



Begleitung von Kindern in Notfällen



Akademie
vrk⁺
Versicherer im Raum der Kirchen



Auch für Kinder, die einen Notfall als Augenzeuge oder Zuschauer miterlebt haben, kann das Erlebte sehr belastend sein. Sie leiden zum Beispiel mit den Betroffenen mit und würden gerne helfen, wissen aber nicht, wie sie dies tun sollen.

Viele Kinder können das Erlebte dennoch gut verarbeiten. Kurzfristige Reaktionen klingen bei ihnen nach wenigen Stunden oder Tagen wieder ab. Bei einigen Kindern können sich aber auch längerfristig anhaltende psychosoziale Ereignisfolgen entwickeln.

Psychische Erste Hilfe, d. h. ein psychologisch angemessener Umgang mit den betroffenen Kindern kann dazu beitragen, dass solche Folgen bei Kindern nicht oder zumindest nicht so ausgeprägt auftreten werden.

Warum diese Broschüre?

Wenn Kinder einen Notfall miterleben, ist dies für sie eine besondere, völlig neue und beängstigende Situation.

Vergleichbare Vorerfahrungen fehlen und geeignete Bewältigungsstrategien sind meist noch nicht vorhanden.

Vieles verstehen Kinder in einem Notfall nicht. Sie können daher schockiert oder sehr aufgeregt sein, und sie können sich - unabhängig von körperlichen Verletzungen - ohnmächtig, hilflos und ausgeliefert fühlen.

Mit diesem Faltblatt informieren wir Sie darüber, welche Belastungen, Reaktionen und Folgen auftreten können, wenn Kinder von einem Notfall betroffen sind. Auch sind Hinweise zur Psychischen Ersten Hilfe enthalten.

Erleben von Notfällen

Wie stark Kinder in einem Notfall belastet sind, hängt nicht von objektiven Merkmalen der Situation, sondern vom subjektiven Erleben ab. Das bedeutet: Es geht nicht darum, wie Erwachsene ein Unglück einschätzen, sondern ausschließlich darum, wie die Kinder dies selbst tun.

Auch ein Bagatellunfall kann mit erheblichen Belastungen verbunden sein!

Belastungen

Kinder können durch Notfälle mit psychologischen und körperlichen Belastungen konfrontiert werden.

Psychologische Belastungen

- Neuheit des Erlebens und fehlendes Verständnis
- Anblick von Blut, Verletzungen, Zerstörungen usw.
- Gefühle von Kontrollverlust, Ohnmacht und Hilflosigkeit
- Unterbrochene Handlungen
- Anwesende zuschauende Personen
- Unangemessene Verhaltensweisen von Erwachsenen

Körperliche Belastungen

- Schmerzen
- Bewegungseinschränkungen, z. B. bei Frakturen
- Sensorische Empfindungen, z. B. ein Kribbeln im Bauch, Übelkeit usw.
- Gerüche, z. B. Brandgeruch oder Geruch ausgeatmeter Kraftstoffe an einer Unfallstelle
- Hitze oder Kälte bzw. Schwitzen oder Frieren
- Durst

Wie diese Belastungen erlebt werden, hängt von zahlreichen sogenannten Moderatorvariablen ab. Je nachdem, wie sie sich auswirken, können sie Belastungen vermindern oder verstärken.

Biologische Moderatorvariablen

sind das Geschlecht, das Alter und die körperliche Konstitution eines Kindes.

Rein statistisch sind Mädchen z. B. für die Entwicklung bestimmter psychosozialer Ereignisfolgen gefährdeter als Jungen. Außerdem gilt: Je jünger ein Kind ist, umso stärker kann es von dem Erlebten belastet sein.

Soziographische Moderatorvariablen

sind z. B. die Familie, die kulturelle Zugehörigkeit, die soziale Unterstützung im Freundeskreis eines Kindes, aber auch die Situation in der Schule.

Die Unterstützung durch Bezugspersonen ist für die Bewältigung einer Notfallerfahrung von enormer Bedeutung. Je verlässlicher und sicherer die sozialen Bindungen eines Kindes sind, umso besser kann das Erlebte bewältigt werden.

