

## SE - Arbeit mit Kindern

### "Erste Hilfe" im Kindergarten

#### 1. Zuallererst: "Und wie geht es Dir dabei?"

Unfälle und Verletzungen (auch seelischer Art) neigen dazu, uns, die wir Beobachter bzw. Ersthelfer sind, durch die hohe Energie, die im Verletzten entsteht, selber zu aktivieren. Dies kann dazu führen, dass wir selber innerlich "gefrieren"/ handlungsunfähig werden, in unserer eigenen Aktivierung Schmerzen, starke Erregung o.ä. zu verspüren, oder einen über-starken Drang fühlen, "etwas tun"/ helfen zu müssen. In so einem Fall geht uns der Kontakt zum Kind und damit dem, was es wirklich braucht, um sein Nervensystem zu beruhigen, verloren.

Der Weg (auch innerlich) geht vom ETWAS TUN WOLLEN ("HELFEN") zum WIRKLICH DA SEIN im Kontakt zu sich und dem Kind.

Wirkliche Hilfe erstreckt sich auf die Bedürfnisse des Kindes .Versuche herauszufinden, durch Beobachten,erspüren und Nachfragen, was im Moment für das Kind wichtig/ hilfreich ist, was es als erstes braucht.(Vertrauen, Sicherheit, Ressourcen, Verbündeter,Orientierungs-, Kampf - und /oder Fluchtreaktionen in den *felt sense* bringen, im Körper spürbar/erlebbar machen). Das ist nur möglich, wenn dir klar ist, was du brauchst um sicher und ruhig zu sein.

Wenn eine erschreckte Mutter (andere Ersthelfer) ihr verletztes Kind hektisch nach der Verletzung untersucht,(weil sie z.B. Verlustängste bekommt, oder weil sie sich schuldig fühlt, weil sie den Unfall nicht verhindert hat) kann das Kind nicht wirkliche Sicherheit/ Ruhe spüren, bzw. nicht zulassen, dass es spürt, was es SELBER gerade jetzt braucht. Es wird um die Mutter zu beruhigen (bzw. im eigenen Interesse, um das stark belastete eigene Nervensystem vor weiterer Belastung zu schützen) seine Bedürfnisse zurückstellen. Auf diese Weise kann sein NS nicht zur Ruhe kommen, es "gefriert" innerlich in seinem Schrecken und zeigt nach außen hin keine Hilfsbedürftigkeit mehr.

Parallelen bei verletzten Kindern, zu eigenen Unfällen, stellen eine ganz besondere Herausforderung dar. Wenn du bemerkst, dass eigene traumatische Erlebnisse noch nicht aufgearbeitet sind, so dass dich der Unfall des Kindes selber stark aktiviert, solltest du dem Kind zuliebe jemand anderes bitten das Kind zu versorgen/beruhigen. Gegebenenfalls ist dies aber im Moment nicht möglich. Sorge dann besonders gut gleichzeitig für dich:

z.B.- Dich Erden: Sitzfläche spüren, Raum bewußt wahrnehmen.....

- Dein Erwachsen Sein realisieren (Größenunterschied, "Wieviel Zeit ist seither vergangen ?“.....)

- Sich eingestehen, dass man selber erschreckt ist, hilft auch schon sich etwas zu beruhigen...

...und später die Chance wahrnehmen und sich für dieses Thema selber Hilfe holen .

## 2. Bedeutung von Verletzungen für das Kind

Eine Verletzung ist immer gleichbedeutend mit einem "plötzlichen Angriff" im übertragenen oder tatsächlichen Sinn. Es handelt sich um eine Grenzverletzung des Körpers.

Zwar gibt es viele Verletzungen bei denen das Kind durch eigenes Verhalten dazu beigetragen hat, meist erlebt das Kind aber bei einem Unfall Schutzlosigkeit, da der Erwachsene als "Grenz-verteidiger", bzw. "Unfallverhüter" gefehlt hat.

Das Kind erlebt die Welt als gefährlichen Ort. Der Erwachsene ist mit seiner wachsamen Anwesenheit für das Kind ein unerlässlicher Schutz. (Je jünger das Kind ist um so mehr! ) Dies spürt es unbewußt. Fühlt sich das Kind beständig in diesem für Sicherheit sorgenden Schutz geborgen, entwickelt es ein Vertrauen in die Welt als sicheren Ort und damit auch ein gesundes Maß an Neugierde diese Welt zu erkunden. Das heißt umgekehrt, dass der Erwachsene, der sich nach einer Verletzung um das Kind und seine Verletzung kümmert, das Vertrauen ("Ich bin da. Du bist sicher bei mir") wiederherstellen muß.

Fehlender Schutz durch die Bezugsperson wirkt sich immer auch auf das Selbstwertgefühl und das Selbstbewußtsein des Kindes aus. Je jünger Kinder sind, um so mehr erleben sie sich und die Umwelt als eines. Erst mit zunehmendem Alter und Erfahrung entwickelt sich im Kind eine getrennte Wahrnehmung von ICH und Umwelt. Das bedeutet, dass Kinder alles, was passiert, auf sich beziehen.

