

# Hilfe, ein traumatisiertes Kind in der Kita!

So fängst du Kinder mit viel Geborgenheit auf.

Vertiefung  
& Übungen

Dieses Übungsheft  
gehört:

.....

# Unsere Wissensschätze für dich.

Dieses Übungsheft enthält pures Kitagold.

Die Inhalte wurden so für dich zusammengestellt, dass du gut in das Thema eintauchen kannst und weitere Anregungen für dein pädagogisches Handeln bekommst.

Viel Spaß!



## Das erfährst du in diesem Heft:

- Die Tiefe der seelischen Wunde ist abhängig vom eigenen Erleben.
- Welche Anzeichen es für eine Traumatisierung bei Kindern gibt.
- Was du in der Kita tun kannst, wenn ein Kind Anzeichen einer Traumatisierung zeigt.



# 1. Wie tief ist die seelische Verletzung?

Verstehe zunächst: Trauma ist eine persönliche Erfahrung und kein Ereignis. Der Begriff Trauma stammt aus der Medizin und bezeichnet die Wunde, die bei einer Verletzung entsteht. Ein Autounfall wäre in dem Fall das Ereignis und die Wunde das Trauma. Es ist demnach zwischen dem traumatisierenden Ereignis und der Erfahrung zu unterscheiden. Ob ein Trauma davongetragen wird, ist davon abhängig, wie gut mit dem Ereignis umgegangen werden kann. Denn das bestimmt, wie schwer die seelische Verletzung ist. Nur wenn ein Mensch das Ereignis als existentiell bedrohlich erlebt, hat es das Potential einer Traumatisierung. Demnach kann auch ein schlimmes Ereignis geschehen, das aber nicht automatisch einen krankmachenden Verlauf nimmt. Durch Verarbeitungsmechanismen oder durch liebevolles Auffangen eines Kindes können schlimme Ereignisse erfahren werden, ohne krank zu machen.

# 2. Wie reagieren Kinder auf seelische Verletzungen?

## Kurz nach dem Ereignis:

Kinder können zunächst kurzzeitige Verhaltensweisen zeigen, nachdem sie eine schlimme Erfahrung gemacht haben.

Welche Verhaltensweisen sind dir bei Kindern aufgefallen, nachdem sie eine schlimme persönliche Erfahrung machten? Hast du ein bestimmtes Kind im Kopf? Schreibe auf, wie sich das Kind kurz nach dem Ereignis verhalten hat:

.....

.....

.....

.....

Was hast du dann getan?

Schreibe nun auf, was dem Kind aus deiner ganz persönlichen Erfahrung geholfen hat:

.....

.....

.....

Schützende Faktoren, die Kindern nach einem schlimmen Ereignis helfen, sind beispielsweise:

- Der Austausch über das Erlebte.
- Das Teilen des Erlebten mit einer nahen Person.
- Emotionale und körperliche Nähe.

Welche schützenden Faktoren kannst du aus deiner fachlichen und persönlichen Erfahrung hinzufügen? Was hat Kindern außerdem geholfen?

.....

.....

.....

Trotz aller Schutzfaktoren wie Geborgenheit, Austausch, Zuwendung und Wärme kommt es manchmal zu einem schwereren Verlauf der Traumatisierung. Die Verhaltensweisen zeigen sich dann ganz oder teilweise über einen längeren Zeitraum. Die Kinder können dann Verhaltensweisen aus drei Symptombereichen zeigen:

## 1. Wiedererleben des Ereignisses



Das Kind erlebt eine plötzliche Erinnerung durch Geräusche, Gerüche, Gefühls, Gehörtes oder anders Wahrgenommenes. Auch Alpträume gehören dazu. Durch das Einschleusen der Erinnerung kann es zu sehr starken, plötzlichen emotionalen Reaktionen, z.B. in Richtung Angst und Flucht oder Wut und Kampf, kommen.

## 2. Konstruktive (einengende) Verhaltensweisen

Das Kind zieht sich schützend zurück und vermeidet jegliche Information aus der traumatisierenden Situation. Das kann bedeuten, dass Kinder überhaupt nicht mehr in Kontakt mit anderen Menschen gehen, weil andere Menschen in der traumatisierenden Situation gefährlich waren.

