

Hubertus Adam

Vom Umgang mit Traumata

Wie reagieren Kinder und Jugendliche, wenn sie mit Gewalt in Berührung kommen? Krieg, Flucht und Exil aus Sicht der Kinder- und Jugendpsychologie

Die Erfahrung von Krieg, Flucht und Vertreibung, die Erfahrung von Zerstörung, Elend und Exil machen Kinder und Jugendliche erschreckender Weise auch heute noch. Dies sind Erfahrungen, die die Weltgesundheitsorganisation als „organisierte Gewalt“, als Gewalt, die von Staaten ausgeführt bzw. von diesen nicht verhindert wird, bezeichnet hat.¹ Waren es früher neben dem Selbsterlebtem Geschichten, die den Kindern erzählt wurden, so sind heute, in der Bilderflut des 21. Jahrhunderts und mit dem Zugang zu neuen sozialen Medien, schreckliche und bedrohliche Ereignisse allgegenwärtig – auch für Kinder und Jugendliche, die in sozial stabilen Verhältnissen in Westeuropa aufwachsen.

Krieg, Flucht und Exil findet nicht nur in den entlegenen Gebieten weit weg von zu Hause statt. Die Kriege am Rande Europas, z.B. in der Kaukasusregion oder in der Ukraine, dringen über die Medien und durch die familiären Gespräche in das Bewusstsein der Kinder und Jugendlichen. Manche erinnern auch, dass Krieg in Europa nicht allzu lange her ist: Die schrecklichen Ereignisse um den Zerfall des ehemaligen Jugoslawien vor 20 Jahren sind noch sehr präsent. Nicht zuletzt existieren in allen deutschen Familien noch Familienerinnerungen an die Erlebnisse der Großeltern oder Eltern vor, während und nach dem Zweiten Weltkrieg. Kinder und Jugendliche heute werden zudem direkt mit den Folgen der organisierten Gewalt konfrontiert, sei es durch den Kontakt mit Flüchtlingen im Kindergarten oder in der Schule, im sozialen Alltag oder andererseits auch durch die gesellschaftlichen Reaktionen wie Demonstrationen, Auftreten von Neonazis oder einer latent spürbaren Ausländerfeindlichkeit.²

In der Bilderflut des 21. Jahrhunderts und mit dem Zugang zu neuen sozialen Medien sind schreckliche und bedrohliche Ereignisse allgegenwärtig.



Pakistanische Flüchtlingskinder in einer Notunterkunft

Eltern wissen meist selbst nicht genug über psychische Folgen von potenziellen Traumata nach Krieg, Flucht und Exil, um mit ihren Kindern darüber sprechen zu können. Sie sind auch oft verunsichert, wie Kinder und Jugendliche auf diese Informationsflut reagieren, welche Ängste entstehen können und wie sie als Eltern damit umgehen sollen. Kenntnisse aus der Entwicklungspsychologie sind hierfür erforderlich.

Entwicklungsaufgaben und Belastung

In der Säuglings- und Kleinkindzeit müssen die Kinder von den Eltern angenommen und akzeptiert werden. Der Anteil des Kindes besteht dabei darin, sein angeborenes soziales Verhaltensrepertoire für angemessene Signale (Lachen, Schreien etc.) so einzusetzen, dass seine primären Bezugspersonen adäquat antworten und sich beim Säugling ein Gefühl des „Gut-versorgt-Werdens“³ einstellen kann. Entsteht eine positive Beziehung zwischen Kind und primären Bezugspersonen, in der sich

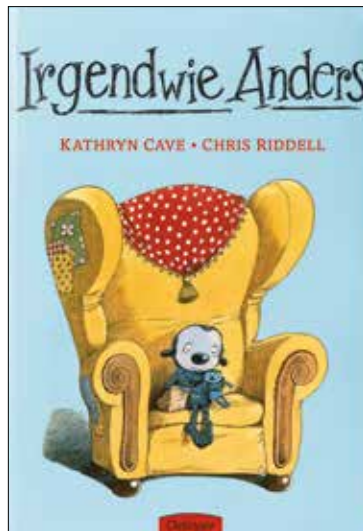
beide Seiten gegenseitig stimulieren, wird die Fähigkeit der Kinder, sich autonom weiterzuentwickeln, erweitert, sodass auch die nächsten Entwicklungsaufgaben angemessen gelöst werden können. Diese bestehen in der weiteren Kleinkindzeit insbesondere in der schrittweisen Lösung der Kinder von den Eltern, im Kindergartenalter in der Auseinandersetzung mit Gleichaltrigen und der Wahrnehmung und Einarbeitung der umgebenden „sozialen Landschaft“ in das innere Erleben des Kindes.⁴ In der Adoleszenz findet nach Lawrence Kohlberg ein Übergang vom Stadium der konventionellen Rollenkonformität zum Stadium selbst akzeptierter moralischer Prinzipien statt.⁵ Nach Werner Bohleber führen die biologischen Veränderungen insbesondere zu kognitiven und affektiven Veränderungen, sodass bestehende bzw. scheinbar gelöste Konflikte erneut aufbrechen können. Der Adoleszente muss sich damit zwangsläufig erneut befassen und sich als eine wesentliche Aufgabe in diesem Alter diesem Sog hin zu früheren Entwicklungsstadien widersetzen.⁶