Wenn die Umwelt (die Menschen in der Umgebung) unwirtlich, nicht unterstützend und/ oder nicht beschützend erlebt wird, bedeutet das für das Kind: "Ich bin schlecht / schuld / böse / es nicht wert, dass ich geliebt, umsorgt und beschützt werde!"

Bedenke, dass Kinder allgemein Erfahrungen mit Verletzungen und deren Heilung meist noch nicht so oft gemacht haben, wie Du. D.h. plötzlicher Schmerz, blutende Wunden (auch wenn sie klein sind) können ein Kind schon allein durch die Ungewißheit der Schwere, bzw. Heilungsaussicht aus dem Gleichgewicht bringen und manchmal sogar den größten Teil der entstandenen Erregung ausmachen. Hier kann deine Ruhe und Zuversicht, sowie einfache und bestimmte Erklärungen schon das beste "Pflaster" sein.

Oft werden Wunden, bei denen Blut fließt vom Kind als schlimmer bewertet, als Prellungen, Brüche o.ä., da die Verletzung des Körpers offensichtlich ist. Instinktiv weiß es, dass großer Blutverlust Lebensgefahr bedeutet. ("Hilfe ich laufe aus!") .

Selbst wenn blutende Wunden recht klein und nicht wirklich gefährlich sind, kann das NS des Kindes sehr stark aktiviert werden. Daher ist es gut die Wunde so schnell wie möglich zu versorgen.

Die Wunde verbinden, ein Pflaster drauf, oder zudecken/ zuhalten beruhigt schon enorm.

Auch das verbale In-Aussicht-Stellen auf den zu erwartenden Blutstillstand und das Zuwachsen der Wunde ist hier hilfreich. Hier die einfache kindliche Logik: "Sobald ich das Blut nicht mehr sehen kann, bin ich wieder ganz!"

Verletzungen durch andere Menschen stellen für das Kind nicht nur eine Verletzung des Körpers dar. Hier entsteht auch eine Verletzung in das Vertrauen in die eigene Spezies. Verstärkt gilt dies für Verletzungen durch geliebte Personen, insbesondere, wenn dies absichtlich geschieht.

Ein wichtiger Punkt bei der Arbeit mit dieser Art des Vertrauensbruches ist das Wiedererleben und Spüren Können, dass JETZT jemand da ist, der es beschützt und dem es vertrauen kann. Dies ist meist ein langandauernder Prozeß, weil erst die Zeit zeigt, ob jemand wirklich verlässlich ist. Das Kind braucht hier einen geschützten Raum, in dem es wieder neu lernen kann, sich auf eine Bindung zu einem Menschen einzulassen.

#### **Vertraut werden schafft Vertrauen.**

Verbale Zusicherungen zeigen dem Kind zwar, dass man sein Problem gesehen hat, helfen aber nicht, um die Sicherheit auch wirklich spüren zu können.

Das Kind, das sich infolge einer invasiven Grenzverletzung durch einen Menschen aus dem externen und internen Kontakt (zu den eigenen Gefühlen und Impulsen) zurückgezogen hat, braucht besonders viel Zeit, Ruhe und liebe- und verständnisvolle Unterstützung, um sich wieder spüren zu lernen und im Kontakt zu sich wahrnehmen zu können, dass jetzt seine Grenzen respektiert, gewahrt und beschützt werden.

Bei starken Verunsicherungen / emotionalen Traumen dauert die Herstellung einer vertrauens-vollen Beziehung / Bindung dementsprechend länger.

Selbst, wenn das Kind durch eigene Kraft den Unfall hätte vermeiden können, erlebt es ihn als „plötzlichen Angriff“. Bei einem „Unfall“ geht alles ziemlich schnell. Es bleibt keine Zeit sich zu orientieren / die nahende Gefahr zu orten, zu flüchten, oder sonstwie zu vermeiden, sich zu wehren / zu kämpfen. Orientierungs-, Flucht- und/ oder Kampfreaktionen konnten nicht oder nicht vollständig ausgeführt werden. Oft verbleibt ein Schuld- oder Schamgefühl, oder verstärkte Unsicherheit / Zweifel an den eigenen Fähigkeiten im Kind aufgrund seiner, dabei erlebten, „Unfähigkeit“.

Erhält das Kind nachträglich die Chance, dem Unfall oder Unfallsequenzen in einem sicheren Raum mit Unterstützung eines Erwachsenen „in Zeitlupe“ / mit Abstand zu betrachten, kann es ihm möglich werden nicht ausgeführte Orientierungs-, Flucht- und /oder Kampfreaktionen zu vollenden.

Dies gibt seinem NS die Möglichkeit eingefrorene Energien zu lösen und somit den Unfall der Vergangenheit zuordnen zu können. Das Kind erfährt wieder seine eigenen Fähigkeiten und seine Kraft (= Ermächtigung). Es kann sich wieder selbstsicher und neugierig in seiner Welt bewegen.

