

Leseprobe

Ines Wagner

KAPUTTE SEELN

Die Auswirkungen
von Kriegen, Pandemien und
Existenzängsten auf die
kindliche Psyche



Telemach®

Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss.

Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

1. Auflage

© 2023 Mentoren-Media-Verlag,
Königsberger Str. 16, 55218 Ingelheim am Rhein

Lektorat: Deniz S. Özdemir, Mainz

Korrektur: Sarah Küper, Mainz

Umschlaggestaltung: Nadine Nagel, Mainz

Umschlagsfoto: Freepik/User26920287 (The child in the Studio posing in fashionable clothes to looks in a mirror)

Satz und Layout: Deniz S. Özdemir, Mainz

Autorenfoto: Studioline Photography, Leipzig Paunsdorf Center

Druck und Bindung: MCP, Marki, Polen

ISBN: 978-3-98641-059-9

Alle Rechte vorbehalten. Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Sämtliche Inhalte in diesem Buch entsprechen nicht automatisch der Meinung und Ansicht des Mentoren-Media-Verlages.

www.telemach-verlag.de

Ines Wagner

Kaputte Seelen

Die Auswirkungen von Kriegen, Pandemien
und Existenzängsten auf die kindliche Psyche

Telemach-Verlag

Ich bin stolz darauf, dass ich meinen Lebenstraum – mein erstes Sachbuch – endlich verwirklichen konnte. Mich haben einige gute Freunde und natürlich auch meine Familie großartig unterstützt. Dafür gibt es von mir einen ganz großen Dank!

Ich widme dieses Buch all den Pädagogen, die sich so sehr bemühen, den hohen Qualitätsansprüchen in ihrer Arbeit täglich gerecht zu werden, obwohl die Bedingungen dafür immer schlechter werden.

Inhalt

Der Anfang.....	9
Einleitung	11
Mein Warum	23
Das Theoretische.....	27
Bindung.....	29
Trauma	51
Schuld.....	73
Resilienz.....	83
Das Konkrete	99
Corona	101
Häusliche Gewalt	113
Krieg.....	129
Naturkatastrophen und Unglücke	143
Mobbing und Medien	151
Armut und Existenzangst.....	163
Das Praktische.....	169
Sensibilisierung für Eltern und Pädagogen.....	171
Notfallkoffer	223
Ein ernstes Wörtchen an Eltern und Pädagogen.....	237
Das Ende	243
Resümee.....	245
Danke.....	249
Ihr nächster Schritt	251
Quellennachweise.....	253
Kaputte Seelen: Das Arbeitsbuch.....	261

Der Anfang

Einleitung

Seitdem ich weiß, dass sich ein Verlag für mein Buch interessiert, schreibe ich, wo immer ich bin. Heute sitze ich bei herrlichem Sonnenschein am Cospodener See bei Leipzig.

Während ich überlege, was alles zum Thema *Kind und Trauma* gehören könnte, spielt sich am Nachbartisch folgende Szene ab:

Mutter: »So, kommt jetzt. Das Schiff legt gleich ab.«

Die zwei Jungs stürmen los, das Mädchen bleibt sitzen.

»Los, Clara, das Schiff wartet nicht auf dich Bummelliese!«

»Ich will nicht mit dem Schiff fahren.«

Mutter: »Natürlich willst du mit dem Schiff fahren.«

Clara: »Nein, will ich nicht.«

Mutter: »Doch, du willst!«

Die Stimme des Mädchens wird weinerlich.

Wird hier gerade ein Kind traumatisiert? Was glauben Sie, macht so ein Disput mit einem Kind?

Ich höre förmlich die Diskussion, die jetzt losgeht, mit. Erziehung hat heute sehr verschiedene Definitionen. Da sind zum einen die Eltern, die überbeschützend über ihre Kinder kreisen – im Volksmund als Helikoptereltern bekannt –, die würden ganz klar erstmal versuchen, das Kind mit überaus liebevollen Worten so lange zu überzeugen, bis es vor geistiger Erschöpfung mit auf das Boot will und die Eltern das Gefühl haben, mit Worten kann man ein Kind erziehen. Zum anderen gibt es dann auch die Eltern, die sagen: »Früher hätte es da keine Diskussion gegeben. Ab aufs Boot und fertig.« Und nicht zu vergessen sind die, die an der Stelle erkunden wollen, welche Bedürfnisse das Kind in dem Moment hat und wie sie zu befriedigen sind, sodass das Kind keinen Schaden nimmt für die weitere Entwicklung.

In jedem Fall passiert etwas mit dem Kind in dieser Situation. Es ist ein Lernprozess für Kind und Eltern:

Variante 1: Das Kind lernt, dass es einen eigenen Willen hat, der von den Erwachsenen nicht respektiert wird.

Variante 2: Das Kind lernt, dass es manchmal seine Privatinteressen dem der Mehrheit unterordnen muss

Im ersten Fall könnte das tatsächlich als traumatisches Erlebnis abgespeichert werden. Im zweiten Fall lernt das Kind die Grundregeln der Demokratie.

