

Krieg und seine Auswirkungen auf Kinder – das Wichtigste in Kürze



Die Schulsozialarbeitenden können die Schulen beraten, wie sie mit einfachen Tools zur Stabilisierung der Kinder, welche traumatische Ereignisse erlebt haben, beitragen können. Der frühe Einbezug der SSA zur Einschätzung der Situation der Kinder ist wichtig.

Trauma und mögliche Folgen¹

Traumatische Situationen zeichnen sich dadurch aus, dass die Betroffenen dem Geschehen hilflos ausgeliefert waren.

Je häufiger, langandauernder und schwerer die traumatischen Situationen waren und je vulnerabel die Person ist, desto eher erkrankt sie an einer posttraumatischen Belastungsstörung.

Ein wichtiger Hinweis auf das Ausmass der Belastung ist das individuelle Erleben einer Situation – vor einer schweren Traumatisierung geschützt sind Menschen, welche während des traumatisierenden Ereignisses ein subjektives Gefühl der Kontrolle bewahren konnten.

Ob eine Person nach einem traumatischen Ereignis Symptome zeigt, die unter einer posttraumatischen Belastungsstörung eingeordnet werden können, lässt sich erst etwa 4 Wochen nach dem Ereignis abschätzen. In den ersten Wochen nach einem traumatischen Ereignis sind jegliche Gefühle und aufwühlende Gedanken eine normale Reaktion auf eine extreme Situation.

Das Wichtigste ist, dass Menschen möglichst schnell wieder das Gefühl haben, für sich selbst sorgen zu können. Je schneller sich Betroffene wieder selbst Sicherheit geben können, desto eher sind sie in der Lage die traumatischen Erlebnisse zu verarbeiten.

Fragen von Kindern zum Krieg:

Auf die Fragen und Themen der Kinder eingehen, aber nur in dem Umfang, den sie einfordern.

www.frieden-fragen.de

¹ Flüchtlinge sind keine Patienten, NZZ 16.2.22, Seite 9



Kriegsflüchtlinge effektiv unterstützen:

Kriegsflüchtlinge sind nicht krank, aber sie brauchen möglichst bald wieder die Kontrolle über ihr Leben.

- Eltern und Kinder fragen, was sie brauchen.
- Alltägliche Strukturen zur Verfügung stellen.
- Routine bieten.
- Kinder in den Schulalltag einbeziehen.
- Kindern Tools zur Verfügung stellen, welche sie ermächtigen, gut für sich selbst zu Sorgen (siehe auch SOS im Klassenzimmer).

Selbstfürsorge der Fachpersonen der Schule:

- Die eigenen Ängste auf der Erwachsenen-Ebene angehen.
- Nach dem Grundsatz der Hilfe zur Selbsthilfe arbeiten.
- Nach dem Grundsatz der Stärkung der Selbstwirksamkeit arbeiten.
- Trotzdem im Hier und Jetzt ein gutes Leben führen.²

² Fritz und Fränzi wie spricht man mit Kindern über den Krieg, <https://www.fritzundfraenzi.ch/elternbildung/wie-spricht-man-mit-kindern-ueber-den-krieg>