Steiermärkische Krankenanstaltengesellschaft m.b.H.
Landeskrankenhaus Graz II
Lehrkrankenhaus der Medizinischen Universität Graz

„Sag mir die Wahrheit“

Anforderungen an die Krisenintervention mit Kindern und Jugendlichen

Katharina Purtscher-Penz

„Sag‘ mir die Wahrheit“
Übersicht

- Was ist geschehen?
- Was ist mit mir los?
- Was ist mit Mama / Papa los?
- Frag‘ mich, wie es mir in Wahrheit geht
- Wie geht es mit mir / uns weiter?

Psychisches Trauma

Vitales **Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und den individuellen Bewältigungsmöglichkeiten, das mit Gefühlen von Hilflosigkeit und schutzloser Preisgabe einhergeht und so eine** *dauerhafte Erschütterung des Selbst- und Weltverständnisses bewirkt.* ***(Fischer, Riedesser, 1999)***

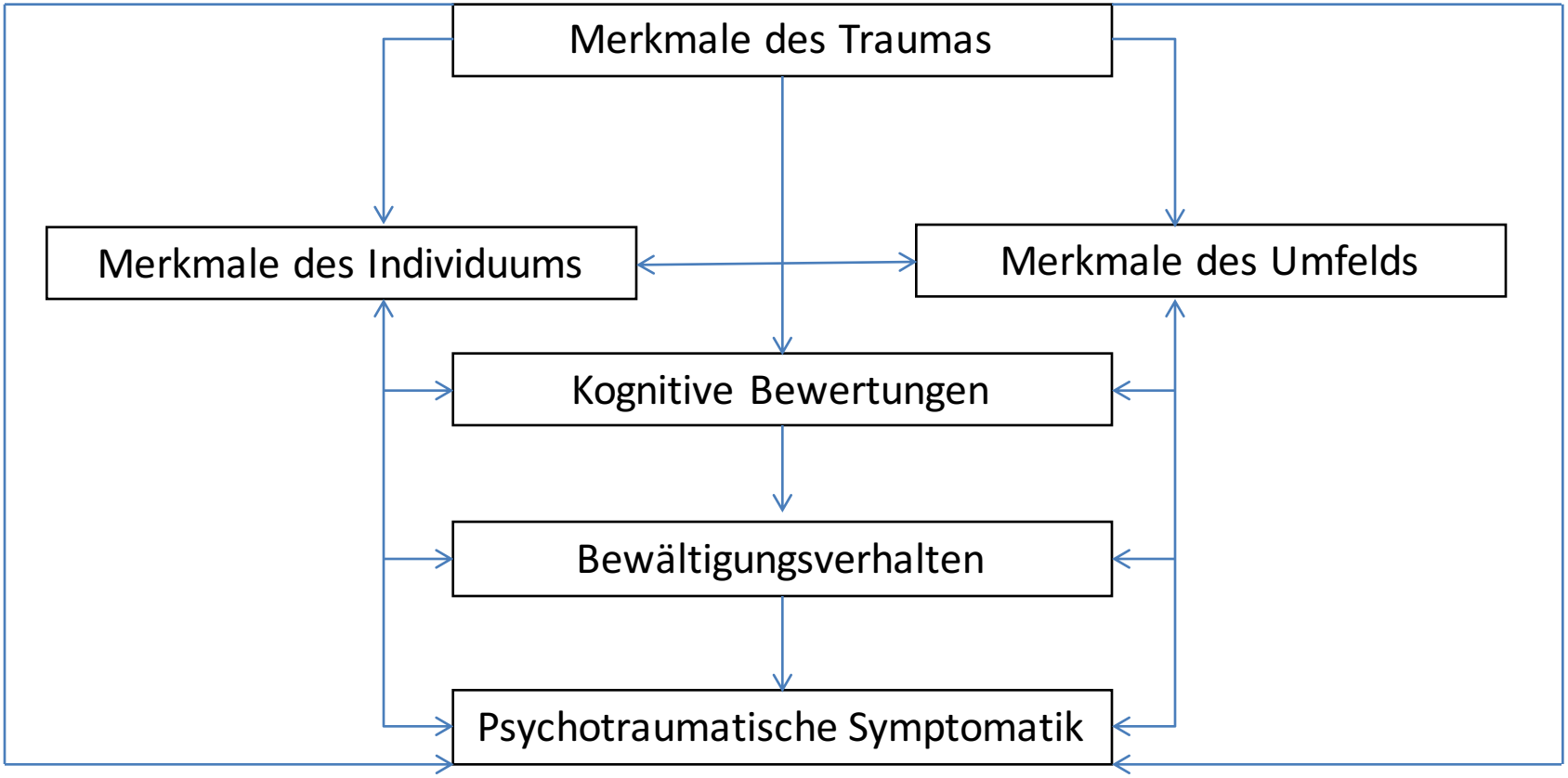
„Sag‘ mir die Wahrheit“ was ist geschehen?

