

TPS im Gespräch

Nichts ohne Grund

Traumapädagogik kann man lernen – und zwar am Pestalozzi-Fröbel-Haus in Berlin. Im Interview erklären uns Dozent Claus-Peter Rosemeier und Absolventin Heike Dahm, was traumasensible Haltung ist, wie alle Kinder davon profitieren, was ein Kühlpack bewirken kann und wieso Corona und Trauma nicht unbedingt zusammengehören.

SILKE WIEST · HEIDE GREHL

Herr Rosemeier, wie kamen Sie zur Traumaforschung?

» **Claus-Peter Rosemeier (CPR):** Durch die Flüchtlingskrise 2016, als viele Familien mit Kindern nach Deutschland kamen und viele unbegleitete Minderjährige. Darüber sind wir zum Thema Traumatisierung gekommen und haben dann mit der Schulleiterin an der Fachschule im Pestalozzi-Fröbel-Haus gesprochen. Denn: Auch Erzieherinnen in Kitas sind mit diesen geflüchteten Menschen beschäftigt und daran interessiert, mit ihnen zusammenzuarbeiten, um die Kinder zu schützen und ihnen zu helfen. Trauma ist aber natürlich kein reines Fluchtproblem, Kinder machen auch anderswo traumatisierende Erfahrungen. Wie kann man ihnen in solchen Situationen helfen, was braucht man dazu? Von vielen Erzieherinnen haben wir gehört, dass sie sich hier überfordert fühlen. Daraus entwickelte sich die Idee, berufsbegleitend zur Erzieherausbildung eine Spezialisierung Traumapädagogik zu entwickeln. Vor drei Jahren haben wir damit begonnen und der erste Jahrgang hat jetzt seinen Abschluss gemacht. «

Frau Dahm, wie war es bei Ihnen mit der Traumapädagogik?

» **Heike Dahm (HD):** Ich hab Kulturwissenschaften studiert, war einige Jahre am Theater, habe zwei Kinder bekommen und mich dann entschlossen, die Erzieherausbildung zu machen. Ich hatte zwar keinen Bezug zur

Traumapädagogik, war aber sofort begeistert, als ich gesehen habe, dass es am Pestalozzi-Fröbel-Haus diesen Schwerpunkt gibt. Gerade im Hinblick auf die Flüchtlinge fand ich das gleich sehr sinnvoll, aber auch im Hinblick auf Traumatisierung durch Gewalt. «

Warum ist es aus Ihrer Sicht relevant, Herr Rosemeier, dass sich Frühpädagoginnen mit der Thematik beschäftigen?

» **CPR:** Den Unterschied zwischen Psychologen und Pädagogen finde ich hier nicht bedeutsam. Es geht um etwas Gemeinsames: Eine Idee davon zu haben, wie es Menschen geht, die traumatisiert sind. Wie kann ich das erkennen und verstehen? Das Alter der Menschen mit Traumaerfahrung spielt dabei keine Rolle. Wir alle haben Gefühle, die sich im Handeln ausdrücken – die aber nicht mit ihm identisch sind. Diese Differenz zu verstehen, halte ich für äußerst wichtig. Auch wenn die Sprache der Kinder noch nicht entwickelt ist, sollte man erkennen, was sie ausdrücken wollen. «

Frau Dahm, was nehmen Sie als Pädagogin aus der Traumaforschung mit für Ihre Arbeit in der Kita?

» **HD:** Die traumapädagogische Grundhaltung, also die Annahme des guten Grundes, hat mich beeindruckt. Ich gehe also davon aus, dass die Handlungen eines traumatisierten Menschen einen Sinn ergeben in seiner Biografie. In meiner Facharbeit habe ich dann beim



Jetzt wein doch nicht! Wer so auf Kinder wie dieses Mädchen reagiert, tut ihnen nichts Gutes. Denn das zeigt: Ich nehme dich nicht ernst. Besser: Den Grund für die Tränen des Kindes akzeptieren und es umsichtig begleiten, damit es sich selbst regulieren kann.