Was wir nicht vorhersehen können, ist das, was unsere Worte, unsere Intervention nun genau beim Kind bewirken. Hier spielen viele Faktoren eine Rolle, wie Resilienz, Frustrationstoleranz und vor allem eine sichere Bindungserfahrung.

Der Dialog geht weiter:

Mutter: »Auf dem Schiff gibt's leckeres Eis.«

Clara: »Okay, ich will mit dem Schiff fahren.«

Sie sehen also: alles halb so schlimm. Kinder leben nach dem Lustprinzip. Sie denken nicht wie Erwachsene und sehen die Welt auch nicht wie Erwachsene.

Kaputte Seelen entstehen in der Regel davon nicht. Wir dürfen aus meiner Sicht den Begriff der Traumatisierung nicht so inflationär benutzen, wie es seit einiger Zeit Mode ist.

Wir müssen wieder lernen, zwischen Konflikten und Meinungsverschiedenheiten, die wir mit ein bisschen Anstrengung selbst lösen können, und den wirklichen Traumatisierungen, die unsere Seele kaputt machen und deren Auswirkungen wir ein Leben lang mit uns herumtragen, zu unterscheiden. Der Titel meines Buches soll genau das ausdrücken. Es beschreibt Traumatisierungen, die vor allem bei Kindern schwere

Schäden an der Seele anrichten können. Ich möchte dabei besonders auf die neuen Herausforderungen eingehen, die unsere Kinder aktuell meistern müssen und bei denen wir Erwachsene nicht wirklich eine Hilfe sind, weil wir selbst damit zu kämpfen haben, diese Herausforderungen zu bewältigen. Damit meine ich beispielsweise die derzeitigen Kriege oder die Corona-Pandemie, die Auswirkungen auf uns haben und Existenzängste hervorbringen.

Die Kindheit und auch das spätere Leben sind niemals frei von Szenen, Worten oder Gesten, die uns missfallen und die uns sogar sehr weh tun. Ein wirkliches Trauma entsteht dadurch aber nicht. Das müssen wir unbedingt berücksichtigen. Ich möchte in diesem Buch ganz klar Traumatisierung von Konflikten abgrenzen. Ich möchte dafür sensibilisieren, die Psyche unserer Kinder (und auch die der Erwachsenen) zu stärken, statt sie weiter zu destabilisieren. Dafür ist es notwendig zu erklären, was genau die Abgrenzung zwischen Traumatisierung und Konflikt ist. Und vor allem, wie wir die Psyche der Kinder wieder stärken. Deshalb widme ich auch ein Kapitel dem Erziehungsverhalten. Starke Kinder bekommen wir nur, wenn wir ihnen etwas zutrauen. Und nicht dadurch, indem wir ihnen jeden Stein aus dem Weg räumen.

Wir leben in einer Zeit, in der wir keine täglichen Kämpfe ums blanke Überleben führen müssen. Säbelzahniger und Mammuts, bei deren Anblick ich in Stress geraten könnte, gibt es nicht. Uns steht ein hohes Maß an Bildung zu. Die Forschung macht in den letzten Jahren große Entdeckungen, die uns das Leben erleichtern. Körperlich gesehen hat sich im Vergleich zum Leben meiner Eltern sehr viel getan. Möglicherweise verlieren wir dadurch aber einen Ausgleich, der uns dabei hilft, mit den vielen kleinen Mammuts im Alltag gelassener umgehen zu können.

Die Zahl der Menschen mit psychischen Auffälligkeiten nimmt seit Jahren stetig zu. Seit der Corona-Pandemie erst recht. Die Seelen unserer Kinder sind kaputter als in früheren Generationen. In meiner über 30-jährigen Berufspraxis kann und muss ich feststellen, dass die Seelen unserer Kinder kaputter sind als in früheren Generationen. Sie sind überempfindlich und sehr auf sich bezogen.

Als Therapeutin sehe ich diese kaputten Seelen auch bei meinen Klienten. Die Klienten sind nicht psychisch krank, haben keine Diagnosen – sie sind aber trotzdem kaputt. Wirre, ohne Plan, rastlos! Sie haben keine Handlungsstrategien mehr, können nicht mehr reagieren. Sie lassen sich steuern, haben schon längst ihre Eigenverantwortung aufgegeben, sind resigniert.

In Teams herrscht kollektive Depression. Die Arbeit ist schwer, die Bedingungen kaum noch zu ertragen. Man schleppt sich zur Rente oder zum Arbeitsamt. Man ist erschöpft, nicht nur abends nach der Arbeit.

Die Gesellschaft ist kaputt: Gespalten, verängstigt und verbittert. Wir wollten Flowerpower und haben Hass. Im Netz, im Straßenverkehr, in der Nachbarschaft, überall.

