

Pressemitteilung

Traumatisierten Kindern richtig helfen

www.elternratgeber-fluechtlinge.de auf Ukrainisch und Russisch

Berlin, 25. März 2022: Unter den ukrainischen Flüchtlingen sind viele Kinder und Jugendliche, die Kriegsgreuel erlebt haben. Die Erinnerungen an die fürchterlichen Ereignisse brennen sich häufig in das Gedächtnis ein. Sie vergehen nicht, sondern kehren immer wieder. Kinder und Jugendliche reagieren sehr unterschiedlich und jeweils auf eigene Weise auf Ereignisse, die zu viel für sie waren. Manche ziehen sich zurück. Sie sind niedergeschlagen und traurig. Andere sind sehr unruhig oder viel aktiver als früher. Große Kinder benehmen sich plötzlich wie kleine Kinder. Manchmal machen sie nachts wieder ins Bett. Andere Kinder wollen alles bestimmen und unter ihre Kontrolle bringen. Ältere Kinder und Jugendliche sagen manchmal, dass sie nicht mehr an die Zukunft glauben. Sie sagen, dass sie nicht erwachsen oder alt werden.

Ein Kind, das schreckliche Ereignisse nicht vergessen kann, sollte nicht bedrängt werden. Es kann sich nicht zusammenreißen und sich wieder normal verhalten. Es kann seine Erinnerung nicht verscheuchen, auch wenn es das will. Fühlt sich das Kind gezwungen, seine Gedanken und Gefühle zu verbergen, sind diese Gedanken und Gefühle nicht einfach weg. Sie sind weiter da. Es ist für das Kind aber noch schwieriger, mit ihnen zu leben. Das Wichtigste, was ein traumatisiertes Kind braucht, ist zualererst das Gefühl, sicher und aufgehoben zu sein. Eltern sollten ihren Kindern immer wieder sagen, dass der Krieg jetzt weit weg ist und es dort, wo es nun ist, nicht mehr durch den Krieg bedroht ist. Sie sollten viel mit ihren Kindern zusammen sein und sie möglichst nicht in einer fremden Umgebung allein lassen. Eltern können ihren Kindern mit Kriegserlebnissen nicht oft genug zeigen, dass sie sie mögen und gerne mit ihnen zusammen sind. Das, was das Kind dann am meisten braucht, ist Geborgenheit.

Die Bundespsychotherapeutenkammer (BPTK) hat für Flüchtlingseltern einen Ratgeber herausgegeben, der erklärt, wie sie richtig auf ihre traumatisierten Kinder reagieren können. Dieser Ratgeber ist als Webseite verfügbar: www.elternratgeber-fluechtlinge.de oder www.parent-refugees.de. Er ist auch in das Ukrainische und Russische übersetzt sowie auf Deutsch, Englisch, Arabisch, Kurdisch und Persisch zu lesen. Außerdem gibt es ein ausdrucksbares Plakat mit QR-Code, das auf die Webseite aufmerksam macht.

Ihr Ansprechpartner:

Kay Funke-Kaiser

Presse- und Öffentlichkeitsarbeit

Telefon: 030. 278 785 - 21

E-Mail: presse@bptk.de