Thema „Umgang mit weinen“ eine Brücke zur Traumapädagogik geschlagen. Hier war vieles aus der Traumaforschung hilfreich: Was passiert im Gehirn bei einem Trauma, wie ist das Gehirn von Kindern aufgebaut? Und warum ähneln sich diese beiden Dinge? Wenn ein Kind sich morgens in der Kita nicht von den Eltern lösen kann oder sein Kuscheltier vergessen hat, ist das kein Trauma, aber: Die Verknüpfung zwischen den beiden Gehirnhälften funktioniert noch nicht so, dass ich rational argumentieren könnte mit dem Kind. Sätze wie „Schau mal, der Teddy ist zu Hause und hat einen schönen Tag“ nützen dem Kind nichts. Es ist jetzt traurig, braucht meinen Trost und kann sich noch nicht selbst regulieren. Um das irgendwann zu können, braucht das Kind meine Begleitung. Hier ist gar nicht so wichtig, was ich mache, sondern meine Haltung gegenüber dem Kind. Sag ich jetzt: „Mach kein Drama“ oder akzeptiere ich den Grund in der Lebenswelt des Kindes?

Das habe ich aus der Traumaforschung in den Kita-Alltag mitgenommen. Ich hab immer wieder mit Kindern zu tun, die Fluchterfahrung oder Gewalt in der Familie erlebt haben – schwer traumatisierte Kinder habe ich jedoch nicht. Die Traumapädagogik greift aber auch in Alltagssituationen. “

Herr Rosemeier, Sie unterrichten Traumapädagogik. Frau Dahm sagt aber: Ich habe kaum traumatisierte Kinder, ich brauche das für etwas ganz anderes. Ist das typisch?

”CPR: Ich finde es wunderbar, wenn Frau Dahm und andere es so sehen: Es ist eine Haltung den Kindern gegenüber. Auch nicht-traumatisierte Kinder profitieren davon. Wenn es dann Kinder mit schwerwiegenden traumatischen Erfahrungen gibt, zeigt sich, wie schwierig es für Pädagoginnen ist, bei den traumapädagogischen Grundsätzen zu bleiben. Bei Kindern etwa, die aus unerklärlichen Gründen untröstlich sind. Hier tut man als Betreuerin, was man kann – und doch gelingt es nicht, das Kind zu trösten. Hier ist es wichtig, nicht in die Abwehr zu gehen und das Kind letztlich abzulehnen, um selbst aus der Situation herauszukommen.“

Heißt das auch, dass es gar nicht wichtig ist zu wissen, ob das Kind ein Trauma erlebt hat?

”CPR: Oft wissen wir das nicht. Unter Umständen sind das nur – in Anführungszeichen – „schwierige Kinder“ oder eben Kinder, die komplizierte Verhaltensweisen zeigen. Wenn man weiß, dass das Kind traumatisiert ist,



verändert das das eigene Verhalten. Die traumapädagogische Haltung hilft einem, wahrzunehmen, dass bei einem Kind etwas anders ist und ich das noch nicht richtig verstehe. Das heißt, ich muss weiter beobachten, ich muss mit den Kollegen reden, vielleicht mit den Eltern. Dabei gilt die Annahme des guten Grundes. Wenn ich mich innerlich auf die Suche nach dem Grund mache, habe ich einen ganz anderen Zugang zum Kind, als wenn ich davon ausgehe: „Ich weiß schon, was mit dem Kind los ist.“ Denn in sehr vielen Fällen weiß man es eben nicht. Möglicherweise gibt diese offene Haltung dem Kind die Möglichkeit, sich in der Situation besser zu fühlen, und vielleicht kann ich auch erfahren und verstehen, was im Hintergrund höchst belastend ist. Hat man dann mit einem Kind zu tun, das weinend außer sich ist vor Wut oder Aufregung, geht es in diesem Moment überhaupt nicht darum, irgendetwas zu verstehen – sondern nur darum, dass das Kind aus dieser Aufgeregtheit herauskommt. Es geht darum, dem Kind zu helfen, in einen ruhigeren Zustand zu kommen. Deshalb ist auch so wichtig, neurophysiologische Abläufe zu verstehen. Es gibt einen körperlichen Erregungszustand. Und solange das Kind daraus nicht herausbegleitet wurde, kann es auch nicht nachdenken. Vorher kann ich nicht pädagogisch mit ihm arbeiten.“

Was gehört außer der Annahme des guten Grundes noch zur traumasensiblen Haltung?

„**HD:** Ich finde es wichtig, sich auf jedes Kind einzulassen, also nicht nach Schema F vorzugehen, sondern zu sehen, was funktioniert. Ich hab oft die Situation, dass sich ein Kind morgens nicht von Mama oder Papa lösen kann. Als sich ein Junge mal richtig eingebrüllt hatte und gar nicht mehr da war, dachte ich: „Jetzt brauche ich ein Kühlpack.“ So kann man einen Menschen, der traumatisiert ist, zurückholen – durch einen sinnlichen Reiz. Ich hab dem Jungen das Pack hingehalten, er fasste es an – und war wieder da.“

Also mal andere Wege gehen, als das Kind mit den üblichen Ablenkungen und der Aussicht aufs Spielen zu locken?