Wir beobachten zum wiederholten Mal unsere Nachbarn und weisen sie zurecht. Einfach so. Weil wir es können. Und weil es wieder gesellschaftsfähig ist. Unter dem Deckmantel *Aufeinander aufzupassen* werden wir gebeten zu petzen. Das abzuschaffen war ein Grund, weshalb ich 1989 auf die Straße gegangen bin. Nun ist es wieder da. Denunziantentum! Das macht uns kaputt. Vertrauen geht verloren, unser Sicherheitsempfinden müssen wir fast täglich neu justieren. Nichts ist verlässlich.

Da ist es nicht verwunderlich, wenn wir für uns neue Werte festlegen und diese wie Löwen verteidigen. Unsere Werte kann uns keiner nehmen, die sind in meinem Kopf. Ob die Werte nun gut, also demokratisch sind oder ob die mich zum Diktator machen, ist egal. Hauptsache, ich habe für mich etwas Verlässliches. Und wenn der Nachbar auf dem Fußweg parkt, muss er eins auf die Mütze kriegen. So geht das doch nicht! Kaputte Welt – wohin man sieht!

Kinder leiden da besonders. Kaputte Eltern erziehen kaputte Kinder! Kinder brauchen starke Erwachsene, um zu starken Kindern heranzuwachsen. Stattdessen wachsen sie partnerschaftlich auf als Prinzessinnen und Prinzen mit eigener Bedienungsanleitung. Normalerweise bereiten wir die Kinder auf die Welt vor. Heute bereiten Eltern die Welt auf ihr Kind vor. Unsere Toleranz wird auf eine harte Probe gestellt. Vielfalt kennt keine Grenzen! Das alles zu verarbeiten, macht uns kaputt!

Nun kommen neue Bedrohungen: Pandemie, Krieg, Energiekrise, Klimaschutz, Klimaaktivismus ... Wie soll man bei all dem noch resilient bleiben? Wir kriegen immer mehr auf die Mütze und sollen dabei noch fröhlich sein? Wem sollen wir glauben? Was sollen wir denken? Was dürfen wir sagen?

Ein bekannter Medienpädagoge hat mir neulich erzählt, dass wir in Deutschland zwar Meinungsfreiheit haben, aber keine Redefreiheit! Aha, so soll das also sein ... da weiß man einfach nicht, was man sagen soll! Kaputte Seelen – überall!

Dabei geht es uns so gut wie nie. Wir haben keine existenziellen Ängste in unserem Sozialstaat. Wir müssen nicht hungern, haben ein Dach über dem Kopf. In der Bedürfnispyramide stehen wir ganz oben. Wir können uns selbst verwirklichen. Uns stehen alle Türen offen. Ich kann als Frau sogar Jobs machen, für die ich gar nicht kompetent bin. Es gibt ja die Geschlechterquote.

Also was macht uns dann so kaputt? Haben wir zu viel? Zu viel Zeit? Zu viel Wohlstand? Zu viel Bildung? Heute sind wir so viel schlauer als unsere Vorfahren. Studierende sind eingefahren in ihrer gelernten Ideologie, denken kaum noch über den Tellerrand hinaus. Ideologie geht über Gemeinwohl. Das macht kaputt! Wir gendern bis zur Ohnmacht, kleben uns für das Klima auf die Straße und schütten Kartoffelbrei auf weltberühmte Kulturgüter.

Wie will man diese Welt noch verstehen? Unsere Weltbilder klaffen weiter auseinander als jemals zuvor im Generationskonflikt – bei den eigenen Kindern, in Arbeitsteams, in der Politik.

Leistungen werden nicht mehr anerkannt. Auf der einen Seite propagieren wir heile Welt und Gutmenschentum – auf der anderen Seite entsteht Hass und Börsartigkeit. Angst ist unser ständiger Begleiter, wir können zu keiner Zeit im Leben mehr in uns ruhen. Wir sind Getriebene und lassen uns leben, statt selbst unseren Lebensbus zu fahren. Kaputte Seelen – verletzte Seelen!

Ich weiß, dass jetzt vielleicht viele von Ihnen denken: »Oh man, die sieht aber alles negativ. So schlimm ist es doch gar nicht!« Ich hoffe, dass es

nicht so schlimm ist. Aber ich finde, es muss auch mal in aller Härte gesagt werden dürfen!

Welches Weltbild wollen wir unseren Kindern weitergeben? Kinderseelen sind besonders anfällig für Verletzungen. Und uns Erwachsenen fehlt manchmal das Feingefühl im Umgang mit unseren Kindern. Was können wir ihnen tatsächlich zutrauen? Was sollten wir lieber von ihnen fernhalten? Wo müssen wir sie stark machen, damit sie damit umgehen können, ohne Schaden zu nehmen?

Die Auswirkungen der Pandemie können wir von unseren Kindern nicht fernhalten. Sie werden täglich sehr stark damit konfrontiert. Sie sind aber auch die Menschen, die in einer zukünftigen, ähnlichen Situation anders agieren können, weil sie es schon mal erlebt haben und möglicherweise besser aus den Fehlern lernen, als sie es im Moment von uns erleben.