### **3. "Vorgeschichte": Traumalandschaft - Familienstruktur - Charakter des Kindes**

Jedes Kind hat eine "Vorgeschichte", die mitbestimmt, auf was ich beim Kontakt zu dem verletzten Kind achten muss, bzw. die auch geheilt werden will. Je mehr ich über seine "Vorgeschichte" weiß, um so besser kann ich die Lage des Kindes verstehen und so gezielter meine Vorgehensweise auf seine Bedürfnisse abstimmen.

z.B. vorangegangene Unfälle, traumatische Geburt, OP's , andere Ereignisse, die das NS des Kindes überfordert haben,... erklären oft, warum ein Kind bei einer eher leichten Verletzung mit einer unverhältnismäßig hohen Aktivierung reagiert.

#### Seite 4

Die Familienstruktur und die Erlebnisse mit den ersten Personen des Lebens, eventuelle sich daraus ergebende emotionale Defizite und Traumen, bzw. Charakterstruktur des Kindes ist maßgeblich verantwortlich dafür, in welchem Maße ein verletztes Kind die ihm angebotene Hilfe /den Kontakt überhaupt wahrnehmen bzw. annehmen kann. Hat das Kind die Welt als einen liebevollen, nährenden, unterstützenden Ort erleben können? Und WIE wurde früher Hilfe erlebt, falls überhaupt?

Aber auch wenn keine näheren Informationen zur Verfügung stehen, ist es möglich dem verletzten Kind zu helfen, dass es sich und sein NS beruhigen kann. Kinder zeigen recht deutlich, was für sie eine Unterstützung darstellt, sobald sie merken, dass jemand da ist, der das in IHREM Tempo unterstützt.

## **4. Schaffen eines sicheren Raumes**

### **4.1 Eine neue Sichtweise: "Sich verletzen" beinhaltet die Chance wieder ganz zu werden !**

**"Nimm mich ernst und sei zuversichtlich"**

Viele Leute sehen bei einem verletzten Kind nur die Wunde, die versorgt werden muss. Woraus sie dann folgerichtig schließen, dass, sofern "nichts Schlimmes" zu sehen ist, oder die Wunde nicht groß ist, der Fall erledigt ist. Die Wunde wird äußerlich richtig behandelt und ansonsten "soll das Kind sich nicht so anstellen!".

Sehr oft stelle ich bei Kindern im Kindergarten fest - entweder im Gespräch mit den Eltern oder das Kind erzählt selber - dass einer im Kindergarten erfolgten Verletzung eine frühere Verletzung an der gleichen Stelle vorangeht, die um einiges schwerer war als diesmal.

Oft bemerkt man das schon an einer verhältnismäßig großen Erregung (starkes langanhaltendes Schreien, auffälliges Sich Zurückziehen oder heftige Aggressionen...), die der Schwere des Unfalls nicht angemessen erscheint. Dies ist meist ein sicheres Zeichen dafür, dass das NS des Kindes den vorangegangenen Unfall noch nicht verarbeitet hat und die erneute Verletzung die Erregung des NS von damals wieder aktiviert.

Es sieht so aus, als ob das Kind die Unfallsituation neu "inszeniert"- in ungefährlicherem Ausmaß - in dem Versuch wieder in eine ähnliche Situation von Hilflosigkeit und Verletztsein zu kommen und DIESMAL Hilfe und Kontakt zu bekommen, um die alte Anspannung des NS, die im Organismus "gefroren" ist, zum Abklingen zu bringen.

Auch emotionale Defizite /Traumen wollen im Kontakt zu dir vom Kind gelöst werden. Das Kind versucht das zu bekommen, was sein NS wieder beruhigt.

Bei manchen Kindern häufen sich Unfälle in ihrer speziellen Art , z.B.\*  
immer auf den rechten Arm fallen - vorangegangen ist ein Armbruch mit 2 Jahren bei einem Sturz aus dem Stockbett.

\* sich häufig das Gesicht beim Stürzen verletzen (fehlender Abstützreflex der Arme - das Kind ist der Mutter bei einer unvorsichtigen Bewegung aus der Hand gefallen, als es noch ein Baby war.)

Bedenke, dass das obengenannte, unaufmerksame, sorglose Verhalten der Eltern (oder anderer Bezugspersonen) aus Unwissenheit, Überforderung,... gezeigt wurde und in den meisten Fällen unbeabsichtigt zu dem ersten Unfall beigetragen hat. Für das Kind bedeutet so ein Verhalten allerdings ein Wegfallen der es schützenden Grenzen.

## Seite 5

Beim Trösten des Kindes und Versorgen der Wunde kann durch deine innere Anteilnahme, Ruhe, Zuversicht und das Angebot von Kontakt (auch Körperkontakt) zum verletzten Kind ein Heilungsprozeß eingeleitet werden, der auch auf einer noch tieferen, seelischen Ebene das Kind zu seiner Ganzheit führt.

