

PÄDAGOGISCHE HILFEN

Verhaltensauffälligkeiten, Konzentrationsprobleme und Wahrnehmungsstörungen sind Folgen sexueller Gewalt, die es Kindern schwer machen können, sich auf Unterrichtsinhalte oder andere Tätigkeiten einzulassen, solange sie innerlich mit diesen Problemen zu kämpfen haben. Schulen, Horte oder pädagogische Einrichtungen sind keine Orte für therapeutische Arbeit. Sie können aber für betroffene Kinder ein stabilisierendes und unterstützendes Milieu bieten und Kindern dabei helfen, selbst- und fremdschädigende Verhaltensweisen aufzugeben und Verständnis für ihre eigenen Gefühle und Handlungen zu entwickeln.

Hilfreich für Kinder mit Traumatisierungen sind:¹

Eine überschaubare Zeitstruktur

Kinder, die der Willkür und Unberechenbarkeit von Täter*innen sowie unvorhersehbaren und bedrohlichen Situationen ausgesetzt waren, finden Ruhe in einem geregelten und zeitlich strukturierten Alltag. Offene Unterrichtsformen mit einem hohen Anteil selbstständiger Arbeit werden von diesen Kindern oft als sehr verunsichernd erlebt. Das gleiche gilt für komplexe Aufgaben, z. B. mehrere aufeinanderfolgende Arbeitsaufträge auf einmal. Hilfreich sind hingegen klare Tagespläne, die im Klassenzimmer aufgehängt werden, ritualisierte Abläufe und überschaubare Arbeitsportionen, begleitet von ausreichender Unterstützung. In solchen Strukturen entspannen die Kinder, weil Verlässlichkeit herrscht und sie überblicken können, was auf sie zukommt und was von ihnen erwartet wird. Rituale wie Erzählkreise, in denen die Kinder z. B. berichten können, was sie in welcher Reihenfolge am Tag oder am Wochenende getan und erlebt haben, helfen Kindern, sich selbst in einem raumzeitlichen Kontinuum wahrzunehmen, Erinnerungen zu bilden und verbal zu formulieren sowie Gefühle zu benennen. Fühlt sich ein Kind in einer Struktur sicher und geborgen, kann in der Folge kleinschrittig daran gearbeitet werden, nach und nach flexibler zu werden.



Ein Kind, das sexuellen Missbrauch erlebt hat, ist nicht zwingend dazu verurteilt, zeitlebens unglücklich zu sein. Mit entsprechender Begleitung und Hilfe kann ein sexueller Missbrauch verarbeitet und ein gelingendes Leben aufgebaut werden.

Eine klare Raumstruktur

Eine aufgeräumte, reizarme Umgebung mit festgelegten Bereichen für Ruhe und Bewegung sowie klaren Absprachen und Regeln, die innerhalb dieser Räume gelten, geben Kindern Orientierung und Sicherheit. Es kann sein, dass ein Kind, das sexuellen Missbrauch erlebt hat, Probleme mit körperlicher Nähe oder belastenden Situationen hat. Daher sollte das Kind den eigenen Sitzplatz selbst wählen dürfen, mit so viel Nähe oder Distanz zu anderen Kindern, wie es aushält. Dieser Platz sollte einen Blickkontakt mit den Lehrer*innen oder pädagogischen Mitarbeiter*innen ermöglichen. Mit dem Kind sollte ein Rückzugsort vereinbart werden, der es dem Kind ermöglicht, eine belastende oder triggernde Situation jederzeit zu verlassen, wenn es notwendig wird, gleichzeitig aber den Pädagog*innen die Sicherheit gibt, zu wissen, wo sich das Kind dann befindet. Im Sportunterricht sollte kein Zwang zu Spielen oder Sportarten mit Körperkontakt ausgeübt werden.

Transparenz und Zuverlässigkeit

Traumatisierte Kinder benötigen verlässliche und berechenbare Erwachsene als Gegenüber. Pädagog*innen sollten daher ihre eigenen Möglichkeiten aber auch Grenzen kennen und entsprechend kommunizieren. Eine vertrauensvolle Atmosphäre, in der Kinder auch ihre Sorgen und Ängste kommunizieren können, ist grundlegend für eine Stabilisierung. Sie sollten dem Kind signalisieren, dass seine Verhaltensweisen eine Reaktion auf das Erlebnis sind – und dass diese Reaktion in diesem stressigen Kontext sinnvoll war. Erkennen Sie an, dass diese Kinder viel erlebt und geleistet haben und Gründe für ihre Einstellungen und Reaktionen haben. Wenn Sie mit einer Situation überfordert sind oder selbst Hilfe benötigen, sollten Sie anerkennen: Sie müssen nicht jede Situation allein bewältigen, sondern dürfen sich immer professionelle Unterstützung suchen.

