

Alles ganz normal! – Was Kinder in Krisen stärkt

Eine Sichtweise auf Pädagogik in krisenhaften Zeiten

Corinna Scherwath

Als ich in den Wochen des ersten Lock-Downs im März 2020 bei uns in der Gegend spazieren ging, sah ich ein großes Transparent, was Leute bemalt und ausgehängt hatten, mit dem Text:

***Der Sturm wird stärker!
Macht nichts! Ich auch!
Pippi Langstrumpf***

Auch wenn es für dieses Zitat keine seriöse Quellbestätigung gibt und es somit wohl zu den sogenannten „Kuckuckszitate“ gehört, die Astrid Lindgren untergemogelt wurden, stimmt es, dass ihre Figur der Pippi Langstrumpf eine Figur ist, die sich die Stürme des Lebens, im Vertrauen auf ihre eigene Kraft, stets zugetraut hat.

Seit dem Ausbruch der Corona-Pandemie erleben wir einen Krisen-Sturm, der unser Leben und das Leben unserer Kinder in vielerlei Hinsicht durcheinandergewirbelt hat. Viele Kinder haben in dieser Zeit ihre „Pippi Langstrumpf“-Fähigkeiten beweisen können. Haben gute Wege gefunden, mit der Situation umzugehen, waren bereit, sich einzustellen und sind an und mit der besonderen Situation gereift. Nicht wenige Kinder jedoch wurden durch die Belastungen der Krise nicht nur berührt, sondern in ihrer Entwicklung auch beschädigt. Aktuellen Meldungen zufolge gibt es einen verstärkten Anstieg von Verhaltensauffälligkeiten und Entwicklungsbeeinträchtigungen bei Kindern und Jugendlichen. Kinder- und Jugendpsychiatrien und -psychotherapeuten ächzen unter der verstärkten Nachfrage nach Behandlungsplätzen.

Wann immer öffentlich über diese Belastungsreaktionen der Kinder gesprochen wird, werden ausschließlich Risikofaktoren wie bspw. geschlossene Schulen/Kitas, Isolation oder Zukunftsängste, die als Begleiterscheinungen in der aktuellen Krise eine Rolle spielen, für diese Entwicklung verantwortlich gemacht. Dabei wird die Tatsache ignoriert, dass niemals Risikofaktoren allein verantwortlich für Entwicklungen sind.

Aus der Resilienzforschung¹ wissen wir, dass Entwicklungen immer auch davon abhängen, ob neben den Risikofaktoren ausreichend Schutzfaktoren vorhanden sind. Ob also etwas zur Verfügung steht, was die Wucht von Belastung abmildern kann.

In diesem Verständnis ist die Zunahme psychischer Belastungsreaktionen, wie wir sie aktuell bei Kindern erleben, keine zwangsläufige Folge der aktuellen Krise, sondern auch ein Hinweis darauf, dass viele Kinder sich in der Krise von uns Erwachsenen nicht ausreichend geschützt bzw. sicher begleitet fühlen und ihnen Unterstützung bei der Aktivierung ihrer resilienten Kräfte fehlt.

Niemand von uns weiß, wie sich die aktuelle Situation entwickelt. Welche Wege die derzeitige Pandemie noch nehmen wird, welche Belastung sie bereithält. Eine unserer vorrangigsten Aufgaben muss es also sein, alles dafür zu tun, dass die junge Generation bei Kraft bleibt bzw. wieder zu Kräften kommt.

Diese notwendige Stabilisierung der Kinder sollte jedoch vorrangig keine therapeutische Aufgabe sein.

1 Forschung zur psychischen Widerstandsfähigkeit.

II 2.11 Was Kinder in Krisen stärkt

Insbesondere im Kontext einer kollektiven Krise, wie wir sie aktuell erleben, liegt es auch in unserer kollektiven gesellschaftlichen Verantwortung, den Kindern dort, wo sie ihr Leben verbringen – in den Familien, der Kita, der Schule – das zur Verfügung zu stellen, was sie für ein stabiles Aufwachsen auch und gerade in krisenhaften Zeiten brauchen.

Was also können wir für die Kinder tun? In diesem Beitrag will ich der Frage nachgehen, welche Haltungen und Handlungen im pädagogischen Alltag und Miteinander im wahrsten Sinne des Wortes NOT-wendig sind, um Kinder nicht nur durch das aktuelle Krisengeschehen zu begleiten, sondern vor allem ihre Krisenkompetenz und Resilienzentwicklung für die Zukunft zu stärken.

