

Ukraine Krieg: Flucht und Traumatisierung

Kinder mit Fluchterfahrung in der KBBE sensibel begleiten

Kinder mit Fluchterfahrung haben vor und während der Flucht oft schreckliche Dinge gesehen oder erlebt und sind auch nach der Flucht mit vielen neuen Herausforderungen konfrontiert. Daher gilt es zunächst den Kindern, die in Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen aufgenommen werden, Zeit zu geben gut ankommen und Beziehung aufbauen zu können sowie ihnen Orientierung zu bieten. Die Gestaltung eines „normalen Alltags“ in der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung, an dem die Kinder mit Fluchterfahrung einfach nur Kind sein dürfen, sowie den Kindern im Hier und Jetzt eine sichere und vertrauensvolle Umgebung zu schaffen, stellen die eigentlichen Schwerpunkte in der pädagogischen Arbeit mit Flüchtlingskindern dar (Halt durch Normalität).

Die Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung kann ein *Sicherer Ort* für Kinder mit traumatischen Erfahrungen sein, an dem sie Stabilität und Zugehörigkeit erleben, alternative und heilsame Erfahrungen machen und Vertrauen aufbauen können.

Hilfreiche Handlungsstrategien für pädagogische Fachkräfte

- *Aufbau vertrauensvoller und empathischer Beziehungen*
Zu Beginn steht der Beziehungsaufbau im Vordergrund. Verlässliche, konstante Beziehungen zu Menschen, die den Kindern Verständnis für ihre spezielle Situation entgegenbringen, ihnen das Gefühl geben, gehört und ernstgenommen zu werden, die ihnen mitfühlend und fürsorglich begegnen und sie trösten, wenn Not und Kummer Überhand nehmen, sind wesentliche Grundlagen, um das innere Sicherheitsgefühl bei den geflüchteten Kindern wiederherzustellen. Auch wenn eine verbale Kommunikation aufgrund einer sprachlichen Barriere erschwert sein sollte, kann über nonverbale Kommunikation (Gestik, Mimik, Körpersprache) Beziehung zu den Kindern aufgebaut werden, z.B. durch aktives Zuwenden, Nicken, ein aufmunterndes Lächeln. Die nonverbale Kommunikation soll mit Worten und einfachen Sätzen begleitet werden.
- *Struktur, Kontrollier- und Vorhersagbarkeit*
Die meisten Flüchtlingskinder haben schwerwiegende Übergänge und Brüche hinter sich. Sowohl eine feste Gruppenzugehörigkeit zu einer Stammgruppe, als auch die Kontinuität der Bezugspersonen helfen bei der Stabilisierung. Wechsel in z.B. andere Gruppen sollten daher vorerst einmal vermieden werden. Kommt es zu einem Ausfall einer pädagogischen Fachkraft aus der Stammgruppe, etwa wegen Krankheit, kann es hilfreich sein, den Kindern z.B. mit einer Tafel vor dem Gruppenraum mit Fotos transparent zu machen, welche PädagogInnen und Hilfskräfte an diesem Tag in der Gruppe anwesend sind. Kinder sollten über jegliche Veränderungen informiert und darauf vorbereitet werden. Unvorhergesehenes und Neues ist oft bedrohlich und verunsichert. Hier helfen Rituale (z.B. Begrüßungs-/ Verabschiedungsrituale) und wiederholende Abläufe im Alltag. Tagesabläufe sollten genau besprochen und visualisiert werden. Vor allem zu Beginn können Bilder, Fotos und einfache Piktogramme unterstützend eingesetzt werden, um das Leben in der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung für die geflüchteten Kinder anschaulich zu machen.