- in altersentsprechenden Worten und Settings
- Genauigkeit, Details: so viel wie nachgefragt wird
- Gut vorbereitet sein
  - wo, in Sicherheit
  - im Beisein von? Bezugspersonen?
  - Was geschieht unmittelbar nachher?
- Wie wird es weitergehen?

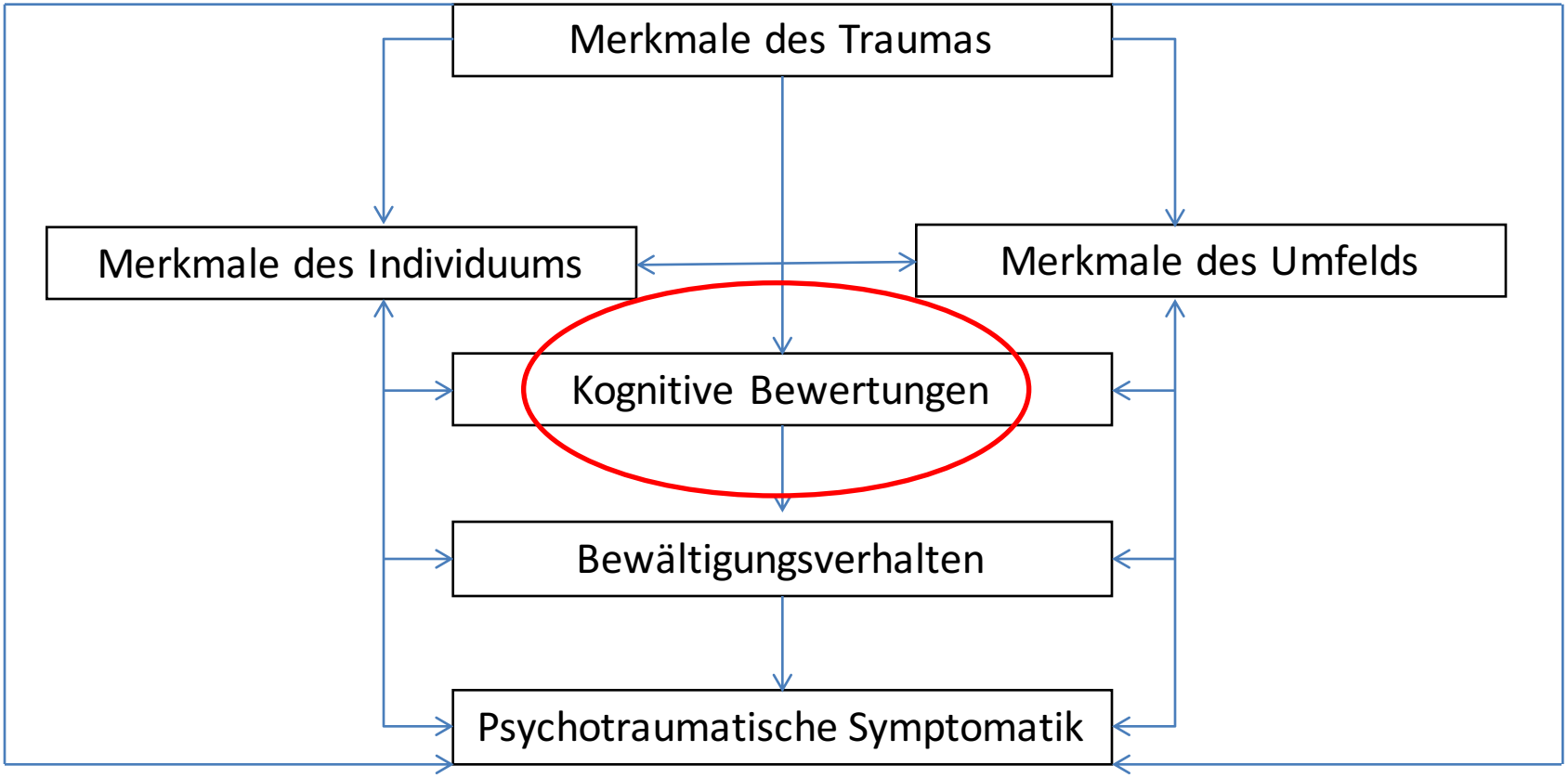
Kritische Fragen

- Naturkatastrophen
- Unfälle:
  - Unfallgegner/Fremdverschulden
  - Durch Bezugspersonen oder selbst verschuldet
  - Unglück: Bergunfall, Ertrinkungsunfall, Hochrisiko-Sportarten
- Suizid in der Familie, in der Schule, in der Peergroup

Transaktionales Traumabewältigungsmodell (Landolt, 2012)



Transaktionales Traumabewältigungsmodell



(Landolt, 2012; Meiser-Stedman 2017)

„Was Kinder nicht wissen, tut ihnen weh!“

„Familiengeheimnisse“ → Belastungen
→ emotionale Distanz
→ Schuldgefühle

Risikofaktoren

Subjektive Bewertung des Ereignisses

- Ausmaß der Verletzung, Nähe zum Ereignis
- Schuldfrage (subjektiv, objektiv)
- Altersbedingtes Fehlen des sprachlichen Ausdrucks
- Hoch belastete Eltern

„Sag‘ mir die Wahrheit“ was ist mit mir los?

Psychoedukation zu

- Körperlichen und kognitiven Stressreaktionen
- Emotionalen Reaktionen
- Psychischer Abwehr und Verdrängung

Trauerreaktionen von Kindern und Jugendlichen