Die letzten zwei Jahre haben deutlich gezeigt, dass die kommende Generation auch hier in Deutschland zunehmend von den Bewegungen der Welt betroffen sein wird. Pandemien, Auswirkungen des Klimawandels – wie wir sie bspw. in der Flutkatastrophe in NRW erlebt haben – oder Fluchtbewegungen und Kriegsereignisse in der Welt, werden Kinder und uns auch in Zukunft in vielerlei Hinsicht beschäftigen. Sicher ist, dass kollektive Belastungen auch bei uns potenziell zunehmen werden. Bei aller Sorge, die bei diesem Gedanken mitschwingt, ist es gut, sich bewusst zu machen, dass es nicht die Umstände allein sind, die darüber entscheiden, wie es uns geht.

Aus vielfältiger Forschung wissen wir, dass vor allem innere Haltungen und das subjektive Erleben der Umstände eine entscheidende Rolle dabei spielen, wie wir eine Situation empfinden: wie aktiv oder passiv, wie glücklich oder unglücklich, wie pessimistisch oder zuversichtlich wir unter gegebenen Umständen sein werden.

Hier kann Pädagogik ansetzen!

Die Kraft der Krise nutzen

Betrachten wir das Leben als eine lange Wanderung durch streckenweise bergiges und unwegsames Gebiet, so kann Pädagogik sich als Basislager verstehen, in dem wir Kinder für die Tour ihres Lebens so ausstatten, dass sie sich den erwartbaren Herausforderungen – oder wie Pippi Langstrumpf vielleicht sagen würde „Stürmen des Lebens“ – gewachsen fühlen.

Wenn wir unser pädagogisches Wirken als Nährboden einer stabilen Persönlichkeitsentwicklung verstehen, so wäre es nahliegend, dass wir pädagogisch Initiative ergreifen und unseren Bildungsanspruch auf die Bildung und Entfaltung des Resilienzpotenzials der Kinder richten.

Pädagogik in krisenhaften Zeiten bedeutet also, dass wir Kindern zeigen und mit ihnen gemeinsam lernen, wie wir in Krisen nicht untergehen, sondern in und an ihnen wachsen und reifen können.

Wo fang ich da bloß an? – Bei mir selbst!

Wie es Kindern in einer Krise geht, hängt maßgeblich davon ab, in welcher inneren Verfassung und mit welchen Haltungen wir Erwachsenen uns präsentieren und wie handlungskompetent sie uns im Umgang mit emotionalen Belastungen und faktischen Herausforderungen erleben. Kinder werden emotional geprägt durch die sie umgebenden Stimmungen und Atmosphären, die wir verbreiten. Zudem beobachten sie unsere Weise, wie wir mit uns, mit anderen und mit Situationen umgehen. Bevor wir uns also die Frage stellen, was wir MACHEN sollen, um Kindern hilfreich zu sein, stellt sich zunächst die Frage, wie wir SEIN können, damit Kinder von uns gestärkt werden.

Haltung zeigen: „Das gehört dazu!“

Die Basis unserer Krisenkompetenz liegt in unserer Einstellung zu Schwierigkeiten und Herausforderungen.

Zu guten Vorbildern und Bergführer*innen in schwierigen Zeiten werden wir, wenn wir bereit sind, Krisen und Schwierigkeiten als Teil unseres Lebens anzuerkennen. Unsere Kompetenz entspringt einer klaren inneren Haltung, dass krisenhafte Passagen unseres Lebens zwar mühsam und nicht selten schmerzlich sind – dass jedoch Unvorhergesehenes und Schwieriges absolut normal ist und zum Leben dazu gehört. In kritischer Reflexion scheint es mir jedoch so, dass unser Normalitätsbegriff kollektiv geprägt ist von der Vorstellung, dass „normal“ ist: was gut läuft, was unseren Vorstellungen entspricht, was unversehrt ist. Hier hat möglicherweise auch unser bislang vergleichsweise sicherer Lebensstandard dazu beigetragen, dass es scheint, als erheben wir einen heimlichen Anspruch darauf, dass bei uns „alles normal gut“ läuft. Schwierigkeiten und Krisen werden dann als Störung der Ordnung und nicht als Teil der Ordnung angesehen. Diese Denkweise kann zur Folge haben, dass wir uns in Krisensituationen eher hilflos und ausgeliefert fühlen, weil wir sie als ungerechtes Eindringen in unser „wahres Leben“ empfinden. Im Umgang mit Krisen verhalten wir uns dann tendenziell passiv und richten unsere Hoffnung rückwärtig darauf aus, dass alles wieder sein möge, wie es war.