- *Verlässlichkeit*
Ankündigungen und Versprechungen sollten weitestgehend eingehalten werden. Dies gilt auch für das Einhalten von vereinbarten Regeln, die für die Kinder klar kommuniziert und nachvollziehbar sein sollten (ev. unterstützt durch visuelle Hilfsmittel). So können Kinder mit Fluchterfahrung das Gefühl von Sicherheit und Vertrauen wieder zurückbekommen.
- *Stärkung von Selbstwirksamkeit*
Durch den Krieg und die Fluchterfahrung waren Flüchtlingskinder einer belastenden Situation ohnmächtig ausgesetzt. Den Kindern kreative Betätigungen und Bewegungsspiele anzubieten, hilft, dass sie sich wieder als selbstwirksam und handlungsfähig erleben. Diesbezüglich ist es auch von Bedeutung, die Kinder zur Selbstständigkeit zu ermuntern, ihnen Erfolgserlebnisse zu ermöglichen und ihre Entscheidungsfähigkeit zu fördern (z.B. welches Buch es anschauen oder welches Spiel es spielen möchte).
- *Ressourcen stärken*
Den Fokus auf Interessen, Ressourcen und Stärken des einzelnen Kindes richten – welche Aktivitäten machen dem Kind Spaß, welche positiven Eigenschaften, Fähigkeiten und Begabungen hat das Kind, welche Freundschaften, Lieblingsplätze und Lieblingsfiguren wirken auf das Kind beruhigend, stärkend und ausgleichend. Mit den Kindern Gefühle erkunden (z.B. Gefühlsuhr, Gefühlsmemory).
- *Bewegung, kreative Tätigkeiten und Humor*
Den Kindern Bewegung anbieten und kreative Ausdrucksmöglichkeiten fördern. Hier ist keine Sprache erforderlich und Kinder kommen dadurch ins gemeinsame Tun. Bewegung ermöglicht einerseits den Abbau von angestauter Energie und stärkt andererseits ein positives Körpergefühl. Über z.B. Malen, Töpfern, Musizieren und Körperwahrnehmungsübungen (z.B. Körperbilder malen, Gipsabdrücke machen) können sich die Kinder gut selbst wahrnehmen und spüren. Hilfreich können auch Entspannungsübungen sein (z.B. Atemübungen, Entspannungsmusik). Humor, Lachen und gemeinsam Spaß erleben bringt Leichtigkeit und hilft den Kindern wieder innerlich aufzutanken. Eine Überreizung durch zu viele Aktivitäten sollte jedoch vermieden werden – auf genügend Ruheinseln und Rückzugsmöglichkeiten achten. Möchte sich ein Kind kurzfristig zurückziehen, sollte es hierfür die Möglichkeit bekommen.
- *Gespräche über das traumatische Geschehen*
Kommt es zu einem Gespräch über die belastenden Erfahrungen des Kindes, ist es wichtig, dass die pädagogische Fachkraft als Vertrauensperson dem Kind die notwendige Aufmerksamkeit gibt und aktiv zuhört, ohne das Kind auszufragen oder zum Sprechen zu drängen. Das Gespräch sollte vom Kind jederzeit beendet werden können. Auf passende Rahmenbedingungen ist zu achten. Eventuell ist ein Wechsel in einen anderen Raum sinnvoll, z.B. wenn es im Gruppenraum zu laut oder zu unruhig ist oder wenn andere Kinder durch die Schilderungen verängstigt werden.
- *Kinder in Trigger Situationen unterstützen*
Nach Möglichkeit sollten Trigger (= Auslösereize, welche mit dem traumatischen Erlebnis in Verbindung gebracht werden) identifiziert und vermieden werden. So kann es bei einem Kind mit Fluchterfahrung bei lauten Geräuschen, einem Unwetter, Sirenenalarm der Feuerwehr, durch Farben, bei bestimmten Gerüchen usw. zu verschiedenen Reaktionen kommen, wie z.B. Angst, Panik, Weinen und Erstarren – hervorgerufen durch die Erinnerung an das furchtbare Geschehen. Hier gilt es das Kind „herauszuholen“ und eine Reorientierung in Raum und Zeit

zu geben. Das Kind direkt ansprechen und im Hier und Jetzt verorten, zum Beispiel nach dem Namen, der Farbe des Pullovers usw. fragen, sich die Umgebung beschreiben lassen, Bewegung initiieren oder den Ort wechseln. Löst z.B. ein Gewitter eine Triggersituation aus, kann man mit dem Kind in einen Raum gehen, in dem es das Unwetter nicht mehr so laut hört oder es kann auch helfen, Musik einzuschalten. Die Anwesenheit der pädagogischen Fachkraft vermittelt dem Kind in solchen Momenten ein Gefühl von Sicherheit. Es sollte unbedingt darauf geachtet werden, Hektik zu vermeiden. Unterstützend kann auch sein das Anbieten von Körperkontakt, Singen oder beruhigendes Sprechen.

Welche Reaktionen können auf eine Traumatisierung hindeuten

Kinder können auf ein belastendes Ereignis mit psychischen und körperlichen Reaktionen reagieren. Diese können unmittelbar nach dem Ereignis oder auch Wochen oder Monate später auftreten.

