

# TiK-Kompakt

## Traumapädagogik in der frühen Kindheit



# Einführung in die Traumapädagogik

## Traumapädagogische Grundsätze

---

Ein traumatisches Erlebnis kann grundlegende Glaubenssätze erschüttern und dadurch zu einer langfristigen Belastung für die Betroffenen werden. Besonders bei Kindern kann das Erleben von außerordentlichem Kontrollverlust die Fähigkeit zur Emotionsregulation und Impulskontrolle beeinträchtigen. Da alle Körpersysteme noch auf die Gefahrensituation eingestellt sind, stehen der Emotionsregulation weniger kognitive Ressourcen zur Verfügung. Das Verhalten der Kinder kann daher unangepasst und unverständlich sein und soziale Beziehungen z.B. zu erwachsenen Bezugspersonen oder Gleichaltrigen belasten. Besonders für pädagogische Fachkräfte kann das Verhalten der Kinder eine Herausforderung sein, sodass sie oft selbst an ihre persönlichen Belastungsgrenzen kommen und ebenfalls Kontrollverlust und Hilflosigkeit erleben.

Das wesentliche Ziel der Traumapädagogik ist es, diesen Kreislauf zu unterbrechen und im Umgang mit hochbelasteten Kindern alternative Handlungsmöglichkeiten zu schaffen. Die Traumapädagogik nutzt eine Verbindung von Fachwissen aus der Psychotherapie und Pädagogik, um traumatisierte Kinder auch im Alltag zu unterstützen. Sie überträgt Erkenntnisse aus der Traumatherapie auf das pädagogische Handlungsfeld und betont, dass traumatisierte Kinder im Alltag nicht alleine gelassen werden dürfen, da sie Beeinträchtigungen ausgesetzt wurden, die sie durch die Unterstützung ihrer Bezugspersonen besser bewältigen können. Durch traumasensible Interventionen wird die sozio-emotionale Entwicklung der Kinder gefördert und der Umgang mit ihnen unbeschwerter. Somit hilft traumapädagogisches Wissen allen Beteiligten (den Kindern, Bezugspersonen und pädagogischen Fachkräften) sich wieder selbstwirksam zu fühlen.

### **Guter Grund und sicherer Ort**

Traumapädagogik priorisiert die Förderung der Selbstwirksamkeit und Selbstbemächtigung hochbelasteter Kinder. Dazu braucht es das Wissen um die möglichen Auswirkungen einer Traumatisierung, wirksame Methoden und die Entwicklung einer traumapädagogischen Haltung. Im Alltag kann dieser Ansatz durch zwei wesentliche traumapädagogische Konzepte umgesetzt werden: der *gute Grund* und der *sichere Ort*.



**Bild**

Der *gute Grund* benennt, dass jedes auffällige Verhalten eine Ursache hat und dass die betroffenen Kinder ein bestimmtes Verhaltensmuster entwickelt haben, um das traumatische Erlebnis besser überstehen oder verarbeiten zu können. Es wird angenommen, dass die Kinder sich nicht unangepasst verhalten, um die Erwachsenen zu belasten, zu manipulieren oder zu provozieren, sondern dass sie durch ihr unangepasstes Verhalten einen Hilfebedarf anzeigen. Die Kinder erzählen durch die Verhaltensauffälligkeiten etwas über sich und ihre Geschichte und weisen auf unbefriedigte oder verletzte kindliche Bedürfnisse hin. Das Verhalten gibt also Anhaltspunkte wovon das Kind noch mehr braucht, bzw. welche Grundbedürfnisse noch zu wenig erfüllt sind. Auffälliges Verhalten wird als normale Reaktion auf unnormale Stressbelastungen interpretiert. Diese Haltung hilft vor allem den Bezugspersonen, im wertschätzenden und ressourcenorientierten Kontakt mit dem Kind zu bleiben. Konkret kann das Konzept des *guten Grundes* durch die *Weil*-Technik umgesetzt werden. Um das Verhalten eines Kindes besser verstehen zu können, wird anstatt von dem Wort *Warum* („Warum hast du das gemacht?“) das Wort *Weil* („Du hast das gemacht, weil...?“) eingesetzt. Das Wort *Warum* wird von Kindern eher vorwurfsvoll aufgefasst wird, erhöht unabhängig vom Tonfall die Stressbelastung. *Weil* kann eher als Einladung und Interesse der Bezugsperson verstanden werden und helfen, dass Kinder Bilder äußern, die dann von den Erwachsenen gedeutet werden können.