Sind Eltern durch Krieg, Verfolgung, organisierte Gewalt, unverarbeitete Verluste, aber auch durch Unterernährung, wie sie in vielen Kriegsländern vorkommt, sehr belastet, können sie ihre Kinder nicht mehr ausreichend halten und versorgen. Die meist für die Versorgung verantwortlichen Mütter sind dann oft psychisch erschöpft und für die Kinder emotional nicht erreichbar. Andere Mütter haben keine Zeit für ihre Kinder, weil sie z.B. auf der Suche nach verschwundenen oder verhafteten Vätern sind und für das wirtschaftliche Überleben der Familie sorgen müssen.

Ständige Umzüge, etwa auf der Flucht, erschweren den Kontakt zu Gleichaltrigen und können stärker als bei Säuglingen zu einem Gefühl führen, nirgendwo zu Hause zu sein. Drohten sogar körperliche Verletzungen oder wurden die Kinder tatsächlich verletzt, können sich beim Kind eigene Vorstellungen und Schuldphantasien über die Verursachung unter Umständen unkontrolliert weiterentwickeln. Die Bedrohung des Körperbildes,

archaische Verstümmelungsängste wie auch das Verlassenwerden durch die Eltern in der Stunde erlebter größter Gefahr kann dann das Selbst- und Weltverständnis des Kindes erschüttern. Der Glaube an den Schutz durch bisher als nahezu omnipotent erlebte Elternfiguren und die damit verbundene Illusion der körperlichen Unverletzlichkeit kann in Frage gestellt werden.⁷

Kinder im Kindergarten- und Vorschulalter nehmen altersbedingt die Ereignisse anders wahr und verarbeiten sie anders. Auch für sie ist Krieg mit Granatenbeschuss, die Verfolgungszeit, die Flucht und das Exil oft mit Trennungen und Wechsel der Bezugspersonen verbunden. In ihren Kontakten zur Umwelt erleben sie allerdings, unmittelbarer noch als die kleineren Kinder, die Gewalt. Das bedeutet, dass sie bei gleicher objektiver Situation den Dingen und Ereignissen, denen sie ausgesetzt sind, andere Bedeutung zumessen können. Sie können z.B., anders als Säuglinge, zwischen gefährlichem Granatenbeschuss und einem Feuerwerk aus Freude



Bücher können Hilfestellung geben, wie man dem Fremden begegnen kann

unterscheiden, obwohl die Geräusche ähnlich sein können. Diese Kinder können aber dadurch belastet sein, dass normalerweise vorhandene magische Gedanken und Allmachtsphantasien in derartigen Situationen jederzeit schreckliche Wirklichkeit werden können. Die Realität eines plötzlich massiv beschädigten Vaters bekommt dann nahtlosen Anschluss an heimliche Wünsche und Phantasien etwa des Sohnes, der möglicherweise phantasiert, durch böse Gedanken die schwere Verletzung oder gar den Tod des Vaters (mit)verursacht zu haben. Im Krieg erleben auch kleinere Kinder reale Gewalt sowie eine schematische Einteilung der äußeren Welt in „gut“ und „böse“, wie sie von Gesellschaften, die in Krisensituationen nicht ausreichende Konfliktlösungs- und Integrationsfähigkeiten besitzen, häufig vorgenommen werden. Schon Kleinkinder können diese Einteilung übernehmen und daran gehindert werden, abzuwägen und zu differenzieren.

