

# Psychologische Erste Hilfe für Kinder

Eintägiges Trainingsprogramm



# Teil 1

## Willkommen und Einstieg



Piero Chiussi/Save the Children

# Trainingsprogramm

- Teil 1 Willkommen und Einstieg
- Teil 2 Was ist Psychologische Erste Hilfe für Kinder?
- Teil 3 Reaktionen von Kindern in belastenden Situationen
- Teil 4 Identifizierung von Kindern, die Psycholog. Erste Hilfe benötigen
- Teil 5 Kommunikationstechniken der Psychologischen Ersten Hilfe
- Teil 6 Abschluss

## Teil 2

Was ist Psychologische  
Erste Hilfe für Kinder?



Save the Children

# Psychologische Erste Hilfe ist:



Ein Akt zwischenmenschlicher Unterstützung für einen Mitmenschen, der leidet oder Hilfe benötigt.

- ▶ *WHO, War Trauma Foundation und World Vision International (2011), basierende auf dem Sphere Handbook (2011) & den MHPSS Leitlinien des IASC (2007)*

## Zu Psychologischer Erster Hilfe gehört:

- Praktische Hilfe und Betreuung zu leisten, ohne sich aufzudrängen
- Bedürfnisse und Sorgen in Erfahrung zu bringen
- Betroffenen akute Hilfe, Informationen und weitere Unterstützung zu vermitteln
- Betroffene zu beruhigen und zu trösten
- Betroffene vor weiteren Belastungen zu schützen

# Psychologische Erste Hilfe...

- wird nicht nur von medizinischen Fachleuten geleistet
- ist keine Therapie
- ist keine medizinische oder psychiatrische Intervention, kann aber Teil einer guten medizinischen Betreuung sein
- ist keine Stressbearbeitung nach belastenden Ereignissen (SbE)
- bedeutet nicht, Betroffene aufzufordern, selbst zu analysieren, was passiert ist oder Geschehenes einzuordnen
- bedeutet nicht, Betroffene zu drängen, ihre Geschichte zu erzählen
- bedeutet nicht, Betroffene nach Details zum aktuellen Gefühlszustand zu fragen

# Wann leisten wir Psychologische Erste Hilfe?

- Während einer Krise oder im Anschluss
- Als Teil einer Notfallmaßnahme über einen längeren Zeitraum oder in Vorbereitung von Notfallpersonal und Freiwilligen
- Sowohl in großflächigen Katastrophen (Erdbeben, Krieg, Überflutung) als auch in räumlich begrenzten Notfällen (Bränden, terroristischen Anschlägen)
- Ebenfalls anwendbar in/nach anderen belastenden Situationen (z.B. Gewalterfahrungen)
- Sinnvoll zur Anwendung in täglicher Arbeit mit Kindern, nicht allein im Kontext von Krisensituationen

# Warum Psychologische Erste Hilfe für Kinder?

## In Krisen ...

- reagieren und denken Kinder anders als Erwachsene
- haben Kinder altersspezifische Bedürfnisse
- sind Kinder aufgrund ihrer Größe und ihrer sozialen und emotionalen Bindung an ihre Bezugspersonen besonders gefährdet

## Welche Kinder benötigen besonders Psychologische Erste Hilfe?



Nicht alle Kinder benötigen in belastenden Situationen gleichermaßen Psychologische Erste Hilfe.

# Handlungsprinzipien der Psychologischen Ersten Hilfe für Kinder

**Hinsehen**



**Zuhören**



**Handeln**

*Quelle: WHO's Psychological First Aid: Guide for field workers'*

## Die meisten Kinder erholen sich gut, wenn...

- sie ihre Eltern/Bezugspersonen wiederfinden
- ihre Grundbedürfnisse gedeckt sind
- sie sich sicher und außer Gefahr fühlen
- ihnen die benötigte Hilfe, z.B. durch Psychologische Erste Hilfe, zugänglich gemacht wird

## Kinder sind potenziell auf zusätzliche professionelle Unterstützung angewiesen, wenn...

- sie Anzeichen von einem anhaltend hohen Stresslevel zeigen
- sie bereits vorher mit Problemen zu kämpfen hatten
- sie drastische Anzeichen von Persönlichkeits- und Verhaltensänderungen zeigen
- sie ihren Alltag nicht mehr meistern können
- sie eine Gefahr für sich oder andere darstellen

**Lassen Sie ein Kind nie alleine, das starke psychische Belastungsanzeichen zeigt. Bleiben Sie beim Kind, bis die Reaktionen nachlassen oder Sie eine Möglichkeit der professionellen Weiterleitung gefunden haben.**

## Teil 3

Reaktionen von Kindern in belastenden Situationen

Praxisübung



Jonathan Hyams/Save the Children

## Teil 4

Identifizierung von  
Kindern, die  
Psychologische Erste Hilfe  
benötigen



## Kinder mit erhöhtem Risiko, starke Belastungssymptome zu entwickeln, sind...

- Kinder, die von ihren Eltern oder Bezugspersonen getrennt wurden
- Kinder, die gesehen haben, wie nahestehende Personen starben oder verletzt wurden
- Kinder, die verletzt wurden
- Kinder, die sich bedroht fühlen
- Kinder, die sich Sorgen machen, weil ihre Eltern oder Bezugspersonen offensichtliche Belastungsanzeichen zeigen
- Kinder, die sich schuldig fühlen, weil sie überlebt haben und andere starben



## Kinder mit offensichtlichen Belastungsanzeichen...

- haben körperliche Symptome wie Zittern, Kopf- und andere Schmerzen, Appetitlosigkeit
- weinen viel
- sind hysterisch und panisch
- sind aggressiv (schlagen, treten, beißen, etc.)
- klammern viel an Eltern/Bezugspersonen



## Kinder mit offensichtlichen Belastungsanzeichen...

- scheinen verwirrt und orientierungslos
- wirken abwesend, sehr ruhig und fast bewegungslos, bzw. wie erstarrt
- verstecken sich oder fliehen vor anderen Personen
- antworten nicht auf Fragen und sprechen nicht
- sind sehr verängstigt





# Kulturspezifisches Verhalten

?

Was sind offensichtliche  
Anzeichen für eine  
Belastung bei Eltern und  
Bezugspersonen?

## Psychisch belastete Eltern und Bezugspersonen...



können die gleichen Reaktionen wie Kinder zeigen



können vielleicht nicht für sich selbst oder ihre Kinder sorgen



Save the Children

## Teil 5

### Kommunikationstechniken der Psychologischen Ersten Hilfe

## Film: Kommunikation mit Eltern/Bezugspersonen in belastenden Situationen



## Film: Kommunikation mit Kindern in belastenden Situationen





# Teil 6

# Abschluss



**Die Zukunft liegt in den  
Händen der Kinder.“**

**Eglantyne Jebb, Gründerin  
von Save the Children - 1919**



**Vielen Dank!**



**Save the Children**