Der *sichere Ort* bezieht sich darauf, dass traumatisierte Kinder die Welt oft als gefährlich und unsicher erleben, da grundlegende Glaubenssätze erschüttert wurden, zum Beispiel über sich selbst, über das Vertrauen zu anderen Menschen und über die Welt als ehemals sicheren Ort. Daher brauchen die Kinder einen Ort, an dem sie sowohl äußere als auch innere Sicherheit erfahren können. Äußere Sicherheit bedeutet, dass die Kinder sich an einem Ort befinden, an dem keine Gefahren drohen und der durch seine bauliche und räumliche Gestaltung Sicherheit vermittelt. Ein Beitrag dazu kann es sein, dass die Zugangstür für fremde Personen

**Bild**

verschlossen ist. Innere Sicherheit bedeutet, dass die Kinder sich bei Menschen befinden, zu denen sie eine gute Beziehung aufbauen können und die sie vor Gefahren schützen. Dies sind natürlich auch die pädagogischen Fachkräfte einer Kita. Innere Sicherheit wird auch dadurch gefördert, dass Kinder wieder ihre eigenen Stärken entdecken und ihnen zunehmend zu vertrauen. Insgesamt können klare Regeln, Strukturen und eine übersichtliche

Raumgestaltung dem Kind Orientierung bieten und dadurch das erhöhte Sicherheitsbedürfnis

befriedigen. Auch beruhigende Klänge und Farben können beispielsweise gezielt in Ruheräumen eingesetzt werden, um den auf Gefahr eingestellten Körpersystemen Ruhe, Entspannung und Sicherheit zu vermitteln.

## Zentrale Aussagen

---

- Die Traumapädagogik überträgt Erkenntnisse aus der Traumatherapie und das Wissen um Traumatisierung auf das pädagogische Handlungsfeld.
- Der *gute Grund* nimmt an, dass jedes auffällige Verhalten eine Ursache hat und dass die betroffenen Kinder ein bestimmtes Verhaltensmuster entwickelt haben, um das traumatische Erlebnis besser überstehen oder verarbeiten zu können.
- Der *sichere Ort* bezeichnet einen Ort, an dem traumatisierte Kinder sowohl äußere als auch innere Sicherheit erfahren können.
- Die *Weil-Technik* ist eine von vielen Methoden, die angewendet werden kann, um das auffällige Verhalten traumatisierter Kinder besser zu verstehen.
- Traumapädagogisches Handeln bedeutet, die Selbstbemächtigung der Kinder zu fördern und sie auch im Alltag im Umgang mit ihren Belastungen zu unterstützen.

## Medien- und Literaturhinweise

---

- Baierl, M. & Frey, K. (2015). *Praxishandbuch Traumapädagogik. Lebensfreude, Sicherheit und Geborgenheit für Kinder und Jugendliche*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. (Inhalt: Praktische Umsetzung traumapädagogischer Konzepte).
- Croos-Müller, C. (2011). *Nur Mut! Das kleine Überlebensbuch: Soforthilfe bei Herzklopfen, Angst, Panik & Co.* München: Kösel. (Inhalt: Selbsthilfebuch für Kinder und Pädagogen mit traumapädagogischen Methoden).
- Levine, P. (2015). *Wie Kinder und Jugendliche traumatische Erlebnisse überwinden können*. München: Kösel. (Inhalt: Grundlagen, Methoden & Strukturen).
- Krüger, A. (2015). *Erste Hilfe für traumatisierte Kinder*. Ostfildern: Patmos. (Inhalt: Grundlagen zu Trauma und Traumapädagogik).
- Weiß, W. (2004). *Philipp sucht sein Ich*. Juventa: BELTZ. (Inhalt: Zum pädagogischen Umgang mit Trauma).

Weitere Information zu den Beratungs-, Fortbildungs- und Supervisionsangeboten von TiK-Süd:

---

**Tik-Süd/Wendepunkt e.V.**

Gärtnerstr. 10 –14 | 25335 Elmshorn

Telefon: 04121 47573-70 (Di: 14 - 16 Uhr | Fr: 10 - 12 Uhr)

E-Mail: [tik@wendepunkt-ev.de](mailto:tik@wendepunkt-ev.de)

[www.wendepunkt-ev.de](http://www.wendepunkt-ev.de)