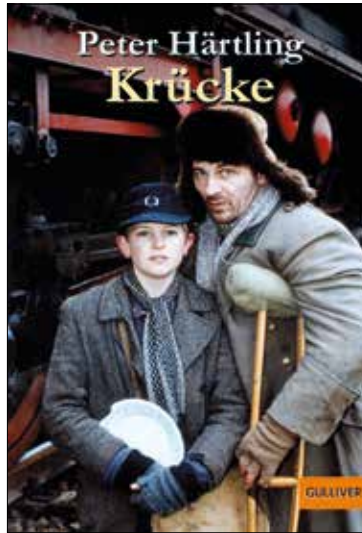
Schulkinder werden manchmal trotz ihrer Jugend in kriegerische Auseinandersetzungen einbezogen und müssen z.B. kämpfen statt zur Schule zu gehen. Ferner verändern sich durch die Belastungen im Krieg die Rollen innerhalb der Familie. Schulkinder müssen den abwesenden, kämpfenden Vater ersetzen. Auch die Mädchen werden in ihrer Rolle als heranwachsende Frau früher und anders gefordert, als es die tradierten Rollenvorstellungen vorschreiben. Zudem sind Mädchen in Kriegsgebieten ständig der Gefahr ausgesetzt, sexuell missbraucht zu werden. Häufig sind andererseits Kinder in der präpubertären Latenzzeit nahezu symptomfrei. Sie durchlaufen möglicherweise eine unauffällige Entwicklungszeit, auch weil sie kognitiv schon die Belastungen der Eltern, die Sorge um Geschwister und die Zukunft

der Familie verstehen, und sich selbst, um das große Ganze nicht zu gefährden, eher zurücknehmen. Die Gefahr liegt darin, dass derartige Versuche von Bewältigung dysfunktional werden können, wenn die nächsten psychischen Entwicklungsschritte anstehen oder größere soziale Veränderungen, wie z.B. bei der Flucht, bis dahin funktionierende Bewältigungsstrategien versagen lassen. Das Erleben der Eltern in der Abhängigkeitsrolle und als nicht mehr unterstützend und schützend kann die weitere Entwicklung der Kinder beeinträchtigen.

In der Adoleszenz interferieren Verantwortung und Fürsorge für die in Gefahr befindliche Familie mit Ablösungswünschen, was dazu führen kann, dass letztere heftige Schuldgefühle verursachen. In Zeiten von Krieg und Verfolgung wird die Adoleszenz kürzer, da die Jugendlichen gezwungen sind, schnell erwachsen zu werden. Aggressive und sexuelle Phantasien gewinnen dramatisch an Realität, wenn die Jugendlichen sexuellen Gewalttaten zuschauen müssen. Phantasie und Realität sind für betroffene Jugendliche

Im Krieg erleben auch kleinere Kinder reale Gewalt sowie eine schematische Einteilung der äußeren Welt in „gut“ und „böse“, wie sie von Gesellschaften, die in Krisensituationen nicht ausreichende Konfliktlösungs- und Integrationsfähigkeiten besitzen, häufig vorgenommen werden.

wieder nahe beieinander, anstatt zunehmend differenziert zu werden. Erwachsene Vorbilder fehlen häufig. Die Jugendlichen, die oft schon in Kämpfe verwickelt worden sind, haben auch gelernt, dass man Gesetze und ethische Normen straflos verletzen darf. Dies kann dazu führen, dass eine Neu- bzw. Reorientierung der Normen und Werte bei



Die Autoren Gudrun Pausewang und Peter Härtling waren selbst Kinder im Zweiten Weltkrieg

einer Rückkehr des Vaters oder später im Exil nicht gelingt und eine Integration dadurch erschwert wird.

Umgang mit Belastung

Ein Ereignis wird dann zum Trauma, wenn im subjektiven Erleben eine Diskrepanz besteht zwischen der Wahrnehmung der äußeren Bedrohung und der individuellen Fähigkeit, damit umzugehen, und das Selbst- und Weltverständnis des Betroffenen dadurch erschüttert wird. Grundsätzlich müssen bei der Untersuchung und Beurteilung des Traumas eines Kindes der Stand seiner kognitiven, affektiven, psychosexuellen und sozialen Entwicklung sowie angeborene oder erworbene körperliche Einschränkungen bzw. Ressourcen in die Analyse einbezogen werden. Gelingen erforderliche Anpassungsschritte und Bewältigungsversuche nicht, entstehen Symptome, nach Franz Resch „Residuen, Narben, Sensibilisierungen und übertriebene Erlebnisbereitschaften“,⁸ die wiederum spezifische Interventionen erforderlich machen.

Es ist nicht möglich, Kinder von bedrohlichen Ereignissen, die außerhalb der Familie stattfinden, völlig fern zu halten, und es ist auch nicht ratsam. Allerdings ist bei einer kindgerechten Auseinandersetzung mit dieser Thematik die individuelle Entwicklung des Kindes und die derzeitige Situation innerhalb der Familie zu berücksichtigen.