- Die Folgen eines Traumas können sich bei Kindern in Form eines erhöhten Erregungsniveaus zeigen. Nervosität, Unruhe, ungehemmter Bewegungsdrang, zappeliges Verhalten, Konzentrations- und Aufmerksamkeitsschwierigkeiten, erhöhte Reizbarkeit, übermäßige Schreckhaftigkeit und Wachsamkeit bzw. Alarmbereitschaft als auch aggressive Impulsausbrüche, wie z.B. Wut- und Schreianfällen sind mögliche Reaktionen. Viele Kinder leiden auch an Schlafschwierigkeiten (z.B. Ein- und Durchschlafschwierigkeiten).
- Zu den möglichen Auswirkungen zählen auch sich plötzlich und unerwartet aufdrängende, schwer zu kontrollierende Erinnerungen an das Erlebnis – das Trauma wird immer wieder durchlebt, in Form von Bildern, Empfindungen, Erinnerungsblitzen (Flashbacks) und Alpträumen. Diese können durch Schlüsselreize, sogenannte „Trigger“, ausgelöst werden (siehe „Kinder in Trigger Situationen unterstützen“).
- Manche Kinder spielen das traumatische Ereignis symbolisch immer wieder durch, z.B. mit Figuren oder in Rollenspielen. Das Spielen wirkt gequält und ist ohne Fantasie und Abwechslung. Es kommt zu keiner inhaltlichen Weiterentwicklung und bringt weder Befriedigung noch Erleichterung für das Kind. Belastende Erfahrungen können sich auch in Zeichnungen der Kinder widerspiegeln.
- Um nicht mit dem belastenden Erlebnis und den damit zusammenhängenden Gefühlen konfrontiert zu werden, vermeiden manche Kinder alles, was sie an das Geschehene erinnert – diesbezügliche Gespräche, Gedanken, Tätigkeiten, Menschen, Tiere usw. Einige Kinder wirken abwesend, ziehen sich zurück, verschließen sich und/oder zeigen sich unbeteiligt und uninteressiert. Das Gefühlserleben kann eingeschränkt sein. Teile des traumatischen Erlebnisses können manchmal nicht mehr erinnert werden, da die schwer erträglichen Erfahrungen verdrängt werden.
- Weitere Folgen eines Traumas bei Kindern können sein: regressive Verhaltensweisen (zurückkehren zu einer früheren Entwicklungsstufe, wie z.B. Einnässen, Daumenlutschen, rückläufige Sprachentwicklung), Traurigkeit, Ängste (z.B. Trennungsängste und verstärkte Anhänglichkeit, Angst vor Dunkelheit oder Neuem) oder körperliche Beschwerden ohne Krankheitsbefund (z.B. Bauch- und Kopfschmerzen, Verdauungsbeschwerden, Erschöpfungszustände).

Nicht jedes Kind mit Fluchterfahrung ist zwangsläufig traumatisiert. Viele verarbeiten ein traumatisches Erlebnis mit der Zeit recht gut – dabei greifen Schutzfaktoren, die im Kind selbst

liegen oder im familiären und im weiteren sozialen Umfeld zu finden sind. Werden genannte Reaktionen bzw. Verhaltensweisen über einen längeren Zeitraum beobachtet und kommt es zu einer Beeinträchtigung/Leiden im Alltag, sollte man sich mit den Eltern des betroffenen Kindes austauschen und gegebenenfalls eine professionelle, fachliche Unterstützung hinzuziehen. Die eigentliche Traumadiagnostik und -behandlung gehört nicht in den Aufgabenbereich der Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtung.

Eltern betroffener Kinder

Kinderbildungs- und -betreuungseinrichtungen haben nicht nur mit Kindern mit Fluchterfahrung zu tun, sondern auch mit deren Eltern bzw. Familienangehörigen. Hier ist eine vernetzende Arbeit mit unterschiedlichen Institutionen wie Behörden, DolmetscherInnen, Beratungsstellen usw. hilfreich. Sind die familiären Bezugspersonen stark belastet oder traumatisiert, benötigen sie möglicherweise selbst professionelle Hilfe und Unterstützung.

- <https://www.volkshilfe-ooe.at/die-volkshilfe/stuetzpunkte-bereiche/fluechtlings-und-migrantinnenbetreuung/betreuung-gesundheit/psychosoziale-betreuung-fuer-fluechtlinge/>
- <https://www.diakonie.at/unsere-angebote-und-einrichtungen/amike-telefon>
- Informationsblatt von BÖP in drei Sprachen verfügbar (Deutsch, Ukrainisch, Russisch):
https://www.boep.or.at/download/6235bb813c15c85d91000075/Psychologische_Hilfe_in_Krisenzeiten.pdf

Beratungsstellen für pädagogische Fachkräfte

- www.ooe-kindernet.at/1413.htm
Bei weiterführenden Fragen steht die psychologische Fachberatung für PädagogInnen in Oö. KBBE für Auskünfte zur Verfügung.
 - o Psychologische Fachberatung der Caritas
<https://www.caritas-ooe.at/hilfe-angebote/kinder-und-jugendliche/fachstelle-fuer-kirchliche-kindertageseinrichtungen/psychologische-beratung>
 - o Psychologische Fachberatung von PROGES
www.proges.at/mobilepsychologinnen

Quellen/Literatur

- Baer, U. (2018). Traumatisierte Kinder sensibel begleiten. Basiswissen und Praxisideen. Weinheim-Basel: Beltz Verlag.
- Baer, U. & Frick-Baer, G. (2018). Flucht und Trauma. Wie wir traumatisierten Flüchtlingen wirksam helfen können. München: Gütersloher Verlagshaus.
- Hendrich, A. (2019). Kinder mit Migrations – und Fluchterfahrung in der Kita. München: Ernst Reinhardt Verlag.
- Kühn, M. & Bialek, J. (2017). Fremd und kein Zuhause. Traumapädagogische Arbeit mit Flüchtlingskindern. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht Verlag.
- Lackner, R. (2004). Wie Pippa wieder lachen lernte. Fachliche Hilfe für traumatisierte Kinder. Wien: Springer Verlag.
- Levine, P.A. & Kline, M. (2020). Verwundete Kinderseelen heilen. Wie Kinder und Jugendliche traumatische Erlebnisse überwinden können. München: Kösel-Verlag.