Krieg, Unglücke und Naturkatastrophen sollte kein Kind erleben müssen und trotzdem sind viele davon betroffen. In diesen Situationen kommt es ganz stark auf die Eltern an. Die müssen in der Lage sein, ihren Kindern einen sicheren Rahmen zu bieten.

Anders ist das bei häuslicher Gewalt. Hier sind die Personen, die beschützen müssten, die Täter. Ob nun ein Elternteil oder alle zwei. Einer schaut meistens weg und unternimmt nichts. Das Kind muss sehr lange in Furcht vor den Personen leben, von denen es eigentlich nur geliebt werden will.

Kinder vergessen nicht! Auch wenn wir das gerne denken wollen. Sie verdrängen, sie leiden entweder still oder sie kompensieren ihre Gefühle über Verhalten, welches wir als auffällig definieren. Sie reagieren aber immer auf traumatische Erlebnisse, auf inadäquates Erziehungsverhalten, auf alles, was in ihrer Umgebung passiert.

In jedem Fall entstehen aber Bindungsstörungen, die für das betroffene Kind fatale Folgen haben können. Auf das Thema *Bindung und Bindungsstörung* gehe ich im zweiten Teil des Buches noch sehr intensiv ein. Denn wenn Bindungsstörungen bestehen, ist es für Betroffene oftmals unmöglich, authentische, enge und intime Beziehungen zu anderen Menschen aufzubauen. Die Auswirkungen auf das gesamte Leben können massiv sein und zu einem Gefühl der Isolation, Einsamkeit und

Verzweiflung führen. Die Folgen von Bindungsstörungen können weitreichend und langfristig sein. Betroffene haben oft das Gefühl, nicht wirklich zu leben und können sich nur schwer mit anderen Menschen verbinden. Das kann ein Gefühl der Hoffnungslosigkeit und depressive Verstimmungen verursachen.

Ich glaube nicht, dass wir unseren Kindern nachhaltig auf diese Weise Schaden zufügen wollen. Bei inadäquatem Erziehungsverhalten steckt oft keine Absicht dahinter. Bei Gewalt schon. Und die Erwachsenen, die heute behaupten, dass ihnen die Prügel aus der Kindheit nicht geschadet haben, mussten sich das einreden, um es psychisch zu überleben. Denn wenn es nicht geschadet hätte, wüssten sie es heute nicht mehr.

Kaputte Seelen – in einer Zeit, wo es uns quasi an nichts fehlt. Wir haben alles und doch fehlt es uns an psychischer Widerstandsfähigkeit. Wenn wir als Erwachsene schon Probleme damit haben, unser Leben resilient zu leben, wie geht es dann unseren Kindern? Wie zäh ist die Psyche unserer Kinder?

Die Welt hat sich stark verändert. Unsere Kinder werden in ihren Kindertagen bereits mit Problemen konfrontiert, die die Generationen vor ihnen gar nicht oder zumindest nicht in diesem Ausmaß erleben mussten. Erwachsene können Kindern die Welt nicht mehr so erklären, wie es für Kinder angemessen wäre. Sie haben selbst Angst und sind überfordert. Kinder können ihre Welt nicht mehr verarbeiten, werden traumatisiert durch ihre Umwelt und nicht mehr richtig beim *Großwerden* unterstützt. Sie müssen früh *ticken* wie Erwachsene. Das tut der kindlichen Psyche nicht gut.

Oder übertreiben wir es mit der Fürsorge? Helikoptereltern kreisen rund um die Uhr um ihre Kinder aus Angst, diese müssten Probleme selbst lösen. Können wir uns überhaupt noch in unsere Kinder hineinversetzen? Haben wir die Muße und die Intuition, uns bedingungslos auf unsere Kinder einzulassen, ihnen zuzuhören, zu spüren, was jetzt gut für sie wäre? Der ganz normale Alltag wird für Beziehungen jeder Art schon zur Belastungsprobe. Wie können wir da erst recht in Krisensituationen gute Beziehungen pflegen?

Mit Intuition sind wir alle ausgestattet, wir können aber nur auf unsere Intuition zurückgreifen, wenn wir bei uns sind. In der Welt, in der wir leben, ist es allerdings fraglich, wie oft oder ob wir überhaupt noch bei uns sein können.

Ein gutes Beispiel für Intuition ist die Motherese, die Ammensprache. Alle Eltern kennen das Phänomen: Wir verändern unsere Sprache, wenn wir mit unseren Neugeborenen kommunizieren, um so instinktiv die Lernprozesse unseres Nachwuchses zu unterstützen. Diese entwicklungsbedingten Anpassungen auf unterschiedlichen Ausdrucksebenen (Sprache, Prosodie, Bewegung, Gestik und Mimik) gehören zu unserem intuitiven Verhaltensrepertoire und helfen dem Kind dabei, das sprachliche und motorische Handeln effektiv zu strukturieren.