„**HD:** In meiner Facharbeit habe ich genau darüber geschrieben. Die Vorstellung, dass ein Kind über eine Sache ganz traurig ist, und ich sage ihm dann: „Guck mal, ein neues Spielzeug.“ Das ist so, als würde ich in die Kita kommen und einer Kollegin sagen: „Du, mein Mann betrügt mich.“ Und sie sagt darauf: „Das ist ja

furchtbar. Aber schau, ich hab hier ein neues Kuchenrezept.“ Das wäre total abstrus. Und das gilt auch für Kinder. Wenn wir sie ablenken, können sie ihre Emotionen nicht verarbeiten. Trauer, Wut, Ärger müssen sie durchleben, um zu wissen, was diese Gefühle bedeuten, und sie dann selbst bewältigen zu können.

CPR: Eine große Rolle in der traumasensiblen Haltung spielt der Respekt dem Kind und den Eltern gegenüber. Sie sind in einer schwierigen Situation und versuchen, diese zu bewältigen. Besonders bei traumatisierten Kindern ist es wichtig, dass sie die Erfahrung von Verlässlichkeit und Verstehbarkeit machen. Kinder müssen in einer Situation verstehen, warum etwas passiert, und sie müssen sich darauf verlassen können: Wenn jetzt das ist, passiert als Nächstes das. Wenn die Erzieherin sagt, dass sie für das Kind sorgt, muss das Kind auch erleben können, dass es so ist. Verlässlichkeit, Überschaubarkeit, Transparenz – all das ist für traumatisierte Kinder so wichtig, weil sie genau an diesen Stellen Vertrauensbrüche erlebt haben. Sie haben die Erfahrung gemacht, Objekte eines Geschehens zu sein, sie konnten sich nicht darauf verlassen, dass jemand auf sie aufpasst. Sie wussten nie, was als Nächstes passiert. Das bringt sie zu einer angespannten, misstrauischen Haltung. Wichtig ist für traumatisierte Kinder auch, wie bei allen anderen, Selbstwirksamkeit zu erfahren. Auch, dass sie Hilfe bekommen, wenn sie sie brauchen, und weglaufen können, ohne bestraft zu werden. Ein ganz wichtiger Punkt ist für diese Kinder auch: Spaß und Freude. Wenn sie lachen, toben, schöne Erfahrungen machen, hilft ihnen das oft mehr, als wenn alles immer so schwer ist und wir ihnen vermitteln, was für arme Kinder sie sind. Das wollen sie nicht sein! Sie wollen in ihrer Lebensfreude bestärkt werden. Es lässt sich sogar neurophysiologisch zeigen, warum das so wichtig ist: Durch Freude und Spaß wird die physiologische Erregung reduziert. Denn traumatisierte Kinder sind immer gestresst. Wenn sie lachen und sich freuen, werden im Kopf Wege freigeschaltet in Richtung Entspannung.“

Was sind die Erkenntnisse der Traumapädagogik, die für die Kita zentral sind?

„**HD:** Wichtig ist der sichere Raum, den wir im Hier und Jetzt für das Kind schaffen. Denn das Hier und Jetzt ist die einzige Zeit, in der das Kind Sicherheit fühlen kann. Die Kita sollte ein Raum sein, in dem jedes Gefühl richtig ist, in dem nicht gewertet wird. Ich muss hier immer an Janusz Korczaks Worte denken: „Kinder

haben ein Recht auf den heutigen Tag.“ Wo eben nicht ihre Zukunft als Arzt, Anwalt oder Anlageberater auf dem Spiel steht, sondern an dem sie sein dürfen, wie sie sind, mit ihren Gefühlen, Interessen und allem, was sie ausmacht.“

Wie verbreitet ist Gewalt gegen Kinder in Deutschland noch?