Entwicklungsspezifische Themen, wie

- Willkommen und es wert sein, dass man sich um mich kümmert!
- So lange Hilfe, Zuwendung und Kontakt bekommen, wie ich es brauche!  
("Bis ich satt bin!")
- Ich muss nicht alles alleine durchstehen!
- Jemand hilft mir wirklich! / Meine Hilflosigkeit, mein Bedürfnis nach Kontakt wird nicht ausgenützt, sondern befriedigt!
- Ich bin wichtig! / Du nimmst mich ernst! / Ich kann auch Aufmerksamkeit/ Kontakt bekommen, wenn es mir gut geht!
- Ich darf klein und bedürftig sein!

...

können hier bearbeitet werden und ihren Abschluß finden. So kann es für das verletzte Kind möglich werden frühere Traumata und die damit verbundene Überlastung des NS loszuwerden, bzw. sich wieder zu entspannen, indem es nach und nach in den beruhigenden und Selbstbewußtsein fördernden Zustand "BEHÜTET UND BESCHÜTZT ZU SEIN"(zurück) finden kann. Damit kann das Kind auch zu seiner eigenen Kraft und Kompetenz (zurück) finden. Wenn dies gelingt, wird es dem Kind ermöglicht, (wieder) entspannt und unbeschwert das HIER UND JETZT zu genießen und leben zu können und gleichzeitig besser mit sich und den anderen Menschen in Kontakt zu sein. Insofern ist eine "Neuinszenierung" des vorigen Unfalls immer auch eine große Chance für das Kind , die genutzt werden kann.

## 4.2 Schaffen eines sicheren Raumes durch die Bezugsperson

Die eigene Ruhe, Sicherheit und Zuversicht des helfenden Erwachsenen sind für die Entspannung und Beruhigung des NS des verletzten Kindes der wichtigste Bezugspunkt.

Durch den Angriff auf seine Unversehrtheit ist das ohnehin schwache NS des Kindes stark geladen. Zusätzliche Spannung durch äußere Aufruhr (fremde Personen, Hektik am Unfallort, fehlende oder erschreckte Bezugspersonen...) führen zu einer Überlastung des NS, d.h. Dissoziation/ "Gefrieren".

Das Kind fühlt sich für eine erschreckte, in Panik geratene, geliebte Bezugsperson verantwortlich. Es wird versuchen, die eigene Erregung zu unterdrücken, um den Erwachsenen zu beruhigen - u.U. ist dies auch eigenes Interesse - da sonst zu viel Spannung im eigenen System entsteht. (Natürlich kann auch der Erwachsene, um das Kind nicht noch mehr zu beunruhigen, seine Erregung unterdrücken, was er sicher auch in vielen Fällen versucht. Ein Kind spürt aber instinktiv, ob die Ruhe des Erwachsenen "gespielt" oder echt ist.)

Andererseits wirkt sich eine ruhige, zuversichtliche Haltung des betreuenden Erwachsenen sofort positiv auf die Möglichkeit des verletzten Kindes zur Ruhe zu kommen aus. Daher ist es mindestens genauso wichtig, dass der Ersthelfer gleichzeitig zum Versorgen der Verletzung dafür sorgt, dass er für das Kind einen möglichst ruhigen und sicheren Ort schafft, was seine Person mit einschließt.

Seite 6

Es ist zwar von Vorteil, wenn du das verletzte Kind kennst, d.h. eine vertrauensvolle Beziehung vorhanden ist, in dieser extremen Streßsituation, die ein "Unfall" beim Kind hervorruft, ist das Kind andererseits äußerst sensibel und erkennt sehr schnell, wo es die Sicherheit und Geborgenheit bekommt, die es braucht. U.U. ist es sogar leichter als Außenstehender zu helfen, da man emotional nicht so an das Kind gebunden ist und daher z.B. auch nicht so große Verlustängste entstehen, wie es bei den Eltern der Fall ist.

Hier ein paar Tips für die Vorgehensweise zu helfen, dass ein sicherer und geborgener Raum für das Kind geschaffen werden kann :

Nimm erst mit ruhiger und sicherer Stimme Kontakt zum verletzten Kind auf und bleibe auch weiterhin über die Stimme im Kontakt. Dies ist das Wichtigste. Tief im Inneren weiß ein Kind, dass es ohne die Anwesenheit eines Erwachsenen, Beschützer und Versorger nicht überleben kann und die Anwesenheit eines Erwachsenen läßt den kindlichen Organismus erkennen, dass Hilfe da ist.

Du mußt nicht dauernd reden. Es reichen einfache Sätze, die dem Kind zeigen, dass du es siehst und dass du dafür sorgst, dass es die Hilfe bekommt, die es braucht.

Dränge nicht auf Antworten. Meist antwortet das Kind mit dem Körper. Sobald sich sein NS etwas beruhigt hat, fängt es meist von selbst an zu erzählen, was passiert ist.