Mit der Sprachform der Motherese sind wir emotional eingestimmt, wir sind beieinander und verstehen uns quasi blind. Mit dieser Fähigkeit sprechen wir also ganz intuitiv *Elterisch*, weil wir spüren, dass unsere Kinder nichts anderes verstehen. In letzter Zeit muss ich jedoch beobachten, dass selbst diese Intuition der Pseudo-Vernunft weichen muss. Das Kind soll von Anfang lernen, richtig zu sprechen. Also nichts da mit »Da Da«, »Ei Ei« und »Dei Dei«. Spätestens seit den *Teletubbies*¹ ist das sehr verrufen.

Gerade deshalb verstehe ich nicht, weshalb die Sprachentwicklung unserer Kinder seit Jahren rückläufig ist. Es werden bereits extra Förderprogramme aufgelegt, um die Sprachentwicklung zu fördern. Was ist da los?

Wenn wir aber denken, dass Kinder über Verstehen erzogen werden können, überfordern wir die Psyche der Kinder. Denn um verstehen zu können, bedarf es der Mitentwicklung der geistigen Fähigkeiten. Um Zusammenhänge verstehen zu können, müssen komplexe Denkleistungen möglich sein. Kinder denken deshalb anders als Erwachsene, weil sie noch keine Zusammenhänge kennen und diese erst erlernen müssen. So denken Kinder beispielsweise in Bildern, während Erwachsene die Zusammenhänge aus der Logik schlussfolgern können. Das logische und auch das räumliche Denken müssen Kinder im Laufe der Jahre – und im

Laufe des gesamten Lebens – erlernen und immer weiter verfeinern. Wir lernen schließlich nie aus.

Auch an dem Spruch »Kinder denken mit dem Herzen« ist übrigens etwas dran. Vor allem im Alter von drei bis vier Jahren können Kinder beispielsweise schon instinktiv denken – jedoch bezieht sich das nur auf sie selbst. Sie können sich nicht in andere hineinversetzen. Trotz dieses Wissens verlangen wir von unseren Kindern Denkleistungen, die sie entwicklungsbedingt noch gar nicht erbringen können. Und wir sind besonders stolz auf unsere Kinder, wenn sie vermeintlich richtig handeln. Dabei verwechseln wir Denkleistung mit Konditionierung.

Damit Kinder eine gute psychische Widerstandsfähigkeit entwickeln können, muss eine gute, tragfähige, verlässliche Bindung in den ersten Lebensjahren entstanden sein.

Die zweite große Sache zwischen Erwachsenen und Kindern ist also die Bindungstheorie. In erster Linie entsteht Bindung zwischen den Eltern und dem Kind. Jeder andere Erwachsene, der mit dem Kind zu tun hat, geht allerdings auch eine Bindung ein und die kann für das jeweilige Kind durchaus prägend sein. Eltern könnten also spüren, welches Bedürfnis beim Kind gerade besteht und befriedigt werden müsste. Beim Kind wohlgemerkt, ich meine nicht das Bedürfnis der Eltern. Es ist wichtig, adäquat auf das Bedürfnis des Kindes zu reagieren. Ansonsten entstehen Erziehungsfehler, die möglicherweise traumatisierend sein können. Diese entstehen aber unweigerlich, weil wir Erwachsenen eben nicht immer zu 100 Prozent beim Kind sein können, weil wir diese Herausforderung nicht mal als Pädagoge schaffen können. Wir sind manchmal abgelenkt, haben andere Sachen im Kopf und sind unkonzentriert. Da geht die Intuition schon mal verloren. Denn wir denken erwachsen! Kinder und Erwachsene denken leider nicht auf einer Wellenlänge, deshalb sind Missverständnisse vorprogrammiert.

Nun leben wir in einer Zeit, die uns auf unterschiedliche Art und Weise überfordert. Wir wollen immer nur das Beste für uns und erst recht für unsere Kinder. An die negativen Aspekte der eigenen Kindheit erinnert muss in der eigenen Erziehung nun das krasse Gegenteil passieren, da

das dem eigenen Kind nicht zugemutet werden kann. Natürlich sollen Kinder heute nicht mehr zum Essen bestimmter Speisen gezwungen werden. Kinder können allerdings noch nicht für sich selbst entscheiden, auch wenn wir das gerne glauben wollen. Kinder handeln nach dem Lustprinzip. Deshalb kann es gut sein, dass sie heute Brokkoli verabscheuen, ihn aber morgen essen würden. Nur wird dem Kind morgen keine Brokkoli mehr serviert.

Beherrschen wir die Sprache unserer Kinder überhaupt noch? Sind wir tatsächlich in dieser Welt noch in der Lage, beim Kind zu sein? Seit den neunziger Jahren werden Kinder dazu erzogen, sich selbst in den Mittelpunkt der Welt zu rücken. Es geht immer und überall um das Kind und seine Bedürfnisse. Wie kann das Kind dann lernen, die Bedürfnisse von anderen zu sehen? Wir lernen von klein auf, dass Selbstfürsorge vor dem Gemeinwohl steht.