Erst wenn wir „Krisen“ als natürlichen Bestandteil unseres Lebens anerkennen, werden wir ein Interesse daran entwickeln, uns auf sie einzustellen und unsere Kräfte dahingehend trainieren, dass wir uns ihnen gewachsen fühlen.

Diese Haltung hilft nicht nur uns selbst in krisenhaften Zeiten ein erfülltes Leben zu führen, sondern in besonderer Weise unseren Kindern. Wenn Kinder spüren, dass die sie

umgebenden Erwachsenen zwar betroffen, aber vorbereitet und handlungsfähig sind, fühlen Kinder sich sicher. Sie können Schutz bei Erwachsenen suchen und gleichzeitig von ihnen lernen, was man in schweren Zeiten für sich und andere tun kann.

An welche Kraftquellen können wir also die Kinder heranführen, aus denen sie mit uns gemeinsam Energie und Zuversicht schöpfen können?

Verbundenheit empfinden

Glück, Lebensfreude, Stabilität, Mut und Zuversicht im Leben von Menschen brauchen das Gefühl von Verbundenheit und Zugehörigkeit. Das gilt auch für Kinder. Leider begehen wir Kindern gegenüber nicht selten den Fehler, dass wir sie – insbesondere, wenn Belastendes oder Krisenhaftes geschieht – versuchen, von etwas fernzuhalten, statt sie einzubinden.

Auch wenn die positive Absicht darin liegen mag, sie schützen zu wollen: wenn wir Kinder nicht beteiligen, wird ihre Beunruhigung größer.

Kinder spüren, wenn etwas nicht in Ordnung ist. Sie sehen, wenn sich in ihrer Umwelt etwas verändert und sie empfangen Bilder und Töne aus der medialen Welt. Sie leben mit uns gemeinsam in dieser Welt – mit all den schönen und all den schwierigen Aspekten.

Wenn wir möchten, dass Kinder mit dem, was sie erleben, in gutem Sinne „fertig werden“, dann dürfen wir sie nicht raushalten, sondern sollten ihnen helfen, Geschehnisse und Gefühle einzuordnen und ihnen Möglichkeiten aufzeigen, wie sie auch in stürmischen Zeiten ihr Leben aktiv gestalten können.

„Resonanz ist die Erfahrung, die uns am meisten beruhigt“ (Sarah Peyton)

Vor ein paar Tagen hörte ich in einem Interview, dass eine Lehrerin aus NRW anlässlich des Schulbeginns nach der Flutkatastrophe sagte: „Die Kinder haben jetzt ein Recht, angehört zu werden!“ Diesen Satz könnten wir zur pädagogischen Hymne in krisenhaften Zeiten machen.

Was die Lehrerin deutlich macht ist, dass es in krisenhaften Zeiten eben nicht darum geht, einen Alltag zu gestalten, als wäre nichts gewesen. Vielmehr geht es darum, einen dialogischen Raum zu öffnen, in dem wir Kindern unsere Gesprächsbereitschaft und unser Interesse daran signalisieren, wie sie eine aktuell belastende Situation erleben. Es ist an uns, Fragen danach zu stellen, was sie mitbekommen, was sie gehört oder gesehen haben. Nur so können wir ihnen Resonanz geben zu dem, was sie in ihren Köpfen und Herzen bewegt. Wir können ihre Wahrnehmung bestätigen oder ergänzen, Erläuterungen und Erklärungen geben, wo Unklarheiten sind.

Aus der Traumaforschung wissen wir, dass Stress ausgelöst und Verarbeitung blockiert wird, wenn wir mit Ereignissen zu tun haben, die wir nicht „erfassen“ können. Kinder brauchen unsere offenen Ohren für das, was sie beschäftigt, worüber sie sich Gedanken machen und was sie noch nicht eingeordnet haben.