Bestätige "Dir ist etwas Schlimmes passiert." und "Ich sehe, dass du Hilfe brauchst."

Verwende seinen Namen, dies verstärkt sein Gefühl sicher zu sein und Kontakt zu haben.

Sätze wie "Ich komme schon, Vinzenz ",

- "Du hast dir ja weh getan.",

- "Magst du auf meinen Schoß kommen ?",
- "Komm, wir setzen uns erst mal."
- "Jetzt schnauf erst mal durch, Vinzenz."
- ...

Eventuell ist es gut, das Kind vorher zu fragen, ob es so viel Kontakt, wie auf dem Schoß sitzen überhaupt vertragen kann - u.U. ist ihm Körperkontakt zuerst zu viel. Setze dich dann neben das Kind, möglichst auf gleicher Höhe. Es zeigt sehr deutlich, ob Körperkontakt gewünscht ist oder nicht.

"Komm wir machen ein Pflaster drauf." "Magst du einen Eisbeutel draufhalten?"...

Meistens wissen Kinder auch ganz gut selber, was sie brauchen, um sich zu beruhigen. Frage ruhig nach und lerne dazu.

z.B. brauchte ein Mädchen unbedingt sein Schmusetuch (Ressource), um sich beruhigen zu können, bevor es bei uns die Erfahrung machen konnte, dass auch Menschen gute Tröster sein können, an die man sich kuscheln kann und die da bleiben, solange man sie braucht.

Sobald ein Kind realisiert, dass die Gefahr vorbei ist, beginnt es sich zu entspannen. Dies geschieht in Etappen (Looping). Wenn du den Eindruck hast, dass es auf einem niedrigeren Energielevel angekommen ist, kannst du den nächsten Schritt machen.

- "Wo tut es denn weh?"
- Eine Frage zum Unfallhergang stellen.
- Später auf den früheren Unfall Bezug nehmen und bewußt machen, dass **diesmal** alles nicht so schlimm ist ...

Zwischendurch auf das JETZT hinweisen, leitet eine weitere Runde Entspannung ein.

## Seite 7

Diese kannst du durch Sätze wie

- "Wie gut, dass wir jetzt hier zusammensitzen und du dich ausruhen kannst von dem Schreck“.
- "Du kannst es dir ruhig auf meinem Schoß gemütlich machen."
- "Du hast einen richtig warmen Kopf jetzt, wie eine Wärmeflasche."
- ... vertiefen helfen.

Falls eine Wunde / Verletzung entstanden ist, versorge diese sobald wie möglich. Es ist hilfreich, wenn Du andere Leute organisieren kannst, die es dir ermöglichen ungestört mit dem Kind sitzen zu bleiben.

z.B. Pflaster oder Verbandsmaterial holen./ Anrufe tätigen (die Eltern anrufen)/ ,

Das Schmusetier hersuchen./ Für einen ruhigen Ort sorgen./ Es möglich machen, dass du mit dem Kind in einen separaten Raum gehen kannst, falls die Unruhe in der Gruppe durch den Unfall zu groß ist./ Die anderen Kinder beruhigen.

Falls die Wunde/ Verletzung nicht so groß ist (falls dies abzusehen ist) kann die Versorgung derselben auch erst mal warten, um dem NS des Kindes die Möglichkeit zu geben sich zu entspannen.

Falls du vieles alleine machen mußt, erkläre dem Kind, mit ruhiger und bestimmter Stimme, was du machen mußt und vermittele ihm dabei, dass du da bleibst.

- "Wir holen jetzt ein Pflaster, dann hört es gleich auf zu bluten."

- "Ich rufe jetzt die Mama an, damit sie herkommen kann."

- "Sie geht gleich mit dir zum Arzt." (Falls deine Mittel nicht ausreichen)

Beachte, dass der Hinweis auf einen Arzt u.U. auch aktivierend sein kann, daher erwähne ihn erst, wenn das Kind sich von der größten Erregung erholt hat.

Das Thema Arztbesuch an sich kann schon mit negativen Erfahrungen verbunden sein, ist aber manchmal unumgänglich. Gehe es daher langsam an. Vermittle dem Kind, dass dies wichtig ist

und der Arzt dem Kind helfen wird, so gut er kann, dass es wieder ganz wird. Gehe nicht ins Detail. Versprich ihm aber nichts Unmögliches. ("Es wird gar nicht weh tun."). Das zerstört Vertrauen!

Bereite es in einfachen Sätzen auf das vor, was beim Arzt wahrscheinlich passiert, sofern dies nötig ist. Vermittle auch mit Worten Sprechtempo und Tonlage, dass du zuversichtlich bist und dass es nur zu jemandem gebracht wird, der ihm weiterhilft.

Zeige, dass du die Lage des verletzten Kindes ernst nimmst, gleichzeitig jedoch kein Grund zum Verzweifeln besteht.

- Sage ihm, dass du bei ihm bleibst bis die Mama kommt.

