

+

Wie Kinder und Jugendliche mit Notfällen umgehen

Ao Univ Prof Dr. Barbara Juen

- Universität Innsbruck
- Österr. Rotes Kreuz

+

Notfall, Trauma

- **Notfall** (plötzlich, unvorhergesehen, Bedrohung, Hilflosigkeit)
- **Trauma** (Tod, körperliche Verletzung von selbst und anderen und eigene Hilflosigkeit-Infragestellung Welt und Selbstbild)
- **Chronisches und Bindungs-Trauma** (länger dauernd, Gewalt oder Vernachlässigung oft durch Bindungsfiguren zugefügt) verhindert dass Kinder wichtige Fähigkeiten entwickeln (Vertrauen in andere, Selbstvertrauen, Emotionsregulierung)

+

Besonderheiten von Kindern und Jugendlichen

- Verstehen und Ausdruck von Emotionen
- Verstehen von Ereignis und Tod
- Umgang mit Emotionen

+

Verstehen von Emotionen

- Extreme Reaktionen Erwachsener bedrohen Kinder
- Emotionales Rückversichern als Richtschnur für eigenes Handeln
 - Beispiel Vorschulalter: 5 jährige nach Suizid des Vaters
 - (Schulalter-Scham-Fürsorge, Jugendalter-Einzigartigkeit)
- **Erklären von emotionalen Reaktionen bedeutsam/einen Teil der Emotionen offen mitteilen aber nicht überfordern**

+ Verstehen des Ereignisses

- Vorwissen und Verständnis an Entwicklungsstand angepasst
- **Kindgerecht erklären, von Fragen leiten lassen**
 - Beispiel: Mutter fährt mit Schwester eines Vierjährigen ins Krankenhaus, Schwester verstirbt, Schulkind Medikament)

+ Verstehen des Todes

- **Vorschulalter: Endgültigkeit**
(Körperfunktionen, nicht wiederkommen können)
- **Schulalter: Allgemeingültigkeit**
(jeder muss einmal sterben, auch junge Menschen sterben)
- **Jugendalter: Unvermeidbarkeit und Unvorhersehbarkeit**
(Manchmal kann man nichts dagegen tun, dass jemand stirbt, man kann es nicht vorhersehen)

+ Umgang mit Emotionen

- Kinder halten negative Emotionen nicht so lange aus wie Erwachsene
- Sie „switchen“ aus der Emotion wenn man sie nur lässt
- Spielangebote und Ablenkungsmöglichkeiten sowie Alltag sind für das Kind extrem wichtig (Vorschulkind, Schulkind, Jugendliche)
- Emotionsausdruck je nach Alter unterschiedlich (Vorschulkind, Schulkinder, Jugendliche)

+ Reaktionen von Kindern auf traumatische Ereignisse

- **Erinnerungen und Nachspielen**
- **Übererregtheit**
- **Vermeidung**
- Regression
- Klammern
- Aggression
- Rückzug
- Riskoverhalten

+ Besonderheiten der kindlichen Trauerreaktion

- Verstehen des Ereignisses und des Todes eingeschränkt
- Kinder und Jugendliche halten negative Emotionen nicht so lange aus (switchen)
- (Schul)Kinder schämen sich schnell und wollen nicht anders sein als andere Kinder
- Kinder und Jugendliche drücken Emotionen anders aus als Erwachsene
- Jugendliche wenden sich eher an Gleichaltrige als an Erwachsene

+ Was brauchen Kinder nach traumatischen Ereignissen?