Resonanz bedeutet in diesem Fall, ihre inneren Fragen und Unruhen feinfühlig herauszuhören und ihnen die Erklärungen und Antworten zu geben, die ihnen helfen, sich im Krisengeschehen zu orientieren.

Es gibt im Internet hierzu viele gute Erklärvideos für Kinder (z. B. Sendung mit der Maus, Logo, Corona den Kindern erklärt), die zunächst uns Erwachsenen helfen können, gute kindgerechte Worte zu finden, um aktuelle Themen wie Pandemie, Klimakatastrophe,

Flucht und Krieg zu erklären. Analog gibt es auch (Bilder-)Bücher für Kinder, die aktuelle Themen aufgreifen und zum Dialog einladen.

Neben dieser sachorientierten Resonanz brauchen Kinder aber auch unsere Offenheit gegenüber ihren mit den Erlebnissen und Informationen verbundenen Gefühle. Ein bekanntes Zitat von dem Stress- und Achtsamkeitsforscher Jon Kabat-Zinn sagt: „Man kann die Wellen nicht stoppen, aber man kann lernen auf ihnen zu reiten“. Das gilt in besonderer Weise auch für unsere Gefühlswellen. Krisen sind meist begleitet von emotional „hoher See“. Gefühle wie Angst, Unsicherheit, Hilflosigkeit, Trauer und Wut zerren an unseren Nerven.

Um ‚starke Nerven‘ zu entwickeln, brauchen Menschen eine große innere Sicherheit im Umgang MIT diesen Gefühlen.

Diese erlangen wir von klein auf dann, wenn es Menschen um uns herum gibt, die uns helfen, eine gute Beziehung auch zu unseren intensiven und schmerzlichen Gefühlen zu entwickeln.

Kinder brauchen entsprechend gerade in emotional bewegten Zeiten Erwachsene, die ihnen Raum für ihre Gefühle geben. Menschen also, die bereit sind, über Gefühle zu sprechen, diese erlauben, bestätigen und normalisieren. Es geht also keineswegs darum, dass wir Kindern Gefühlen ersparen, sondern im Gegenteil, dass wir ihnen helfen, ihre Gefühle kennenzulernen, damit es ihnen möglich wird, gut mit ihnen umzugehen. Der Dialog mit Kindern sollte sich also nicht ausschließlich auf das Geschehen in der Sache beziehen, sondern gezielt auch die Gefühlslagen betreffen. Wenn ein Kind sich in seinen Gefühlen wahrgenommen, verstanden und bestätigt fühlt, wenn es spürt, dass es damit nicht allein ist in dieser Welt, schafft dieses ein hohes Maß an Verbundenheit und psychischer Sicherheit.

*Aus meiner Perspektive sollten aktuelle Geschehnisse immer Platz finden in unseren Dialogen, Kinderkreisen, Klassenräten etc. Es ist Aufgabe der Erwachsenen diesen Gesprächsraum zu öffnen und nicht zu warten, bis Kinder damit kommen. Wenn Erwachsene zu einem Thema schweigen bzw. es nicht mit den Kindern ins Gespräch bringen, behalten Kinder ihre Fragen, Nöte und Themen oftmals für sich, weil sie es als „Tabuthema“ erleben. Sie wirken im Außen zunächst unbelastet, entwickeln aber langfristig nicht selten Verhaltenssymptomatiken, die auf innere Notlagen aufmerksam machen. Wenn ich darüber in Veranstaltungen mit Praktiker*innen spreche, wird verschiedentlich die Frage aufgeworfen, was ein guter Weg wäre, mit Kindern das Gespräch so zu gestalten, dass sie nicht überfordert würden. Tatsächlich kann es hilfreich sein, gerade für kleine Kinder altersgemäße Zugänge zu suchen.*

Da das Spiel das natürliche Kommunikationsmittel des Kindes ist, können Spielmittel nützen, dass Kinder komplexe Themen einordnen und emotionale Aspekte besser verarbeiten können.

Handpuppen bzw. Stoffwesen aller Art sind ein wunderbarer Türöffner zu den Innenwelten der Kinder.