- Und hilf ihm fortwährend zu spüren, dass hier (zB.auf deinem Schoß) ein sicherer Ort ist.

- "Komm, wir machen es uns hier gemütlich, bis du dich von deinem Schreck erholt hast."

- "Bis die Mama kommt machen wir erst einmal Pause."

...

Was impliziert, dass Zeit genug ist, wir uns nicht beeilen müssen (= die Situation ist nicht be-drohlich! ), alles andere warten kann und das Kind mit seinem Bedürfnis nach Hilfe (Ruhe, Schutz und Zuwendung) an erster Stelle steht. Solche Sätze beinhalten aber auch die Möglichkeit, diese gefährliche Situation unterbrechen und in einen sicheren Ort gelangen zu können.

## Seite 8

Verschaffe dir einen guten Stand / Sitzmöglichkeit.(möglichst bequem, damit du dich auch entspannen kannst!) z.B. einen Stuhl mit Lehne / die Möglichkeit die Beine hochzulegen ...Bedenke, dass das Kind dich beobachtet und wenn DU die Beine hochlegen kannst, ist Zeit genug!

Auch für dich ist es wichtig einen Überblick über Art und Schwere der Verletzung zu haben, nicht nur, damit du diese fachgerecht versorgen kannst, sondern auch, damit du selber weißt, dass die Verletzung "wieder gut wird".

- Betrachte die Wunde mit ruhigem Interesse, (soweit das geht) sammle die nötigen Informationen und gebe dem Kind so positive Rückmeldung als möglich.

**("Entwarnung!")**

- "Da ist nur eine Beule, es blutet nicht."

- "So ein Glück, der Kopf ist noch ganz!"

- "Da bist du aber ganz schön stabil gebaut, dass der Kopf härter ist als der Tisch!Wahrschein-



lich hat DER jetzt 'ne Beule!"

- "Du hast dir das Knie aufgeschürft, es blutet nur ganz leicht. Magst du ein Pflaster drauf?  
Es hört sicher gleich auf zu bluten."

... damit es wieder "durchschnaufen" kann.

Vermittle auch solange du noch nicht "Bescheid" weißt die Zuversicht, dass du da bleibst. Das ist erst mal das Wichtigste und dass "alles wieder gut wird"

Wichtig : Versprich keine unmöglichen Sachen! - Vertrauen !

Später, wenn das NS des Kindes sich schon wieder soweit beruhigt hat, dass es mit dir reden kann, können sich, den Umständen entsprechend Gespräche anschließen, die dem Kind helfen können einen Teil des Erlebten für sich wieder einordnen/ verarbeiten zu können. Wichtig ist hier, wie immer das Verstandene auch durch den *felt sense* erlebbar zu machen.

- Falls der Unfall in deinem Aufsichtsbereich passiert ist und du ihn hättest verhindern können, gestehe dir selbst und dem Kind ein : "Ich war nicht da, um dich zu beschützen / aufzufangen / warnen / unterstützen ... Es tut mir leid! Das war auch für mich ein großer Schreck!"

Daran könnte sich ein Gespräch entwickeln, was man hätte tun können, um den Unfall zu vermeiden.

Wenn das Kind in Gedanken eine für es sichere Situation kreieren kann (Hilfe / Unterstützung bekommen oder den Unfall selber umgehen kann), kann sich sein NS wieder ein Stück mehr entspannen. Außerdem erfährt es in dem Gespräch:

"Der Erwachsene hat mich nicht im Stich gelassen, weil er mich nicht mag (= ich es nicht wert bin), sondern er war selber, aus was für Gründen auch immer, verhindert und das tut ihm leid."

Das Kind lernt sich und seine Mitmenschen und die Umstände getrennt und doch zusammen-hängend betrachten, diese Differenzierung hilft ihm sein Selbstbewußtsein und Selbstwertgefühl, das durch das Fehlen von Schutz / Hilfe ins Wanken geraten ist, wieder zu stabilisieren.

- Falls es sich um einen "Angriff" durch andere Menschen/ Lebewesen (z.B. Hund) handelt, versichere dem Kind, dass "der das nicht darf!".

## Seite 9

Gut , wenn es möglich ist mit dem "Täter" zu reden, vielleicht können im Gespräch die Umstände / Unfallhergang geklärt werden. Vielleicht kann man feststellen, dass der "Angriff" eigentlich unbeabsichtigt passiert ist. (Der Andere hat z.B. nicht geschaut und ist mit dem Kind zusammengestoßen./...hat sich vielleicht selber dabei verletzt./...oder es tut ihm leid...)

Vielleicht muß er es aber auch erst noch lernen, dass "man so etwas nicht tun darf!"

Dies hilft dem Kind zu differenzieren und schafft gleichzeitig ein Bewußtsein dafür, dass der Unfall vorbei ist und der Raum mit deiner Unterstützung jetzt wieder sicher ist.