Außerdem leben wir in einer Zeit, die uns und unsere Psyche vor immer neue Herausforderungen stellt. Diese Herausforderungen müssen psychisch verarbeitet werden, unser Gehirn hat für die neuen Herausforderungen keine Vergleichsmöglichkeiten mehr. Wir haben so etwas noch nie zuvor erlebt, müssten jetzt aber Strategien bilden, die schützend sind für unsere Psyche. Stattdessen bekommen wir Angst, diffuse Angst. Und diese Angst lässt uns handeln. Aus der Angst heraus ist es allerdings fraglich, ob unser Handeln zielführend ist. Während der Corona-Pandemie war aus meiner Sicht das Handeln nicht immer zielgerichtet. Es war genauso diffus wie unsere Angst.

Ein Wort noch zu den sogenannten Helikopter- oder Curling-Eltern: Die Kategorisierung erhitzt die Gemüter immer wieder. Jeder Elternteil möchte das Beste für sein Kind. Es gibt so viele Elternratgeber wie Kochbücher. In jedem steht etwas anderes drin. Wie soll man sich da noch zurechtfinden? Der Intuition wird nicht vertraut, viele junge Eltern haben kein Standing mehr, zu dem zu stehen, was sie für richtig halten. Jeder weiß besser, was hätte getan werden können.

Ich möchte eigentlich nicht den pädagogischen Zeigefinger heben, trotzdem muss ich in diesem Buch einige entwicklungspsychologische

Besonderheiten ansprechen, wo dieser besagte Zeigefinger deutlich winkt. Denn wenn wir über neue Gefahren für die Psyche unserer Kinder sprechen, dann müssen wir uns auch über die Wirkung unseres Erziehungsverhaltens unterhalten und uns dieser bewusst machen.

Zur Unterlegung einiger Theorien in diesem Buch habe ich mehrere Umfragen mit Pädagogen durchgeführt. Ich unterrichte Erzieher in der *Heilpädagogischen Zusatzqualifikation* und in der Zusatzqualifikation als Leiter bzw. Leiterin einer Kita an Fachschulen in Leipzig und Riesa und habe damit einen leichten Zugang zu Probanden. Ihre praktische Sicht auf pädagogische Entwicklungen habe ich in verschiedenen Kapiteln einbezogen.

Hinweis:

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in diesem Buch bei Personenbezeichnungen und personenbezogenen Hauptwörtern die männliche Form (das generische Maskulinum) verwendet. Sämtliche Angaben beziehen sich jedoch selbstverständlich auf Angehörige aller Geschlechter.

Mein Warum

Warum schreibe ich dieses Buch? Es gibt schon eine riesige Menge an Büchern, die sich mit *Kindheit und Trauma* befassen, es gibt eine Menge Erziehungsratgeber und Bücher, die beschreiben, wie wir Kinder heute erziehen und behandeln sollen. Und ehrlich, ich will auf gar keinen Fall einen Erziehungsratgeber schreiben.

Es gibt aber bisher noch nicht so viele Bücher, die sich mit den Problemen der Jetztzeit befassen. Die einen Versuch starten, zu erklären, was Pandemien, Krieg und Naturkatastrophen bei Kindern anrichten können. Eine Traumatisierung in einer Dimension, die uns bisher weitestgehend verschont hat. Die uns, aber auch vor allem den Kindern, jetzt neue Verhaltensweisen und psychische Fähigkeiten abverlangt.

Seit vielen Jahren bilde ich Erzieher und Heilpädagogen aus. Sie berichten über Veränderungen im Verhalten von Kindern und Jugendlichen, was in erster Linie auf einen veränderten Erziehungsstil seit den neunziger Jahren zurückzuführen ist. Natürlich hat sich auch die Elternarbeit stark verändert. Eltern sind anstrengender und fordernder. Sie verbreiten beim pädagogischen Personal Angst und Unsicherheiten durch übertriebene Vorsorge oder Forderungen, die im pädagogischen Alltag mit bis zu 18 Kindern in einer Gruppe nicht umzusetzen sind. Erziehungspartner-schaft kann nicht entstehen, wenn man sich als Konkurrenz betrachtet.

Kinder erleben uns Erwachsene oft nicht mehr als starke Erwachsene, die Halt und Zuversicht geben können. Sie erleben uns eher als überforderte Menschen. Überfordert von der riesigen Informationsflut, von der ständigen Erreichbarkeit, von unserem Streben nach Selbstverwirklichung. Unter diesen Umständen ist es uns fast nicht mehr möglich, eine Bindung aufzubauen, die uns intuitiv das Richtige machen lässt.

Was es für unsere Kinder bedeutet, in diesen unsicheren Zeiten zu leben, beleuchte ich in diesem Buch. Ich möchte die Leser dieses Buches zum Nachdenken anregen. Nachdenken darüber, wo die allgemeine

Überforderung noch hingehen soll. Und wie wir am gesündesten mit dieser Überforderung umgehen können.