- Wenn Montagmorgen im Kinderkreis die Handpuppe erzählt, was sie am Wochenende beschäftigt hat, welche Bilder, sie im Fernsehen gesehen hat und wie sie da ganz erschrocken war o. ä., dann werden Kinder sich mit ihr viel lebendiger unterhalten, als wenn wir sie unmittelbar „befragen“.
- Oder wenn diese erzählt, dass sie jetzt immer nicht weiß, ob sie die Maske auf- oder absetzen soll und nicht versteht, warum das mal so und mal so ist. . . Dann können wir es Kindern erklären, indem wir es der Puppe erklären, bzw. wir können Kinder einbeziehen und sie bitten, der Handpuppe zu erzählen, was sie darüber wissen.

Aller Erfahrung nach finden so spannende und intensive Gespräche mit Kindern statt, in denen ein hohes Maß an konzentrierter Aufmerksamkeit und Verbundenheit entsteht.

Wenn es einen Glauben gibt, der Berge versetzen kann, so ist es der Glaube an die eigene Kraft (Marie Ebener-Eschenbach)

Abgesehen davon, dass Einordbarkeit, Verbundenheit und Dialog wesentliche Faktoren sind, die die Wucht von Belastung in Krisensituationen abmildern, spielen Selbstwirksamkeitsüberzeugungen, Handlungsfähigkeit und Problemlösekompetenzen eine entscheidende Rolle dabei, ob Menschen in Krisen in den Zustand von Ohnmacht oder in den Modus von Tatkraft kommen. Häufig wurde in letzter Zeit darüber berichtet, dass gerade die depressiven Auffälligkeiten bei Kindern stark zugenommen haben. Ein reaktiver depressiver Zustand hat immer etwas damit zu tun, dass die eigenen Handlungsoptionen als gering bzw. nutzlos eingestuft werden.

Wenn wir Kinder, wie oben bereits kritisch erwähnt, in krisenhaften Zeiten auf ihr „Kindsein“ reduzieren, ohne sie zu beteiligen und ihre Potenziale mit einzubinden, bleiben Kinder dem Geschehen gegenüber ausgeliefert. Depressionen werden in der Forschung oftmals auch als „erlernte Hilflosigkeit“ bezeichnet. Wollen wir verhindern, dass Kinder in einen ausgeprägten Zustand von Hilflosigkeit kommen, dürfen wir sie nicht nur verschonen, sondern sollten sie kindgerecht beteiligen.

Kindern Partizipationsmöglichkeiten und Wege eigener Wirksamkeit aufzuzeigen ist eine wesentliche Aufgabe resilienzorientierter Pädagogik.

Damit Kinder grundlegend Selbstwirksamkeitsüberzeugungen entwickeln, braucht es einen pädagogischen Raum, in dem Kinder

II 2.11 Was Kinder in Krisen stärkt

von Anbeginn ein hohes Maß an Partizipation erleben. Machen Kinder alltäglich die Erfahrung, dass sie gefragt, gehört und beteiligt sind, fühlen sie, dass „ihre Stimme“ zählt und dass es sich lohnt, sich einzubringen. Dazu gehört auch, dass wir Widerstandshandlungen, Wutäußerungen und ein deutliches „Nein“ von Kindern ernst nehmen und nicht unterdrücken. Wenn wir Kindern lediglich beibringen, sich vom „Strom treiben zu lassen“, dann werden sie keine Kräfte entwickeln, die es ihnen möglich machen, „gegen zu halten“, wenn es notwendig ist. In Krisensituationen müssen wir uns jedoch gegen die Kraft der Krise stemmen können, um uns nicht von ihr wegtragen zu lassen. Alles was Kinder in ihrem Einsatz für sich selbst würdigt und stärkt, ist eine gute Grundlage dafür, dass sie lernen auf ihre eigenen Kräfte zu vertrauen.

„Wo Gefahr ist – wächst das Rettende auch“ (Friedrich Hölderlin)

Unabhängig von dieser fundamentalen Stärkung von Kindern hilft es Kindern, wenn sie wissen, dass man immer etwas tun kann, ganz gleich wie groß ein Krisengeschehen ist. Nie werden wir als einzelner Mensch mit unserem kleinen Beitrag das Große und Ganze an sich ändern. Gleichfalls können wir an vielen kleinen Stellen unsere Wirksamkeit entfalten, in dem wir zum Beispiel auf der Ebene von Mitmenschlichkeit aktiv werden. Ein Zugang, der dieses Thema aufgreift, ist das Erzählen von „Held*innengeschichten“. Gemeint sind damit Geschichten von Menschen, die historisch oder aktuell etwas tun, um eine Krise zu bewältigen oder eine schwierige Situation zu verändern.