### **4.3 Schaffen einer größtmöglichen, sicheren und ruhigen Umgebung**

Suche, falls dies möglich ist, einen ruhigen separaten Raum auf, wenn im Gruppenraum zu viel Hektik herrscht.(Vielleicht auch auf Grund des Unfalls.) Oder schicke die Leute weiter, die zu viel Aufmerksamkeit auf DAS SCHLIMME bei der Verletzung lenken. Dies würde das Kind fortwährend weiter aktivieren und nicht zur Ruhe kommen lassen! u.U. mußt du die anderen Kinder und Erwachsenen mit beruhigen .

Wenn ich mit einem Kind arbeite, bei dem die Aktivierung des NS nicht so hoch ist, bzw. wenn es den Anschein hat, dass die gewohnte Umgebung im Gruppenraum mit den anderen Kindern beruhigend wirkt, sitzen wir auch oft zwischen all den anderen Kindern, die zum Teil friedlich weiterspielen.("Es kümmert sich ja jemand um den Emil!")

Manche Kinder beobachten das "Trösten" und tragen durch ihre Äußerungen - einige Kinder sind da sehr mitfühlend- zur Entspannung des NS des verletzten Kindes bei. Oft schließen sich kleine Gespräche an, die in ihrem Fokus zwischen dem zuschauenden und dem verletzten Kind hin und her wechseln.

z.B. "Ich hab mir auch mal den Kopf angehauen. Da hat das geblutet!"

Dann rede ich mit dem anderen Kind ein paar Sätze, was damals passiert ist, was geholfen hat und was für ein Glück es ist, dass Wunden immer wieder ganz von alleine zuheilen.

Nebenbei kann das verletzte Kind, von dem jetzt der Fokus genommen ist, "eine Runde mehr" entspannen. Sich verletzen bekommt etwas Alltägliches, Normales. Die Chance auf Heilung tritt in den Vordergrund.

Hier entsteht eine sehr feine Wechselwirkung zwischen verletztem und zuschauendem Kind. In dem Maße, in dem sich das verletzte Kind zu entspannen beginnt, kommt auch beim zuschauenden Kind Ruhe ins System. Umgekehrt hilft es dem zuschauenden Kind, durch das Gespräch über seinen eigenen Unfall, diesen innerlich der Vergangenheit zuzuordnen, damit sich zu entspannen, was wiederum für das verletzte Kind ein Ruhepol mehr ist, um spüren zu können, dass sein Unfall jetzt vorbei ist ...

Grundsätzlich entspannen sich Kinder über Körperkontakt zu einer vertrauten Person am Besten.(Ausgenommen Kinder, die mit Körperkontakt negative Erfahrungen verbinden.)

Kinder, die auf Körperkontakt mit Entspannung reagieren, können oft minutenlang nur auf deinem Schoß sitzen ohne zu reden. Dabei spüren sie den Kontakt zu dir und realisieren langsam, dass jetzt bei dir hier sicher sind und entspannen sich dabei in Etappen. Solange du den Eindruck hast, dass es in einer Phase der Entspannung ist, lasse es in der Erfahrung und unterstütze es nur leicht durch kurze Äußerungen der Zustimmung.

"Hmmm !" - "Genau !" - "Schnauf ruhig durch !" - "Ganz schön kuschelig hier !" -

"Gut, dass wir hier Ruhe haben!" ...

Körperkontakt vermittelt solchen Kindern direkt: **Da ist jemand - JETZT bin ich sicher!**

Für manche Kinder entsteht ein sicherer Raum erst einmal dadurch, dass sie merken, dass du, obwohl du mit ihnen auf sprachlicher Ebene im Kontakt bleibst, ihr Bedürfnis nach Eigenständigkeit oder ihr Recht auf Selbstbestimmung von Nähe und Distanz (Körperkontakt) akzeptierst.

Wenn das Kind mit seinem ganzen Körper zu realisieren beginnt, dass es sich JETZT in einem sicheren Raum befindet, im Kontakt zu einem unterstützenden Erwachsenen, kann es auch zu seinen eigenen Fähigkeiten und Kompetenz (zurück) finden.

Ein Gespräch über das Erlebte, in dem genügend Zeit zum Anhalten, Sicherheit und eigene Kraft spüren gegeben ist, gibt dem Kind die Möglichkeit Orientierungs-, Flucht- und / oder Kampfreaktionen, die bei dem „plötzlichen Angriff“ / Unfall nicht möglich waren, nachzuholen oder zu vollenden. Dabei verspürt das Kind oft genüßlich, dass hier etwas Unvollendetes für sein NS einen Abschluß findet.

- Vergleiche mit früher z.B. eigene Körpergröße bewußt wahrnehmen / spüren lassen.
- Eigene Kraft, „Muskeln“ spüren lassen. Hier kannst du auch den benötigten Gegendruck übernehmen und das Kind erfolgreich „ausbrechen / gewinnen“ lassen.
- Mit etwas älteren Kindern kann der Unfall „in Zeitlupe“ angeschaut oder nachgespielt werden.