Vor kurzem habe ich folgenden Spruch gelesen: »Eine Generation, die zunehmend in den besten Lebensjahren mit Burnout zu kämpfen hat, entwirft für ihre eigenen Kinder einen Lebensweg mit noch mehr Tempo, noch mehr Leistung und noch mehr »Förderung«. Sie funktionierte Kindergärten zu Schulen um, weil sie glaubt, Kinder, die früh Mathematik lernen, seien schneller am Ziel. Moment einmal – an welchem Ziel?«² Ja, so könnte man das Trauma von heute zusammenfassen. Kinder können nicht mehr Kinder sein. Sie werden zu früh in die Erwachsenenwelt hereingeholt. Der Entwicklung der kindlichen Psyche wird nicht genügend Beachtung geschenkt. Die Vielfalt in unserer Gesellschaft ist ein großer Fortschritt, wir benötigen aber auch eine gewisse Fähigkeit, mit dieser Vielfalt umzugehen, sie zu ertragen. Denn Vielfalt bedeutet Vieldeutigkeit und Unsicherheit. Wir brauchen also Ambiguitätstoleranz, denn die bezeichnet vereinfacht die Fähigkeit, »Vieldeutigkeit und Unsicherheit zur Kenntnis zu nehmen und ertragen zu können«³.

Kinder sind unser höchstes Gut. Es ist nicht immer einfach mit ihnen, aber ohne sie wäre es auch nicht schön auf dieser Welt. Wir muten ihnen sehr viel zu, erziehen sie partnerschaftlich und erklären ihnen eine Welt, die uns selbst unerklärlich ist. Wir bieten Schutz und lieben sie bedingungslos. Leider funktioniert das nicht immer. Noch viel zu oft werden Kinder misshandelt, körperlich und psychisch. Dann vergessen wir, dass wir sie beschützen müssen. Stattdessen üben wir Macht aus über Lebewesen, die uns vermeintlich unterlegen sind. Diesen Kindern ist dieses Buch gewidmet. Ich will die starke Stimme sein, die den Erwachsenen die Augen öffnet und sie dafür sensibilisiert, sich dem Thema *Trauma* zu stellen.

Seit Jahren berichten mir meine Erzieher und Heilpädagogen, dass die Bedingungen in den pädagogischen Einrichtungen immer schlechter werden. Der Personalmangel ist mancherorts bereits so gravierend, dass wir nicht mehr von einer guten Betreuungsqualität sprechen können.

Im Internet lese ich dieser Tage, dass der Eigenbetrieb Kita aus meiner Heimatstadt Halle/Saale meldet, dass 42 Prozent der Mitarbeiter krank

sind. Es sind nicht nur Ausfälle, die der Corona-/Grippezeit geschuldet sind, sondern es handelt sich bei einem großen Teil um Langzeitkranke.⁴ Wenn ich mich recht erinnere, habe ich auch schon Schlagzeilen gelesen wie »Wir steuern auf eine Betreuungs- und damit Bildungsmisere hin«. Das ist seit Jahren bekannt. Bisher ist nicht viel passiert, um gegenzusteuern.

Alles, was ich in diesem Buch versuche zu vermitteln, benötigt eine andere Denkweise, eine andere Herangehensweise an Kinder und Jugendliche mit herausforderndem Verhalten. Diese Kinder brauchen vor allem beständige Bezugspersonen, die so in sich ruhen, dass sie eine *heilende* Beziehung zum Kind aufbauen können.

Im heilpädagogischen Kontext wäre das die Voraussetzung dafür, dass die Förderarbeit überhaupt Sinn macht. Die Realität sieht oft so aus, dass der Leidensdruck für die betroffenen Kinder und Jugendlichen weiterwächst, weil sie immer wieder spüren, dass man ihnen nicht gewachsen ist. Wir fördern nicht, wir bändigen!

Es ist zum einen mein Anliegen, die Politik aufzufordern, sich eindeutiger zu positionieren, die Erzieherausbildung zu reformieren und die Bedingungen für die Betreuungssituation so zu überdenken, dass die Zukunft unseres Landes entsprechend gefördert werden kann, sodass sie später als starke Erwachsene in der Gesellschaft agieren können.

Zum anderen ist es mir ein großes Bedürfnis, den Pädagogen und natürlich auch interessierten Eltern Rüstzeug an die Hand zu geben, damit sie in der täglichen Interaktion mit den betroffenen Kindern das Leid so mindern können, dass die Kinder trotzdem ein schönes Leben haben, und sie selbst in der Lage sind, durch adäquates Erziehungsverhalten psychische Nachreifungsprozesse zu initiieren.

Es kann nicht sein, dass wir politische Fehlentscheidungen auf dem Rücken derer austragen, die sich selbst nicht helfen können. Deren Seelen daran kaputtgehen, dass wir nicht wissen, wie wir ihnen wirklich helfen können. Deshalb muss dieses Buch in die Welt. Deshalb muss es Weiterbildungen geben, die den Pädagogen psychologische und neurowissenschaftliche Kenntnisse vermittelt und sie darin stärkt, ihre Verantwortung gegen alle Widerstände im Innen und Außen zu verteidigen.