In den Anfängen der Coronazeit bspw. war es wichtig, dass Kinder nicht nur mit beängstigenden Bildern von kranken oder isolierten Menschen konfrontiert waren, sondern dass wir ihnen auch erzählt haben, wer da ist, um zu helfen: Ärzt*innen und Pflegekräfte, die

alles tun, was sie können, Menschen, denen es schlecht geht, zu helfen. Wissenschaftler*innen, die dabei sind, eine Lösung zu suchen, damit Corona wieder weggeht. Ebenso wie es jetzt während der Flutkatastrophe wichtig war, dass Kinder nicht nur die Bilder der Zerstörung vor Augen hatten, sondern dass wir ihnen von all den Menschen erzählt haben, die jetzt vor Ort sind, um anderen zu helfen.

Gerade wenn viel beängstigende Szenarien im Raum sind, ist es wichtig, dass wir darauf achten, dass wir mit Kindern über das Belastende UND das Rettende sprechen.

Gleichzeit sollten wir auch Möglichkeiten schaffen, bei denen Kinder sich selbst als kleine Held*innen in schwierigen Zeiten erleben können. In den Anfängen der Corona-Zeit gab es bspw. Aktionen, bei denen Kinder Bilder und Briefe für Menschen in Pflegeheimen gestalten konnten, um ihnen in ihrer Einsamkeit hilfreich zu sein. Das lässt sich aktuell auch weiterführen, wenn bspw. in Kitas und Schulen Kinder oder Kolleg*innen in Quarantäne sind. Die Gruppen können sich in diesen Fällen etwas überlegen, was sie für die Betroffenen tun können. So können Fotos oder kleine Filmchen aufgenommen, Bilder gemalt, Briefe geschrieben, Wünsche formuliert o. ä. werden. Für Kinder ergibt sich so eine Chance, sich selbst als hilfreich zu erleben, und gleichzeitig bringen wir ihnen bei, dass das Wichtigste in einer Krise ist, dass wir solidarisch mit den aktuell primär Betroffenen sind und Verbundenheit untereinander hergestellt wird. Uns miteinander verbinden ist das, was wir immer tun können!

Vergiss die Freude nicht!

Bei alledem, was ich vorab dazu geschrieben habe, wie wichtig es ist, Kinder ins Krisengeschehen mit einzubeziehen, braucht es für das Erstarken resilienter Kräfte natürlich auch die Verbindung zu Freudvollem.

Um die Lebenskraft von Kindern in schweren Zeiten lebendig zu halten, sollten wir ihnen viele Möglichkeiten geben, ihre Vitalität zu spüren. Kinder fühlen ihre Vitalität am meisten, wenn sie sich bewegen, wenn sie unbeschwert toben, lachen, spielen können. Jeder Augenblick, in dem es uns gelingt, die Qualität von Leichtigkeit und Freude im Miteinander zu aktivieren, hilft gegen Angst und Depression, weil darin die Hoffnung lebendig wird, dass die schönen Seiten des Lebens nicht verloren sind.

Insbesondere wenn Krisen abebben und die Spannung nachlässt, ist es wichtig, dass viel Raum geschaffen wird, dass neue „Lebensenergie“ getankt werden kann. Dass wir uns und den Kindern Zeit geben, damit sich regenerieren kann, was verwundet wurde, und Schwung geholt werden kann für Neues. Wir dürfen achtsam darin sein, dass wir nach Krisen nicht zu schnell zum „Alltag“ übergehen, sondern uns Zeit nehmen zu verarbeiten und uns Gutes tun, um zu Kraft zu kommen.

Fazit oder Wann stirbt die Hoffnung zuletzt?

Ob die aktuelle Krise nun abebbt oder noch einmal neu Schwung holt. Ob eine nächste Krise bereits vor der Tür steht oder uns eine Pause gegönnt ist, können wir nicht wissen – da können wir nur hoffen. Und zwar nicht, dass es eine Normalität gibt, in der „alles gut“ ist. Da würden wir möglicherweise vom Leben schnell enttäuscht.