„... trauern anders als Erwachsene“

- sie sind angewiesen auf Bezugspersonen
- angewiesen auf verständliche Informationen
- anderer Trauerverlauf: sprunghaft, unberechenbar, punktuell
- Re-Grieving Phänomen: Prozess muss mit jedem weiteren Entwicklungsschritt wieder neu aufgenommen werden

Trauerreaktionen von Kindern

- Angst, selbst zu sterben
- Trennungsängste
- Verlustängste
- Bestrafungsängste
- Wunsch nach Ablenkung, aktives Verdrängen
- Übertriebene Ausgelassenheit
- Wunsch, dass alles „normal“ weitergeht
- Sprunghaftes punktuelles Trauern
- Wunsch nach Wiedervereinigung
- Existentielle Fragen
- Sachfragen
- Wut und Aggression
- Schuldgefühle
- Interventionsfantasien
- Suche nach Verursacher
- Idealisierungstendenzen des Verlorenen

Trauerreaktionen von Jugendlichen

- Rückzug zB aus der Familie, Peergroup, Abkapseln
- Einsamkeit, Leere, Hoffnungslosigkeit
- Wunsch nach Ablenkung
- Kaum erkennbare Trauer, fast „cool“
- Sinnkrise, Risikoverhalten
- Bedürfnis, das eigene Leben zu verändern
- Verstärktes Autonomiebestreben
- Psychosomatische Beschwerden
- Aufsuchen des Tatortes
- Wut, Schuldgefühle
- Suizidgedanken
- Fähigkeit, Trauer zu vertagen
- Angst vor „verordneten Ritualen“