Der israelische Psychologe Dan Bar-On hat in seinem Buch *Die Last des Schweigens* festgestellt, dass Eltern, die den Holocaust bzw. den Zweiten Weltkrieg erlebt haben, ihren Kindern davon nicht berichten konnten, nicht zuletzt aus den Gründen, dass sie die Kinder vor bedrohlichen Erlebnissen schützen wollten. Die Kinder selbst fragten die Eltern nicht, obwohl sie deren Belastungen erahnten, weil sie eine potenzielle Schwäche der Eltern nicht aushielten. Es entwickelte sich auch eine in Deutschland typische Erfahrung in den Familien, dass es erst den Enkeln gelang, mit den Großeltern über die Erfahrungen des Faschismus und dessen Folgen zu sprechen. Eine allgemeingültige Handreichung an Eltern, ob



Beratungszentren wie das REFUGIO München bieten Flüchtlingskindern kunst- und spieltherapeutische Hilfe

und wann mit Kindern über Krieg und Flucht zu sprechen ist, kann nicht gegeben werden.

Zum Umgang mit dem Thema „Flüchtlingskinder“ gibt es psychologisch fundierte Unterrichtsmodule für die Schule.⁹ In den Familien sind Bücher oft eine gute Methode, schwierige Themen, die von außen in die Familie getragen werden, aufzugreifen. Die Psychoanalytikerin Judith Kestenberg empfahl, schon Kindern im Alter von drei Jahren vom Holocaust zu berichten, und veröffentlichte dazu das Buch *Als eure Großeltern jung waren*. Dieses, allerdings kaum noch zu erhaltende Buch bringt den Kleinkindern mit sehr anschaulichen Zeichnungen kindgerecht die Geschehnisse im Faschismus, die Ausgrenzung von anderen bzw. die Gleichwertigkeit des menschlichen Lebens nahe. Ein weiteres Angebot macht das Buch *Es klopft bei Wanja in der Nacht* von Tilde Michels und Reinhard Michl. Ebenfalls an die eher jüngeren Kinder im Alter von vier bis sechs Jahren wendet sich das Buch *Irgendwie anders* von Kathryn Cave, in dem sich mit der Thematik von Ausgrenzung und Alleinsein auseinandergesetzt

wird. Bücher an eher ältere Kinder sind die Bücher von Gudrun Pausewang (*Auf einem langen Weg, Ich war dabei: Geschichten gegen das Vergessen*), aber auch von Peter Härtling (*Krücke*). Eine Vielzahl von Büchern existiert zum Thema „Angst“ und „Bedrohung“, so die klassischen Kinderbücher von Maurice Sendak (*Wo die wilden Kerle wohnen*), von Gunilla Bergström (*Gute Nacht, Willi Wiberg*) oder natürlich auch die Kinderbücher, die insbesondere an die Stärken und Ressourcen von Kindern erinnern, wie die Bücher von Astrid Lindgren (*Pippi Langstrumpf*).

Im Umgang mit Kindern zum Thema Krieg, Verfolgung, Flucht und Exil sollten Eltern darauf achten, dass sie nicht sich selbst und ihre möglichen Rechtfertigungen in den Vordergrund stellen, sondern schauen, wann und auf welche Weise die Kinder in welchem Alter mit welchen Informationen konfrontiert worden sind und welche Fragen die Kinder stellen. Manchmal fragen Kinder von sich aus nach der Bedeutung des Begriffs „Nazi“ oder warum man den Bootsflüchtlingen nicht helfe. Reagieren andere betroffen,

ängstlich und zurückgezogen, ist es schon hilfreich, wenn diese Kinder in ihrer verunsicherten Situation wahrgenommen werden und mögliche resultierende Gefühle von den Eltern angesprochen werden können.

Hinsichtlich der Auseinandersetzung mit dem Nationalsozialismus sollten Eltern nicht die Konflikte, die sie mit ihren eigenen Eltern oder Großeltern nicht ausgetragen haben, mit ihren eigenen Kindern klären, sondern stets bemüht sein, sich in die innere Welt des Kindes hineinzusetzen. Auch sind die Folgereaktionen der Kinder und der Jugendlichen zu bedenken, manchmal ist es gerade eine Stärke der Kinder, dass sie sich schnell abwenden können und sich mit dem Spielzeug beschäftigen, welches ihnen gerade neu in den Sinn kommt. Auch Jugendliche wollen nicht nur von den Eltern „zugetextet“ werden, sondern kommen vielleicht erst Tage oder Wochen später, unter Umständen auch in einem anderen sozialen Kontext auf die in der Familiendiskussion gemachten Erfahrungen zurück und können daran reifen. Der Kontext innerhalb der Familie hilft, mit derartigen Informationen und Ereignissen gut umzugehen und sich weiterzuentwickeln.