Hoffen können wir aber, dass wir uns in den Stürmen des Lebens mit anderen verbunden fühlen. Hoffen können wir, dass wir wirksam handeln können und an Herausforderungen wachsen. Hoffen können wir, dass es immer etwas gibt, was uns Freude macht und was wir genießen können.

Wenn wir Kinder mit diesen Erfahrungen im pädagogischen Basislager ihres Lebens groß

werden lassen, dann wird ihre Hoffnung tatsächlich zuletzt sterben – auch dann, wenn der Sturm in ihrem zukünftigen Leben ganz normal sein wird.

Unterstützende Literatur für Kinder:

- + „Ich bin der Anfang. Über die Kraft des Handelns“ Susan Verde (cbi 2020)
- + Eine Serie von Büchern von María Isabel Sánchez Vegara (Insel Verlag 2020): Little People-Big Dreams u. a. zu Astrid Lindgren, Greta Thunberg, Hannah Arendt u.v.m.
- + „Trau dich, sag was“ Peter H. Reynolds (Fischer Sauerländer 2020)
- + „Bestimmer sein: Wie Elvis die Demokratie erfand“ Katja Reider/Cornelia Haas (Carl Hanser Verlag GmbH & Co KG 2021)
- + „Häschen tröstet“ Cori Doerrfeld (Zuckersüß Verlag 2019)
- + „Ich bin die Liebe. Über die Kraft der Herzlichkeit“ Susan Verde (cbj 2020)
- + „Ich bin ein Mensch. Über die Kraft des Mitgefühls“ Susan Verde (cbi 2020)
- + „Die Reise des Schmetterlings. Stressregulation für Kinder“ Kati Bohnet (BoD 2021)

Literatur

Marks, Stephan (2012): Die Kunst nicht abzustumpfen. Hoffnung in Zeiten der Katastrophe. Gütersloh: Gütersloher Verlagshaus.

Möller, Olaf (2021): Große Handpuppen ins Spiel bringen. Münster: Ökotopia.

Scherwath, Corinna (2021): Liebe lässt Gehirne wachsen. Berlin: Cornelsen.

Scherwath, Corinna (2020): Soziale und pädagogische Arbeit bei Traumatisierung. München: Ernst Reinhardt Verlag.

II 2.11 Was Kinder in Krisen stärkt

Scherwath, Corinna (2018): Was Klaras Verhalten uns sagen kann. Berlin: Cornelsen.

Siegel, Daniel J. (2006): Wie wir werden, die wir sind: Neurobiologische Grundlagen subjektiven Erlebens und die Entwicklung des Menschen in Beziehung. Paderborn: Junfermann Verlag.

Schnabel, Ulrich (2018): Zuversicht – Die Kraft der inneren Freiheit und warum sie heute wichtiger ist denn je. München: Karl Blessing Verlag.

Strüber, Nicole (2019): Risiko Kindheit – Die Entwicklung des Gehirns verstehen und Resilienz fördern. Stuttgart: Klett Cotta Verlag.

Peyton, Sarah (2019): Selbstresonanz – Im Einklang mit sich und seinem Leben. Paderborn: Junfermann Verlag.

Weltzien, Dörte u. a. (2016): Gefühl und Mitgefühl von Kindern begleiten. Freiburg im Breisgau: Herder Verlag.

Weitere Informationen zum Thema:

- + Podcast: „Warum Reden doch manchmal Gold ist! – was Kinder in krisenhaften Zeiten brauchen.“ Kita-Talk: Anja Cantzler im Gespräch mit Corinna Scherwath www.youtube.com/watch?v=2BtCQttU6o
- + Podcast von Udo Baer: Vom Helfen bei Hilflosigkeit | BAERpod – Kinderwürde | NRWision, www.nrwision.de/mediathek/baerpod-kinderwuerde-020-vom-helfen-bei-hilflosigkeit-210111/
- + Ein Blog von Udo Baer und Claus Koch zum Thema Kinder und die Hochwasserkatastrophe, www.kinder-und-wuerde.de/die-hochwasserkatastrophe-und-die-kinder/
- + Stephan Marks: Die Kunst nicht abzustumpfen – Hoffnung in Zeiten der Katastrophe (2012), Gütersloher Verlagswesen (enthält auch ein Kapitel zum Thema Hoffnungsarbeit mit Kindern)