Psychologische Moderatorvariablen

sind Persönlichkeitsmerkmale eines Kindes, bestehende Vorbelastungen und Bewältigungsstrategien.

Manche Kinder sind erstaunlich resilient, also widerstandsfähig, und kommen mit dem Erlebten problemlos zurecht. Andere Kinder sind wiederum sehr verletzlich und leiden unter einer Notfallerfahrung besonders stark.

Folgen von Notfällen

In einer Studie der Akademie des Versicherers im Raum der Kirchen wurden die Notfallfolgen bei Kindern untersucht. Bei 38 Prozent der Kinder, die einen Verkehrsunfall miterlebt hatten, wurden z. B. noch vier Jahre später deutliche Symptome festgestellt. 37 Prozent dieser Kinder hatten Angst im Straßenverkehr. Bei 30 Prozent traten Schlafstörungen auf, bei 21 Prozent Konzentrations-schwierigkeiten. Häufige Alpträume und Unruhe gaben jeweils 16 Prozent der untersuchten Kinder an. Ein Absinken der schulischen Leistung wurde ebenfalls bei 16 Prozent der Kinder beobachtet.

Die Notfallfolgen werden jedoch von Erwachsenen häufig unterschätzt, überhaupt nicht wahrgenommen oder zumindest nicht als solche erkannt!

In einigen Fällen wird das veränderte Verhalten eines Kindes nach Notfällen eher in Zusammenhang mit der normalen Entwicklung gebracht und beispielsweise als Anzeichen der einsetzenden Pubertät interpretiert. Dadurch unterbleibt die Hilfe, die eigentlich notwendig ist.

Mitunter wird auch die Auffassung vertreten, „die Zeit heile alle Wunden“. Diese Annahme ist jedoch unzutreffend!

Reaktionen

Unmittelbar nach einem Notfall können bei Kindern unterschiedliche Reaktionen auftreten:

- Angst, Erregung, Unruhe
- Erstarrung, Erschöpfung, Müdigkeit
- Gereiztheit und aggressives Verhalten
- Schamgefühle
- Körperliche Reaktionen, z. B. Übelkeit, Erbrechen

Es kann auch sein, dass Kinder nach Notfällen Verhaltensweisen zeigen, die eigentlich nicht mehr ihrem Alter entsprechen, z. B. Einnässen oder eine besonders starke Anhänglichkeit.

Dies ist nicht ungewöhnlich, viele Kinder reagieren in dieser Weise. Häufig klingen die Symptome nach einigen Stunden oder Tagen wieder ab!



Längerfristige Folgen

Nachfolgend werden einige Folgen genannt, die mehrere Wochen, teilweise auch dauerhaft bestehen bleiben können, insbesondere dann, wenn keine Hilfe erfolgt.

- Häufige Gedanken an das Erlebte
- Sich immer wieder aufdrängende Erinnerungen, Alpträume
- Dissoziationen, z. B. das Gefühl, wie „betäubt“ zu sein
- Konzentrationsstörungen
- Vermeidungsverhalten
- Depressionen
- Schuldgefühle
- Regression
- Rückzug aus dem Freundeskreis, soziale Isolation
- Veränderung des Essverhaltens
- Zwangshandlungen
- Kontrollausübendes Verhalten
- Veränderung des Spielverhaltens
- Psychosomatische Störungen, z. B. Kopf- oder Bauchschmerzen
- Anpassungsstörungen
- Akute Belastungsreaktion/Belastungsstörung

Auch Entwicklungsverzögerungen können eine Folge des Notfallerebens sein.

Diese längerfristigen Folgen müssen nicht, aber sie können auftreten. Bezugspersonen sollten daher „wachsam gelassen“ bleiben und darauf achten, ob sich solche Folgen entwickeln. Man sollte aber nicht „darauf warten“, dass dies geschieht!

Psychische Erste Hilfe

Allen Kindern, die von einem Notfall betroffen sind, sollte Psychische Erste Hilfe geleistet werden. Dazu gehört, sich ihnen schon am Notfallort zuzuwenden und sie nicht alleine zu lassen.