Pluralität im Erzieher-Sein geht aus meiner Sicht nach hinten los. Es kann nicht jeder machen, was er will. Wir brauchen Konzepte, die wirklich Hilfe bringen, und keine weiteren Experimente.

Und es braucht Angebote für Eltern, um die Überforderung zu minimieren. Nicht, um noch mehr Verwirrung zu sorgen. Wir brauchen starke Eltern, die sich zutrauen, ein oder mehrere Kinder zu erziehen. Die sich auf ihre Intuition verlassen können, damit psychisch ausgeglichener zu sein und somit ihren Kindern die nötige Ruhe vermitteln können, dass alles gut wird.

Die Weiterbildungsangebote für die Pädagogen bedürfen aus meiner Sicht einer Mischung aus wissenschaftlichen Inhalten und guten praktischen Übungen, die sofort in den pädagogischen Alltag integriert werden können, um die Unsicherheiten im Umgang mit den Kindern zu beseitigen.

Ich würde mir sehr wohl eine Reform der Erzieherausbildung wünschen. Nicht nur inhaltlich, sondern auch strukturell. Dafür wäre aber notwendig, dass sich Politiker und Wissenschaftler mehr mit der Praxis beschäftigen und nicht so sehr theoretische Entscheidungen treffen.

ENDE der Leseprobe



Bestellen Sie "Kaputte Seelen" unter:
<https://mentoren-verlag.de/werke/kaputte-seelen-das-buch/>
oder überall, wo es Bücher gibt.

Ihr nächster Schritt

Wenn Sie mehr zum Thema *Trauma- und Heilpädagogik* wissen möchten, kann ich Ihnen meine Kurse empfehlen. Mein Faible für die Neurowissenschaft soll in einer neuen Fortbildung – *Neuropädagogik* – Gestalt annehmen. Alle Kurse finden sowohl in Präsenz als auch online statt. Sprechen Sie mit mir, welche Variante für Sie die beste wäre. Auf meiner Homepage finden Sie alle Informationen.



Besuchen Sie meine Website oder rufen Sie mich an. Scannen Sie hierfür einfach den QR-Code oder rufen Sie folgenden Link ab:

<https://www.ineswagner.eu>

Ich komme auch zu Ihnen, wenn Sie ein Inhouse-Seminar buchen möchten.

Ich freue mich auf Sie!

Kaputte Seelen: Das Arbeitsbuch

Sie möchten umsetzen, was Sie in diesem Buch gelernt haben?
Dann freuen Sie sich auf das ergänzende Arbeitsbuch mit vielen weiteren Anleitungen und Übungen.



Ines Wagner
Kaputte Seelen verstehen und heilen
Praktische Übungen und Anleitungen
Telemach-Verlag
ISBN: 978-3-98641-086-5
€ 29,99 [DE]
ET: Q1-2024

Pandemien, Existenzängste, Naturkatastrophen, aber auch häusliche Gewalt, Mobbing und Armut belasten nicht nur Erwachsene, sondern vor allem die Kinder, die diese Auswirkungen direkt zu spüren bekommen. Gerade unser Nachwuchs muss neue Herausforderungen meistern, bei denen wir Erwachsene keine große Hilfe sind, da wir selbst damit zu kämpfen haben. Das belastet nicht nur das Miteinander in unserer Gesellschaft, sondern zerstört auch langsam die Psyche unserer Kinder. Sie können nicht mehr Kinder sein und gehen daran kaputt.

Erfahren Sie in diesem Buch, was Sie als Eltern und Pädagogen unternehmen können, um Kinder vor solchen Bedrohungen zu schützen. Ines Wagner zeigt in diesem hilfreichen Buch auf, was die Gefahren unserer Gegenwart bei Kindern anrichten und wie Sie Ihren Nachwuchs idealerweise darauf vorbereiten können, mögliche Traumata erkennen und diese verhindern. Unsere Gesellschaft ist vielfältig. Lernen Sie, mit dieser Vielfalt umzugehen und die Zukunft unserer Kinder zu fördern.



Ines Wagner ist seit über 30 Jahren in der Pädagogik tätig. Neben ihrer Ausbildung zur Erzieherin, Heilpädagogin und Sozialpädagogin absolvierte sie 2012 die Fortbildung in Integrierter Lösungsorientierter Psychologie sowie 2021 die Ausbildung zum zertifizierten Neurocoach. Seit März 2023 macht sie eine Ausbildung zum Master of cognitive neuroscience.

Heute ist Ines Wagner vorwiegend in der Lehre tätig, um ihr Fachwissen in der Entwicklungspsychologie in Verbindung mit neurowissenschaftlichen Erkenntnissen weiterzugeben. Ihre Mission ist es, gerade Pädagogen dafür zu sensibilisieren, mit herausfordernden (traumatisierten) Kindern zu arbeiten, sich an dieses schwierige Thema heranzuwagen und die eigene Angst davor zu besiegen.