„Maskierte“ Trauerreaktionen

- Lernhemmung, Schulversagen
- Regression oder Pseudoreife
- Verleugnung, Verdrängung
- Umkehr der Affekte, Verschiebung
- Suchterkrankung
- Delinquentes Verhalten
- Suizidalität

Trauer

„Trauer ist die gesunde, lebensnotwendige, kreative Reaktion auf Verlust- und Trennungsereignisse“ (Jorgos Canacakis, 1992)

„Der erste Trost, den wir Erwachsene einem Kind geben können, ist – **traurig sein zu dürfen“** (Leist, 1982)

„Sag‘ mir die Wahrheit“ wie geht es dir?

- Eltern bzw. nahe Bezugspersonen zeigen ihre Gefühle →
- „Erlaubnis“ Gefühle zu zeigen
  - Trauer
  - Wut, Vorwürfe
  - Schuldgefühle

„Sag‘ mir die Wahrheit“ was ist mit mir/ mit Mama/Papa,... los

- Psychoedukation
- Erklären von Stressreaktionen
- Von Trauerreaktionen
- Ansprechen von Wut, Schuldgefühlen
- Besonderheiten beim Tod von
  Geschwistern

„Frag‘ mich nach der Wahrheit“ wie es mir geht

- Kognitionen zum Ereignis
- zu den eigenen Reaktionen und der Bezugspersonen
- zu den Ängsten und Befürchtungen
- zu den Zukunftserwartungen
- Frag‘ nach meiner Einsamkeit, ...
- Ev. Ansprechen von Hoffnungslosigkeit und Suizidalität

Fehleinschätzungen

Die sichtbaren Signale des Kindes/sein Verhalten zeigen nicht immer seine emotionale Situation.

Die Hilfsbedürftigkeit wird oft übersehen.

1. „Niemand hat mich gesehen …“.
2. „Keiner wusste, wie es mir ging …“.
3. „Ich dachte, es sei meine Schuld …“.
4. „Ich habe angenommen, dass es einfach meine Aufgabe ist …“.

Schutz der Kinder?
Selbstschutz der Erwachsenen?

- Sich dem Schmerz der Kinder nicht aussetzen wollen
- Ihre Angst nicht erleben wollen
- Kinder verhalten sich „kontrolliert“
- Wollen ihre nahen Bezugspersonen nicht weiter belasten

„Sag‘ mir die Wahrheit“ wie geht es mit mir/uns weiter?

Wir können die Kinder nicht vor der Realität schützen, aber wir können sie davor schützen, dass sie mit belastenden Fantasien oder Erwartungen alleine gelassen werden. Diese sind oft belastender als die Realität.

Grundregeln im Umgang mit weiteren Reaktionen

- Sprechen und Emotionsausdruck fördern
- Zusammenhänge zwischen Ereignis und Reaktionen erklären
- Hilfe beim Verstehen und Regulieren von intensiven Gefühlen
- Erinnerungshilfen gemeinsam ausarbeiten
- Schuldgefühle und/oder Wiedergutmachungsphantasien beachten
- Erlaubnis geben zum „Kind sein“, nicht in erwachsene Rollen drängen, aber dennoch nicht bevormunden
- Entwickeln einer Zukunftsperspektive

Wobei brauchen Kinder Hilfe?

- beim Verstehen dessen, was geschehen ist
- beim Verstehen und Regulieren der intensiven Gefühle
- bei der Bewahrung der Erinnerungen (Zeichnungen, Schatzkiste, ...)
- beim Entwickeln neuer Zukunftsperspektiven
  - Vertraute Tätigkeiten und Rituale des Alltags wieder aufnehmen (Kindergarten, Schule, Hobbys, Vereinsaktivitäten, Freunde, ...)