Seelsorgliche Hilfe

Die Notfallseelsorge ist auf die seelsorgliche Begleitung von Kindern eingerichtet. Sie ist bundesweit flächendeckend organisiert und wird in der Regel durch die Einsatzleitung der Polizei, der Feuerwehr und der Rettungsdienste alarmiert.



Unverletzte Kinder werden allerdings häufig übersehen, obwohl sie ebenfalls Hilfe benötigen!



Regeln

Im Umgang mit Kindern können zunächst die Regeln beachtet werden, die auch für die Psychische Erste Hilfe bei Erwachsenen gelten:

1. Sage, dass du da bist und dass etwas geschieht!
2. Suche vorsichtig Körperkontakt!
3. Sprich mit dem Kind und höre ihm zu!
4. Schirme ein Kind vor belastenden Eindrücken ab und bringe es an einen geschützten, sicheren Ort.

Im Regelwerk **KASPERLE** sind einige Hinweise zusammengefasst, die speziell bei der Begleitung von Kindern in Notfällen hilfreich sein können.

K Kontaktaufnahme: Die Kontaktaufnahme soll möglichst nur durch eine Person erfolgen. Eine helfende Person sollte sich dem Kind möglichst behutsam nähern und auf seine körperliche Ebene herunterbeugen. Anschließend sollte sich die helfende Person vorstellen und nach dem Namen des Kindes fragen.

A Ablenkung: Ablenkung kann insbesondere bei jüngeren Kindern hilfreich sein. Vielleicht gelingt es, die Aufmerksamkeit auf einen positiven Aspekt zu lenken. Ausdrücklich nicht gemeint ist jedoch, das Geschehene durch Ablenkung zu bagatellisieren. Dies darf nicht geschehen, weil ein Kind sich dadurch unverstanden fühlt!

S Selbstwirksamkeit: Die Selbstwirksamkeit eines Kindes kann durch die Übertragung einfacher Aufgaben gestärkt werden: In vielen Fällen können Kinder sich durchaus an der Hilfeleistung bzw. an der Bewältigung des Geschehenen beteiligen, auch wenn es sich bei ihren Aktivitäten nur um „Kleinigkeiten“ handeln sollte.

P Personen, die dem Kind nahe stehen: Eltern oder andere Bezugspersonen sollten herbeigerufen und in die Hilfeleistung einbezogen werden: Ihre Anwesenheit vermittelt Kindern Sicherheit und Geborgenheit.

E Erklärungen: Ein Notfallgeschehen und die Hilfeleistung sollten einem Kind mit einfachen Worten erklärt und verständlich gemacht werden. Auf Fragen antwortet man stets offen und ehrlich.

R Reaktionsweise des Kindes: Kinder reagieren unter Umständen gereizt, wütend und ablehnend. Dieses Verhalten sollte man akzeptieren. Es resultiert aus der Anspannung und ist verständlich: Dafür gibt es einen „guten Grund“!

L Lieblingsspielzeug: Lieblingsspielzeuge oder Stofftiere geben Kindern Halt und spenden Trost. Wenn ein Kind kein eigenes Stofftier dabei hat, sollte es von der helfenden Person eines geschenkt bekommen.

E Ermutigungen: Kinder sollten dazu ermutigt werden, Fragen zu stellen und ggf. Schmerzen zu äußern. Helfende Personen sollten aber auch von sich aus aufmerksam sein und auf unausgesprochene Bedürfnisse eines Kindes achten. Vielleicht hat ein Kind Durst, ihm ist kalt o.ä. Solche Bedürfnisse sollten nach Möglichkeit gestillt werden (etwas zu trinken geben, eine Decke reichen usw.).

Unfallstatistik

Die Unfallorte sind altersabhängig unterschiedlich: Bis zur Einschulung ereignen sich die häufigsten Unfälle zu Hause und in der unmittelbaren Wohnumgebung wie z. B. dem Garten. Ab dem Grundschulalter treten sogenannte Transportmittelunfälle in den Vordergrund. Auf die Gesamtheit aller Kinderunfälle bezogen sind Betreuungs- und Bildungseinrichtungen der häufigste Unfallort (rund 1 Mio. Unfälle pro Jahr), gefolgt vom Heim- und Freizeitbereich sowie den öffentlichen Verkehrswegen.