...

## 5. Überlegungen zu SE- Arbeit mit Kindern im Kindergarten

Es ist gut möglich mit Kindern im Kindergartenalter SE Arbeit zu machen. Der "Lohn" sind die erstaunlichen Entwicklungsschritte der Kinder nach diesen, manchmal auch recht kurzen Sequenzen, die sich auf allen Ebenen, wie Motorik, Selbstbewußtsein, ..., emotionalem Verhalten und Kontaktfähigkeit zeigen.

Die Kinder haben bei uns im Kindergarten höchst selten wirklich große Unfälle. (Wir können uns das aufgrund der Aufsichtspflicht nicht leisten!) Allerdings stellt sich in den meisten Fällen früher oder später heraus, dass eine zurückliegende größere Verletzung / Unfall, ... oder ein Geburtstrauma dem jetzigen Unfall vorausgeht.

Daher ist es sehr von Vorteil, dass wir mit dem Versorgen von Verletzungen meist nicht so lange beschäftigt sind, bzw. kein / selten ein Arztbesuch wirklich nötig wird. So haben wir tatsächlich viel Zeit, um es dem Kind zu ermöglichen zur Ruhe zu kommen.

Ein Nachteil, der sich daraus ergibt, dass ich nicht in eigener Praxis mit einem Kind und regelmäßig an der Auflösung seines Traumas arbeiten kann, ist, dass sich das Kind seinen Raum mit einer Neuinszenierung schaffen muß.

Bei manchen Kindern beobachte ich während der Kindergartenzeit in relativ kurzen Abständen "Neuinszenierungen" mit immer weniger Verletzung.

Auch die verhältnismäßig große Gruppengröße (25 Kinder auf eine Erzieherin und eine Kinder-pflegerin) läßt nur bedingt individuelles Arbeiten zu.

Der Vorteil der Arbeit im Kindergarten ist eine Umgebung, die in erster Linie nicht therapeutisch ist. Durch den Kontakt zum Kind über Spiele, Lieder, Geschichten, ... gestalterisches Tun und Bewegung ist meist schon eine gute Beziehung zu den einzelnen Kindern vorhanden.

Auch kann ich die eben genannten Bereiche für eine weitere Traumaarbeit in kleinen Schritten nutzen, bzw. die Kinder finden hier immer neue Möglichkeiten zum Aufarbeiten und, was **sehr wichtig** ist, zum **Kontaktaufnehmen, auch wenn es ihnen gut geht.**

Zum einen, weil die vorangegangenen traumatischen Erlebnisse sowieso zu einer Zeit stattgefunden haben, in der dem Kind noch kein oder wenig Wortschatz zur Verfügung stand und zweitens die Arbeit über Körperkontakt die vorrangige Vorgehensweise ist, auf die die Kinder leicht ansprechen.

Allerdings ist viel Einfühlungsvermögen und genaue Beobachtung der Körperreaktionen Voraussetzung, um es dem Kind zu ermöglichen den Kontakt zum inneren Erleben aufrecht zu erhalten. Wichtigste Beobachungskriterium sind hierbei die Reaktionen des Kindes auf Nähe und Distanz. Von dem helfenden Erwachsenen wird Nähe nur in dem Maße angeboten, dass im Kind das Bewußtsein eines respektvollen, hilfreichen und liebevollen Raumes entstehen kann, der es dem NS des Kindes ermöglicht sich zu entspannen.

Mir kommt es oft so vor, als sei ein "Unfall" im Kindergarten eine Art Frage des Kindes an unsere Beziehung bzw. der Vertrauensbeweis an eben diese. **"Hier brauche ich mir nicht einmal so weh tun, wie damals und DIESMAL wird mir geholfen werden!"**

Interessanterweise "schleichen" sich bei diesen Gelegenheiten diejenigen Kinder "an", von denen ich um ihre vorangegangenen Stürze weiß, oder dadurch davon erfahre.

Sie scheinen genau zu beobachten, "wie hier getröstet wird" und ob sie das auch einmal in Anspruch nehmen können.

Dies ist insbesondere gut für Kinder, die die Erfahrung machen mußten, dass Hilfe Suchen bei Erwachsenen damit endet, dass man ausgenutzt wird, oder dass die hilfreiche, nährende Umgebung nicht so lange dableib, wie sie es gebraucht hätten. Inzwischen zeigt es sich in der Folge, dass es oftmals eben diesen zuschauenden Kindern durch diese neue Erfahrung (Zuschauersein, schafft Distanz und *titriert* somit die Erfahrung) möglich wird, besser mit mir in Kontakt zu gehen - manchmal sogar demnächst selber einen "Fall hinzulegen" und so mutig zu sein es auszuprobieren, wie es ist, wenn sie die Hilfe bekommen, die sie wirklich brauchen.

*Dietlinde Acker*

*Dipl. Erzieherin*

*3. Jahr SE-Training, Ottobrunn/ München*