„CPR: Ich glaube, dass sich in den letzten dreißig Jahren viel verändert hat. Für viele Menschen ist mittlerweile klar, dass das nicht in Ordnung ist, Kindern Gewalt anzutun. Leben Familien aber in sehr schwierigen Verhältnissen, in denen die Eltern total überfordert sind aufgrund ihrer eigenen Biografie, steigt die Gefahr, dass sie Dinge tun, die sie nie im Leben tun wollten. Blickt man auf aktuelle Zahlen, gab es 2020 durch die Pandemie wieder eine Steigerung der Gewalt in allen Bereichen, von Vernachlässigung bis zu sexuellem Missbrauch. Auch der Druck in unserer Gesellschaft, perfekt zu sein, nimmt immer mehr zu und beeinträchtigt Kinder sehr. Sie geraten in Bedrängnis. Nicht unbedingt durch die Eltern, sondern wegen einer Gesellschaft, die sagt: „Du musst alles können – gut aussehen, klare Perspektiven haben, dich orientieren. Kannst du das nicht, liegt es an dir.“

Wir leben immer noch in einer Pandemie. Was kann denn Traumapädagogik in diesen Zeiten leisten?

„CPR: Wenn man sich mit Traumapädagogik beschäftigt, ist es wichtig zu wissen, dass nicht alles ein Trauma auslöst. Corona ist meiner Ansicht nach in

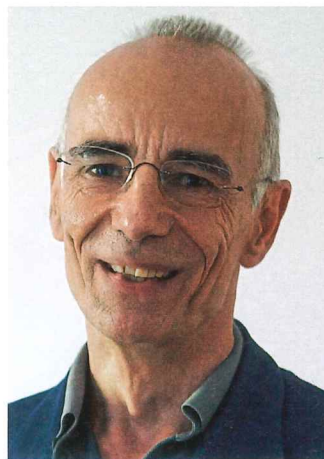
westlichen, industrialisierten Ländern nichts weiter als eine starke Herausforderung unseres Stress- und Bewältigungssystems. Wir sind nicht alle traumatisiert durch Corona! Allerdings kann Corona für Kinder traumatisierend sein – für diejenigen, die ohnehin sehr schlechte Grundbedingungen haben. Die traumapädagogische Haltung sensibilisiert dafür, schwierige Gefühle und Verhältnisse zu erkennen.

Ich hoffe, dass es in den Schulen und auch in den Kitas jetzt nicht darum geht, so schnell wie möglich an den Leistungsstand vor Corona anzudocken, sondern darum, Kinder zu unterstützen, dass sie in guten Kontakt mit Freunden kommen, mit ihrem Leben überhaupt. Jetzt sollten alle durchschnaufen können. Und: wieder lernen, Konflikte auszutragen. Das ist sicher wichtiger, als jetzt angepasst zu sein. Das waren die Kinder in der Pandemie lange genug.

HD: Sicher gibt es viele Familien, in denen in Zeiten des Lockdowns Traumatisierungen vorgefallen sind – nicht durch die Pandemie, sondern durch die Verhältnisse in der Familie. Die Zukunft, auf die wir oft hinarbeiten, war plötzlich nicht mehr relevant: Stift-haltung, Vorbereitung für die Schule, schwimmen lernen. All das war nicht mehr so wichtig, weil ja keiner wusste, was in zwei Wochen passiert. Auf einmal ging es darum, wie mit der Situation im Hier und Jetzt klarkommen können, dass es für alle aus-haltbar ist. Diese Selbstoptimierung war nicht mehr interessant, Kinder konnten stundenlang spielen. Ich glaube, dass wir diese Erfahrung in die Zeit nach Corona mitnehmen sollten, gerade wenn es um Frei-spiel geht. Hier können wir den Eltern klarmachen: Zeit zu spielen ist so wichtig für Kinder.“



HEIKE DAHM ist Erzieherin, arbeitet an einer Kita in Berlin und hat die Ausbildung mit Schwerpunkt Traumapädagogik am Pestalozzi-Fröbel-Haus vor Kurzem erfolgreich abgeschlossen.



CLAUS-PETER ROSEMEIER ist Diplom-Psychologe und Traumaforscher. Er unterrichtet Traumapädagogik am Pestalozzi-Fröbel-Haus in Berlin und leitet dort eine Wohngruppe für Jugendliche.

TPS

Theorie und Praxis der Sozialpädagogik
Leben, Lernen und Arbeiten in der Kita

TRAUMAPÄDAGOGIK

WIE SIE ALLEN KINDERN HILFT



Alles Trauma oder wie?

Was wir über Traumata
wissen sollten **S.4**

Hier bist du sicher

So geben Sie Kindern den
nötigen Halt **S.12**

Es gibt einen guten Grund

Warum es wichtig ist, nach
dem Weil zu fragen **S.14**