Halt und einfühlsame Haltung

- Winnicott: *„holding-function“*

  verlässlicher, haltender Rahmen
- Bion: Containment-Konzept

  „Resonanzkörper für die psychische Innenwelt des Gegenübers sein.“

  Unerträgliches Gefühlschaos wird stellvertretend aufgenommen, gehalten, geordnet, verstanden, benannt

Personaler Verlust im Kindesalter → Vulnerabilität

1. Frühe Verlusterlebnisse erhöhen bei mangelnder Verarbeitung die Vulnerabilität bei späteren Verlusterlebnissen
2. Verlusterlebnis, das zu negativen Veränderungen im kindlichen Umfeld führt, erhöht die Vulnerabilität für psychopathologische Symptomatik

Betreuung von Geschwistern

- Zu Beginn gemeinsam, jedoch altersentsprechend
- Bei Bedarf individuell
  (Altersunterschiede, Nähe, …)
- auch unabhängig von den Erwachsenen

Fallbeispiel Claudia

„Was kann ich tun?“
-für die eigene (seelischee) Gesundheit

- Körperlich aktiv sein
- Abwechslung: Sport, Hobby, Musik
- mit Freunden sein
- Über Gefühle (Trauer, angst, Ärger, Wut,) reden
- den Alltag weiter leben
- Sicherheit durch verlässliche Beziehungspersonen (familiär, Freundeskreis, Schule, ...)

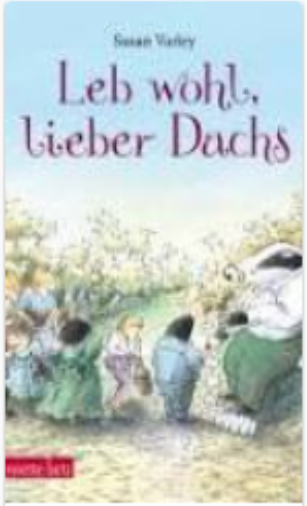
Wünsche von Kindern

- Sprich mit mir – auch ich gehöre dazu.
- Sag mir die Wahrheit. Lass mich mit meiner Angst nicht alleine.
- Erklär mir die Tatsachen so, dass ich sie verstehen kann.
- Komm auf mich zu. Frag mich, ob ich etwas wissen will. Alleine traue ich mich nicht, ich kenn dich nicht so gut, vielleicht hast du auch wenig Zeit.
- Manchmal möchte ich etwas nicht wissen.
- Sag mir, dass ich nicht schuld bin, dass Mama, Papa, mein Bruder, meine Schwester verunglückt sind oder sich das Leben genommen haben.
- Erklär mir, was ich jetzt tun kann: für **mich**, für meine Mama oder meinen Papa...
- Manchmal will ich spielen, mit Freunden unbelastet sein. Nicht zuhause zu sein, verschafft mir manchmal diese Erleichterung.
- Ich will wissen, wie es mit mir jetzt weitergeht. Wer sorgt jetzt für mich? Gehe ich weiterhin in den Kindergarten oder in diese Schule?

“gelungene” Bewältigung

- **Kontrolle über die eigenen Emotionen**
- **Realistische Selbstwahrnehmung und -einschätzung**
- **Fortsetzung von Schule, Beruf, Entwicklungsaufgaben, …**
- **Fähigkeit zu und Wertschätzung von sozialen Beziehungen**

(Pearlin and Schooler, 1978)



Leb wohl, lieber Dachs
Susan Varley

Hat Opa einen Anzug ar
Jacky Gleich

Die besten Beerdigungen (
Ulf Nilsson

Adieu, Herr Muffin
Ulf Nilsson

Pele und das neue Leben: ei
Hilde Heydu...

Wenn Kinder nach dem Stert
Daniela Tau...

Du wirst immer bei mir s
Inger Hermann

"Was ist das fragt der Frosch
Max Velthuijs

Ist Oma jetzt im Himmel? vo
Heike Baum

Nimm den Tod persönlich:
Fritz Roth

Nie mehr Oma-Lina-Tag?
Jan Lieffering