Menschen erleben, dass sie die Situation nicht einfach zum Guten wenden, kontrollieren und beherrschen können. Sie können als traumatisierend erlebt werden. Sie müssen es nicht. Ob und in welcher Form dies von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen so erlebt wird und welche Reaktionen es auslöst, kann sehr verschieden sein. Und unabhängig davon, ob Menschen bereits die Gelegenheit hatten, sich mit dem traumatisierenden Erleben auseinandersetzen zu können und dabei auch professionelle Unterstützung erfahren konnten, kann eine Erinnerung an ein traumatisierendes Geschehen ganz unvermittelt auftauchen und die Betroffenen und die sie begleitenden Personen überraschen.

Dies kann beim Lesen einer Geschichte, durch Musikstücke, aber auch durch Gerüche ausgelöst werden und bei der von der Erinnerung betroffenen Person sehr überwältigende Gefühle auslösen. Auch die Erzieher_in kann sich in der Situation zunächst überrumpelt und hilflos fühlen. Es empfiehlt sich empathisch und freundlich mit sich selbst und den entstehenden Gefühlen umzugehen und das Erleben und insbesondere auch die Auswahl der Geschichte, des Ausflugs etc. nicht zu verurteilen. Es gibt sehr viele flashback-auslösende Faktoren und es kann (trotz aller entsprechenden Vorüberlegungen) einfach vorkommen, dass etwas eine belastende oder auch retraumatisierende Wirkung entfalten kann. Es ist grundlegend hilfreich, wenn Erzieher_innen von einem entsprechenden Unterstützer_innen-System wissen und Angebote professioneller Hilfe kennen. Sie müssen nicht selbst das traumatische Erleben bearbeiten (können). Gut ist es, wenn die Erzieher_innen den Heilungsprozess der Kinder begleiten können. Entsprechende Fortbildungen können dabei sicher unterstützen. Die folgenden Hinweise sind als erste kleine Tipps und Anregungen zu verstehen:

Zentral und wichtig ist es, dem von der retraumatisierenden Wirkung betroffenen Kind Halt, Sicherheit und ein schnelles „sich wieder im Hier und Jetzt Fühlen können“ anzubieten. Das „im Hier und Jetzt -Ankommen“ hilft dem Kind wieder Kontrolle über die Situation zu bekommen, Trost zu spüren und sich wieder zu beruhigen.

Auf dem Zurückholen sollte zunächst alle Aufmerksamkeit liegen. Folgende Sätze und Anregungen können dies begleiten:

- „Schau, du bist in der Kita mit uns unterwegs“.
- „Ich bin deine Erzieher_in.“
- Ein Bericht, was bisher an dem Tag passiert ist
- Das Kind anschauen, freundlich berühren, Fragen stellen, die das „im Hier und Jetzt-Ankommen“ unterstützen
- Auch der „Einsatz“ eines beliebten Gegenstandes oder Lieblingskuscheltieres kann das „Zurückkehren“ unterstützen.

Gewinnt die das Geschehen begleitende Person das Gefühl, das Kind hat sich etwas beruhigt und ist nicht mehr von den retraumatisierenden Eindrücken überwältigt, kann sie dem Kind helfen zu verstehen, was passiert ist. Wichtig ist es, das Erleben zu beenden und nicht durch Nachfragen es weiter zu beleben. Es hilft dem Kind sich zu stabilisieren, wenn die Erzieher_in verdeutlicht, dass das Kind grad etwas ganz Schlimmes erinnert hat, dass das aber jetzt vorbei ist. Hilfreich ist auch, sich Zeit zu nehmen, mit dem Kind festzustellen, dass es vorbei ist, sich umzuschauen, nochmal sicher zu stellen, wo man ist, was hier schön ist, was es vor Ort mag.

Etwas später oder auch an einem anderen Tag kann es hilfreich sein, dem Kind erklären zu können, was mit ihm passiert, wenn Flashbacks kommen. Auf viele Kinder wirken die dabei entstehenden Gefühle beunruhigend und es ist gut, wenn man ihnen helfen kann, nachzuvollziehen, was mit ihnen und ihren Gefühlen durch das Trauma passiert. Entscheidend dabei ist, darauf zu achten, dass das Kind entscheidet, ob und wie es sich damit beschäftigen möchte. Es ist gut, dem Kind Fragen beantworten zu können und mit ihm darüber auch mit Hilfe entsprechender Bilderbücher sprechen zu können. Es sollte die Möglichkeit geben, aber die Kinder müssen die Wahl haben können, zu entscheiden, ob und wenn ja wann sie sich mit ihren Gefühlen zum Trauma und auch mit dem das Trauma auslösenden Thema beschäftigen möchten.

Literatur

Eckardt, Jo 2005 : Kinder und Trauma. Was Kinder brauchen, die einen Unfall, einen Todesfall, eine Katastrophe, Trennung, Missbrauch oder Mobbing erlebt haben

Krüger, Andreas 2007: Erste Hilfe für traumatisierte Kinder