Umgang mit Gewalt und sexualisiertem Verhalten

Signalisieren Sie, dass Sie das Kind in seiner Entwicklung positiv unterstützen. Erklären Sie aber auch, dass Sie eingreifen werden, wenn das Kind sich selbst oder anderen Schaden zufügt. Selbstverletzendes Verhalten, Gewalt gegen andere oder sexualisiertes Verhalten sollten zum Schutz anderer und des Kindes selbst schnell unterbunden werden. Dazu sollten klare Regeln und Konsequenzen vereinbart werden. Die sogenannte Täter-Opfer-Rollenumkehr bedeutet, dass manche Betroffene selbst übergriffig handeln. Auch das ist eine Art, eine Missbrauchserfahrung zu bewältigen, die aber verhältnismäßig selten geschieht.

¹ vgl. Jörg M. Fegert, Christine Stermoljan in Jörg M. Fegert u. a.: Sexueller Missbrauch von Kindern und Jugendlichen, S. 255 ff.

Erfolge und Selbstwertgefühl

Missbrauch beeinträchtigt häufig das Selbstwertgefühl. Aufgrund traumatischer Folgebelastungen wie z. B. Konzentrationsproblemen erleben betroffene Kinder häufig dann auch in der Schule oder anderen Bereichen Misserfolge. Förderlich sind dann Erfahrungen von Selbstwirksamkeit, z. B. durch kleinschrittige Aufgaben, bei denen schnell ein Erfolg sichtbar ist. Passen Sie ggf. Leistungsanforderungen an. Auch wenn traumatisierte Kinder Lob und Anerkennung nicht immer annehmen können, signalisieren Sie dauerhaft Wertschätzung und benennen Sie Erfolge sachlich nachvollziehbar. („Du hast die Aufgabe richtig gelöst!“)

Sprache

Eine ruhige, klare und knappe Sprache mit positiven Formulierungen kann dazu beitragen, dass traumatisierte Kinder sich entspannen. Halten Sie möglichst Blickkontakt. Die Arbeit mit Symbolen und Bildern kann helfen, den Redeanteil knapper zu halten und das Gesagte besser zu verankern. Viele Kinder mit Missbrauchserfahrungen kennen Strafen und Verbote aus ihrem Misshandlungskontext. Daher sollten Regeln eher das erwartete Verhalten kommunizieren, z. B.: „Nach dem Klingeln setzen wir uns hin und werden ruhig.“ Regeln sollten eindeutig und konsequent sein. Bei notwendigen Ermahnungen oder Konsequenzen sollte stets deutlich gemacht werden: „Ich achte dich als Person. Dein Verhalten war nicht in Ordnung.“ Sind für ein Kind innerhalb einer Klasse oder Gruppe Sonderregelungen oder andere Bewertungsmaßstäbe notwendig, sollte dies gegenüber der Gruppe mit einer besonders akuten Belastung begründet werden. Ob mit der Gruppe über den Missbrauch gesprochen wird, sollte im Einzelfall mit Eltern, Therapeut*innen und dem Kind selbst abgeklärt sein und nur mit Einverständnis erfolgen.

Umgang mit Flashbacks und Angstzuständen

Hat ein (meistens unbeabsichtigter) Trigger dazu geführt, dass ein Kind einen Flashback erleben und in Angstzustände verfallen, ist es wichtig, dem Kind die Rückkehr in die Gegenwart zu ermöglichen. Sprechen Sie das Kind ruhig an und erklären Sie ihm, dass es sich im Hier und Jetzt befindet, dass es sicher ist und ihm nichts Schlimmes passieren kann. Benennen Sie, dass das Erlebnis, an das sich das Kind erinnert hat, vorbei ist und in der Vergangenheit liegt. Versuchen Sie die Aufmerksamkeit des Kindes und seine Sinneswahrnehmung auf etwas zu lenken, dass sich im Hier und Jetzt befindet. („Siehst du das Bild da vorne? Was ist darauf zu sehen?“)

Anerkennung des Erlebten

Der erste Schritt für die Heilung eines Traumas ist, gegenüber dem Kind anzuerkennen, wie schlimm das Erlebte tatsächlich war. Menschen, die Traumatisierungen erlebt haben, verfallen oft in Verhaltensweisen, die für ihre Umgebung ein Drama darstellen und nervig sein können. Dabei ist die betroffene Person bemüht, mit ihrem Leid gesehen zu werden und durch Verhaltensweisen darauf aufmerksam zu machen. Wird das dahinterstehende Leid ignoriert, weil es für nahestehende Personen zu schmerzhaft ist hinzusehen oder sich diese Belastung vorzustellen, wiederholt oder verstärkt sich das dramatische Verhalten. Wird der Schmerz und die Belastung jedoch wirklich gesehen und anerkannt, kann die Person sie loslassen und sich in der Folge der Heilung zuwenden.

Eine gelungene Hilfe für ein Kind hängt von vielen Faktoren und dem Zusammenspiel verschiedener Unterstützungsangebote ab. Nehmen Sie sich daher Zeit, wenn Ärzt*innen oder Therapeut*innen Rückfragen zu Verhaltensbeobachtungen, Leistung und generellen Einschätzungen der Kinder haben. Je besser die Kooperation der beteiligten Helfer*innen ist, umso besser können Belastungsreaktionen aufgefangen und bearbeitet werden.

TAGESPLAN

		
		
		