- Zuwendung und Sicherheit
- Alltag
- Spiel und Ablenkung
- Offenheit und (altersgerechte) Erklärungen
- Bewegung
- Andere Kinder/Gleichaltrige
- Ausdrucksmöglichkeiten
- Erinnerungshilfen
- Grenzen und Struktur
- **Ganz normale verfügbare Bezugspersonen**
- **Die Macht des Gewöhnlichen**

+ Chronisch traumatisierte Kinder

- Beziehungstests
- Bindungsaufbau
- Aufbau grundlegender Fähigkeiten
- **Bindungsaufbau und Stabilisierung stehen im Zentrum/ Umgang mit eigenen Stressreaktionen erlernen/ therapeutische und pädagogische Begleitung!**

+ Häufige Fehler im Umgang mit traumatisierten Kindern

- Zu überprotektiv
- Zu wenig Grenzen
- Zu konfrontativ
- Zu wenig offen

+ Allgemeine Grundprinzipien

- **Abwehr respektieren:** Dem Kind einen „Schonraum“ schaffen, selbst entscheiden lassen wie und wann es sich konfrontiert
- **Erklären:** Dem Kind offen begegnen, Fragen beantworten aber nicht überfordern
- **Zuwendung und Hoffnung geben:** Das Kind ermutigen und etwas zutrauen
- **Normalität und Struktur:** Alltag, Spielmöglichkeiten, Ablenkung, Grenzen
- **Beobachten:** Das Kind gut im Auge behalten und notfalls weitere Hilfe suchen, Jugendlichen sagen dass man sich Sorgen macht und sie ein Zeichen geben sollen dass es ihnen gut geht...sichere Basis!

+ Verstehen helfen

+ Zentrale Fragen des Kindes

- **Vorschulalter:** Wird er wiederkommen? Wie kann er im Grab aufs Klo gehen?
- **Schulalter:** Wirst du auch sterben? Wie ist er gestorben?
- **Jugendalter:** Hätte ich es verhindern können? Hätte ich es vorhersehen können?

+ Umgang mit Kinderfragen

Sich von den Fragen leiten lassen

Nur die Fragen beantworten die das Kind stellt, nachfragen bei Unklarheit

Fragen ehrlich beantworten (man muss nicht alles sagen aber was man sagt sollte wahr sein)

Beispiel: wie ist meine Mama gestorben?

+ Nutzen von Hilfsmitteln

+ Mittel zum besseren Verständnis und zur Emotionsregulierung

- Bücher
- Geschichten
- Spiel
- Musik(texte)
- Gedichte

+ Bücher

- **Schössow, P.** (2005) Gehört Das so??! Die Geschichte Von Elvis
- **Fried. A. & Gleich, J.** „Hat Opa einen Anzug an?“. Carl Hanser, 1997.
-

+ Geschichten

- **Kinder hören manchmal gerne Geschichten, die sie an das erinnern, was ihnen auch passiert ist.**
- **Oft ist es aber sicherer wenn die Geschichte nicht allzu viele Ähnlichkeiten aufweist, dasselbe gilt für Kinderbücher (siehe Schutz und Abwehr)**

+ Spiele zum Verstehen

- Beispiele
 - Spielen mit Hubschrauber
 - Begräbnis für toten Goldfisch

+ Umgang mit erschütterten Grundannahmen

+ Umgang mit erschütterten Grundannahmen

- Sie sind kein Zeichen, dass die Kindheit nun vorbei ist
- Gemeinsam nach Antworten suchen
- Zugeben, wenn man etwas nicht weiß
- Keine „Scheinsicherheit“, Restunsicherheit bestehen lassen
- Zeit geben und Wiederholungen aushalten
- Sicherheit geben durch Alltag, Struktur und Zuwendung

+ Beispiele

- „Es könnte uns jederzeit ein Baum auf den Kopf fallen“
- „bekommt der Mann nur Wasser und Brot im Gefängnis?“
- „Wird die Mama jetzt auch sterben?“
- „Wer wird jetzt für mich essen kaufen?“
- „Wer wird jetzt auf mich aufpassen?“

+ Nachspielen

Umgang mit posttraumatischem Nachspielen

- Handlungsbögen zu Ende führen
- Guten Ausgang phantasieren
- Gefühle verbalisieren
- Immer einen Ausweg bieten

Fallbeispiel Andreas

+ Erinnerungshilfen und Rituale

+ Erinnerungshilfen und Rituale

- Erinnerungsbox
- Bilder vom Himmel
- Erinnerungscollage etc

- Rituale (Brief, Abschied, etwas zu Ende führen,)

+ Danke für die Aufmerksamkeit