Die Zahlen von Unfällen mit Kindern im Straßenverkehr sind zwar seit Jahren rückläufig. Dennoch: Jeder Unfall, bei dem ein Kind verletzt wird, ist einer zu viel!

Todesursachenstatistik

Die Todesursachenstatistik kennzeichnet Unfälle bei Kindern als häufigste Todesursache, wobei die einzelnen Unfallursachen ebenfalls altersabhängig unterschiedlich sind. Ersticken und Stürze sind die häufigsten tödlichen Unfallarten im Säuglingsalter. Bei Kleinkindern steht das Ertrinken an erster Stelle, gefolgt von Todesfällen durch Wohnungsbrände. Im Grundschulalter sind Kinder am häufigsten von tödlichen Unfällen im Straßenverkehr betroffen.

Was können Eltern tun?

- Sprechen Sie mit Ihrem Kind über den Notfall. Hören Sie aufmerksam und geduldig zu, wenn es von dem Erlebten erzählt, auch wenn es sich wiederholt. Drängen Sie Ihr Kind aber nicht dazu, über den Notfall zu reden.
- Fragen Sie Ihr Kind, ob es das Erlebte aufschreiben/malen oder ob es mit Ihnen etwas spielen möchte.
- Wenn Ihr Kind Fragen zu dem Notfall hat, beantworten Sie die Fragen offen und ehrlich.
- Zeigen Sie Verständnis für die oben genannten Symptome. Sie treten nach Notfällen bei vielen Kindern auf und sind ein Anzeichen dafür, dass Ihr Kind etwas Außergewöhnliches erlebt hat.
- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind sich körperlich betätigt: Spazieren gehen, Radfahren, Sport treiben, Schwimmen usw.
- Eine gesunde Ernährung (Gemüse, Obst, Fisch, Ballaststoffe) ist immer wichtig, besonders jetzt.
- Achten Sie auf einen regelmäßigen Tagesablauf und vermeiden Sie zusätzliche Belastungen für Ihr Kind.
- Wenn Ihr Kind Schuldgefühle hat, sagen Sie Ihrem Kind, dass es für den Notfall nicht verantwortlich ist, sofern dies stimmt.

Wenn ein Kind nach einem Notfall stärker belastet wirkt, die Symptome von psychosozialen Ereignissen längere Zeit bestehen bleiben oder die erwachsenen Bezugspersonen grundsätzlich verunsichert sind, sollte unbedingt eine weitere Notfallnachsorge erfolgen.



Wenn jemand verstorben ist ...

- Informieren Sie die Kinder mit verständlichen, eindeutigen Worten und benutzen Sie keine verschleiernenden Formulierungen wie z. B. „Der Opa ist eingeschlafen“ oder „Deine Mutter ist jetzt auf eine ganz weite Reise gegangen“. Solche Sinnbilder können zumindest von jüngeren Kindern missverstanden werden.
- Wenn Kinder dies möchten, sollten sie sich von einem verstorbenen Menschen verabschieden dürfen. Sie können ihn z. B. noch einmal ansehen und anfassen oder ihm etwas in den Sarg legen. Auch bei der Aussegnung eines Verstorbenen können Kinder einbezogen werden.
- Grenzen Sie Kinder nicht von den Vorbereitungen einer Trauerfeier oder Beerdigung aus. Beziehen Sie die Kinder vielmehr ein und greifen Sie Ihre Anregungen auf!
- Wenn Kinder an einer Trauerfeier oder Beerdigung teilnehmen möchten, sollten sie dies dürfen. Sie sollten aber keinesfalls zur Teilnahme gezwungen werden.

Fortsetzung »

Wer kann weiterhelfen?

Neben Notfallseelsorgenden und psychologischen Fachkräften können Jugendämter, Familien- und Erziehungsberatungsstellen, Traumaambulanzen, speziell geschulte Trauerbegleiter sowie Kinder- und Jugendpsychiatrische Einrichtungen jederzeit als Ansprechpartner dienen.

Scheuen Sie sich nicht, sich fachliche Hilfe zu suchen und um Rat zu fragen!