Prof. Dr. Hubertus Adam ist Leitender Chefarzt des Martin Gropius Krankenhauses in Eberswalde bei Berlin und Chefarzt der dortigen Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Psychosomatik. Er habilitierte zum Thema „Psychische Störungen bei Migranten- und Flüchtlingskindern“ und leitete Versorgungs- und Ausbildungsprojekte in Afrika und Arabien zum Thema „Kinder und Krieg“.

Primärliteratur

■ Bergström, Gunilla: *Gute Nacht, Willi Wiberg*. Aus dem Schwedischen von Silke von Hacht. Hamburg: Oetinger 2009.

Anmerkungen

1 Geuns, 1987. 2 Adam / Klasen, 2011. 3 Winnicott, 1958. 4 Bowlby, 1980. 5 Kohlberg, 1974. 6 Bohleber, 1996. 7 Walter, 1998. 8 Resch, 1996, S. 199 9 Vgl. Adam, 2013.

- Cave, Kathryn / Riddell, Chris (Illustr.): *Irgendwie Anders*. Aus dem Englischen von Salah Naoura. Hamburg: Oetinger 1994.
- Härtling, Peter: *Krücke*. Weinheim: Gulliver 2014.
- Kestenberg, Judith S. / Koorland, Vivienne (Illustr.): *Als Eure Großeltern jung waren. Mit Kindern über den Holocaust sprechen*. Hamburg: Reinhold Krämer 1998.
- Lindgren, Astrid: *Pippi Langstrumpf*. Aus dem Schwedischen von Cäcilie Heinig. Hamburg: Oetinger 2007.
- Michels, Tilde / Michl, Reinhard (Illustr.): *Es klopft bei Wanja in der Nacht*. Hamburg: Ellermann 1985.
- Pausewang, Gudrun: *Auf einem langen Weg*. Ravensburg: Ravensburger 1996.
- Dies.: *Ich war dabei: Geschichten gegen das Vergessen*. Hamburg: Carlsen 2007.
- Sendak, Maurice: *Wo die wilden Kerle wohnen*. Aus dem Amerikanischen von Claudia Schmolders. Zürich: Diogenes 2009.

Sekundärliteratur

- Adam, Hubertus / Inal, Sarah: *Pädagogische Arbeit mit Migranten- und Flüchtlingskindern. Unterrichtsmodule und psychologische Grundlagen*. Weinheim: Beltz 2013.
- Ders. / Klasen, Fiona: „Trauma und Versöhnung, Versöhnungsbereitschaft bei traumatisierten Flüchtlingskindern.“ In: *Trauma und Gewalt* 4 / 2011, S. 356-369.
- Bar-On, Dan: *Die Last des Schweigens: Gespräche mit Kindern von Nazi-Tätern*. Reinbek: Rowohlt 1996.
- Bohleber, Werner: „Einführung in die psychoanalytische Adoleszenzforschung.“ In: Bohleber, Werner (Hrsg.): *Adoleszenz und Identität*. Stuttgart: Verlag Internationale Psychoanalyse 1996.
- Bowlby, John: *Attachment and Loss* (Vol. 3). New York: Basic 1980.
- Geuns, H. van: „The concept of organized violence.“ In: Ministry of Welfare, Health and Cultural Affairs (Hrsg.): *Health Hazards of organized violence*. Rijswijk: Ministry of Welfare, Health, and Cultural Affairs 1987, S. 7-10.
- Kohlberg, Lawrence: *Zur kognitiven Entwicklung des Kindes*. Frankfurt / Main: Suhrkamp 1974.
- Resch, Franz: *Entwicklungspsychopathologie des Kindes- und Jugendalters*. Weinheim: Beltz 1996.
- Walter, Joachim: „Psychotherapeutische Arbeit mit Flüchtlingskindern und ihren Familien.“ In: Endres, Manfred / Biermann, Gerd (Hrsg.): *Traumatisierung in Kindheit und Jugend*. München: Reinhardt 1998, S. 59-77.
- Winnicott, Donald W.: „The capacity to be alone.“ In: Ders. (Hrsg.): *The maturational process and the facilitating environment*. New York: International Universities Press 1958, S. 29-36.