Dazu gehört zum Beispiel auch das Spielen. Denn beim Spielen kann man nicht vorhersehen, was passieren wird. In diesem Fall würden eher kontrollierbare Situationen aufgesucht. Dazu gehört z.B. etwas zu sortieren. Wenn demnach ein Kind nicht mehr frei spielt, dann geschieht das, weil es versucht, sich vor unerwarteten Situationen zu schützen, die die plötzlich einschließenden Erinnerungen auslösen. Dazu gehört auch das Vermeiden von Menschen und Situationen im Allgemeinen. Das Kind geht nicht mehr gerne raus, es geht nicht in dunkle Räume, nicht dorthin, wo andere Kinder spielen.

Weiter kann es auch geschehen, dass das Kind Gefühle gar nicht mehr wahrnimmt. Es erscheint dumpf und roboterhaft. Das Kind macht dies nicht bewusst, sondern es laufen Mechanismen ab, die das Kind schützen. Denn wenn das Kind die Gefühle anschalten würde, dann wären diese zu überwältigend. Das Kind empfindet demnach auch keine Freude, keinen Ärger usw. Bei Erwachsenen würde dies als Depression wahrgenommen werden, bei Kindern eher als Rückzug.

Zu dem Symptombereich gehört auch ein Zurückrutschen in frühere Entwicklungsstufen, die eigentlich schon durchgemacht wurden. Spracherwerb und Sauberkeit werden beeinträchtigt. Das heißt, ein vierjähriges Kind verhält sich z.B. wieder wie ein zweijähriges Kind. Es kotet und nässt sich wieder ein und spricht Babysprache.

## 3. Körperliche Übererregung

Das Kind spürt plötzliche Bauchschmerzen, Kopfschmerzen, zeigt starken Bewegungsdrang, kommt nicht zur Ruhe. Auftretendes Herzrasen nehmen Kinder, im Gegensatz zu Erwachsenen, nicht als Herzinfarkt wahr. Sie können dann nicht schlafen, nicht essen, oder stopfen Essen wahllos in sich hinein.

### 3. Was kann ich tun, wenn ein Kind Anzeichen von Traumatisierung in der Kita zeigt?

Schau noch einmal auf die Punkte von Seite 3 dieses Übungsheftes. Hast du dem Kind Nähe, Wärme, Austausch oder ähnliches angeboten? Dann hast du im Moment des Erlebens alles getan, was das Kind brauchte. Denn dem Kind hilft jetzt Sicherheit und Stabilität. Dem gibst du Ausdruck über:

- Deine Stimme: Sprich leise, ruhig, melodios.
- Deinen Körper: Mache ruhige Bewegungen. Gib eine Umarmung, wenn möglich und gewollt. Wiege das Kind im Arm, ganz wie bei einem Säugling.
- Deinen Geist: Sei ganz beim Kind. Gib Wärme, bleibe ruhig.

Fallen dir noch weitere Handlungen ein, mit denen du Sicherheit, Ruhe und Stabilität geben kannst? Halte sie dir hier fest:

.....

.....

.....



#### Zum Schluss

Erkenne an, dass du wahrscheinlich schon Kinder betreut hast, die traumatisiert waren, ohne, dass du davon wusstest. Halte deshalb Herz und Augen offen. Auch wenn ein Kind nicht traumatisiert ist, wird es von deiner Nähe und Wärme profitieren. Sei für den Moment eine emotional verfügbare Person.

## Kitagold – Ein Projekt von



*Gefördert durch das Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages.*

## Weitere Videos sowie Vertiefungen & Übungen

[kitagold.papilio.de](http://kitagold.papilio.de)

[www.instagram.com/papilio.de](https://www.instagram.com/papilio.de)

## Kontakt

Papilio gGmbH  
Ulmer Str. 94  
86156 Augsburg

Fon 0821 4480 8596  
[kontakt@papilio.de](mailto:kontakt@papilio.de)  
[www.papilio.de](http://www.papilio.de)