- Bei der Trauerfeier oder Beerdigung sollte eine Person nach Möglichkeit nur für die Kinder da sein.
- Akzeptieren Sie die Art und Weise, in der Kinder trauern, auch wenn das Verhalten der Kinder nicht Ihren persönlichen Vorstellungen von Trauer entsprechen sollte.
- Bei Kindern können sich der Ausdruck tiefer Traurigkeit und scheinbar unbefangener Fröhlichkeit rasch und spontan abwechseln. Dies ist bei Kindern nicht ungewöhnlich, sondern ganz normal.
- Sie brauchen Ihre eigene Traurigkeit nicht vor Kindern zu verstecken. Erklären Sie Kindern, warum Sie traurig sind, und trauern Sie auch gemeinsam, wenn Ihnen danach ist.
- Tauschen Sie ggf. gemeinsame Erinnerungen an die Verstorbene oder den Verstorbenen aus.
- Für viele Kinder haben bestimmte Erinnerungstücke eine ganz besondere Bedeutung. Überlegen Sie mit Ihren Kindern, wo sie diese in Zukunft aufbewahren möchten, z. B. an einem besonderen „Ehrenplatz“.



Weitere Informationen

Ausführlichere Informationen zur Begleitung von Kindern in Notfällen und weitere Informationen und Materialien über die Notfallseelsorge in Deutschland sind auf der Homepage **www.notfallseelsorge.de** zusammengestellt.

Der Bundeskongress für Notfallseelsorge und Krisenintervention hat sich als ein Forum für die Fort- und Weiterbildung, für den Austausch und die Kontaktpflege fest etabliert. Das Programm finden Sie unter **www.nfs-kit.de**.

Stofftiere sind für kleine Kinder nicht nur Spielzeug, sondern wichtige Trostspender. Ein Teddybär kann Kindern in Notlagen helfen, diese ohne Traumatisierung zu überstehen. Einige Stiftungen in Deutschland haben es sich zur Aufgabe gemacht, Rettungsfahrzeuge, Streifenwagen der Polizei, Feuerwehrfahrzeuge und die Ambulanzen von Krankenhäusern mit Teddybären auszustatten. Mit dem Kauf eines Teddys oder einer Spende kann jeder dabei helfen.



Stiftung Notfallseelsorge der Evangelischen Kirche im Rheinland:
www.stiftung-notfallseelsorge.de

Deutsche Teddy-Stiftung:
www.deutsche-teddy-stiftung.de

Engagement zeigen

Von Pfarrern Ende des 19. Jahrhunderts gegründet, fühlt sich der Versicherer im Raum der Kirchen auch heute noch den christlichen Werten besonders verpflichtet. Deshalb engagiert sich seine Akademie in den aktuellen Arbeits- und Themenfeldern der Kirchen, der Caritas und Diakonie. Wir unterstützen unsere kirchlichen Partner als unverzichtbare gesellschaftliche Akteure in ihrer Arbeit.

Mit der Notfallseelsorge unterstützt die Akademie die Entwicklung eines wichtigen kirchlichen Arbeitsfeldes. Wir sind geschäftsführend tätig für die Konferenz Evangelische Notfallseelsorge, Mitveranstalter des Bundeskongresses sowie Herausgeber von Medien über die Arbeit der Notfallseelsorge.



www.vrk-akademie.de



Impressum

Herausgeber (V.i.S.d.P.):

Versicherer im Raum der Kirchen
Akademie GmbH
Geschäftsführer:
Dr. Georg Hofmeister

Autor:

Prof. Dr. phil. Harald Karutz, Diplom-Pädagoge
harald@karutz.de
www.harald-karutz.de

Fotos:

Versicherer im Raum der Kirchen
Akademie GmbH

Aus Gründen der Lesbarkeit ist in dieser Broschüre meist die männliche Sprachform gewählt worden. Alle personenbezogenen Aussagen gelten jedoch stets für Männer und für Frauen gleichermaßen.

V.i.S.d.P.:

**Versicherer im Raum der Kirchen
Akademie GmbH**

Geschäftsführer:

Dr. Georg Hofmeister

Kölnische Straße 108–112

34119 Kassel

Telefon 0561 70341-3011

akademie@vrk.de

www.vrk-akademie.de