

## Projekt „Kinder stark machen“

### ein Erfahrungsbericht über zwei echt starke Tage!



#### Kinder-Power-Tage

Samstag 5.11.-Sonntag 6.11.2022 (10 – 17 Uhr)  
im Heimbacher Hof, SHA  
Ein Wochenende, das stark macht

Ausgangspunkt unseres gemeinsamen Projekts bildete die Idee, Kindern aus geflüchteten Familien mit traumatisierenden Erlebnissen in der Vergangenheit ein Angebot zu machen, das sie unterstützt, mit ihren vielfältigen Belastungen besser umgehen zu lernen und (wieder) Zugriff auf vorhandene Ressourcen zu erhalten bzw. diese zu stärken.

Bereits vor dem Start in das eigentliche Projekt lag schon ein langer Weg hinter uns: von den ersten Treffen mit ganz unterschiedlich mit dem Thema befassten Menschen (Freundeskreis Asyl, Freundeskreis Afrika, Psychotherapeut:innen, Heilpädagog:innen, Sozialarbeiter:innen) bis zur Bildung des pädagogisch-therapeutischen Teams einerseits und des „Orga-Teams“ andererseits- auch hier kam schon richtig viel Power zusammen. Jeder Teil der Gruppe konnte seinen wichtigen Teil einbringen, ohne den das große Ganze nicht funktionieren könnte.

Bereits beim vorgeschalteten Elternabend hatte sich gezeigt, wie vielschichtig unsere Aufgabe werden würde. Wieviel Sicherheit wir durch unsere Personen bei den Eltern ausstrahlen müssen, damit sie uns ihre Kinder anvertrauen können - kein Wunder, bedenkt man den Erfahrungshintergrund vieler geflüchteter Familien.

Ein roter Faden, den wir uns für das Wochenende ausgedacht hatten, war die Erarbeitung eines gemeinsamen Liedes, das immer beim Zusammenkommen in der Großgruppe gespielt und eingeübt werden konnte. So konnte dieses auch als Signal für einen neuen Programmpunkt von den Kindern erkannt werden. Weitere übergreifende Elemente, die die Inhaltlichen flankierten, waren Bewegungseinheiten, Essen und freies Spiel.

Die Entscheidung, keine homogene Gruppe zu bilden, was Herkunft, soziokulturellen Hintergrund und Geschlecht angeht, barg Spannungs- und Entwicklungspotential. Dies war von Beginn an spürbar, wir konnten kaum im Anfangskreis zusammenkommen, schon lag es in der Luft. Da prallten bereits bei der Vorstellungsrunde Vorbehalte aufeinander, die zunächst erschrecken konnten- die sich im Laufe der Zeit durch eine haltgebende, nicht-wertende und wertschätzende Grundhaltung relativieren, in manchen Fällen sogar auflösen konnte.

Den inhaltlichen Start am Samstag bildete ein theoretischer Input zur Psychoedukation bei Traumafolgestörungen. Obgleich dieser kindgerecht und kurzgehalten war, war dies ein echter Kraftakt für alle. Doch es stellte sich eine erstaunliche Beobachtung ein- trotz großer allgemeiner Unruhe, zeigte sich später in der Stationenarbeit, dass die meisten Kinder sehr wohl verstanden haben, was über die Zusammenhänge von Vorgängen im Gehirn und traumatisierenden Erlebnissen berichtet worden war und was das mit ihrem manchmal so schwierigen Verhalten, ihren Ängsten, Schlafstörungen oder anderen Problemen zu tun hat- was für eine Leistung dieser Kinder!



Es folgte ein kreatives Angebot zur Vorbereitung der Arbeit an Notfallstrategien, die am Nachmittag folgen sollte. Die Kinder bastelten einen „Notfallrucksack“, der über die Zeit mit Strategien gefüllt wurde. Neben dem praktischen Nutzen, der auch den Übertrag auf den Alltag der Kinder sichern soll, war zu beobachten, wie es die Kinder mit Stolz erfüllt, selbst etwas zu schaffen und sich auch gegenseitig mit Tipps und Ideen zu unterstützen, aber auch Zuwendung von den begleitenden Erwachsenen zu bekommen. Außerdem gab es so die Gelegenheit, den Kindern im Gespräch nochmals vertiefend zu erklären, was es mit diesen „Strategien“ so auf sich hat.

Am Nachmittag stand die Erarbeitung von Strategien zum Umgang mit (posttraumatischem) Stress im Mittelpunkt. An fünf verschiedenen Stationen konnten die Kinder sehr unterschiedliche Methoden kennenlernen, mal ganz praktisch, in dem sie unterschiedliche „Skills“ ausprobierten und einpacken durften (z.B. gute Düfte, scharfe Bonbons, Stressbälle...), mal lernten sie sog. Distanzierungstechniken aus der Hypnotherapie, eine andere Station bot die kreative Möglichkeit des Malens zur Musik, eine weitere zeigte auf, wie man mit Percussion- Instrumenten Gefühle ausdrücken und regulieren kann, ebenso lernten die Kinder konkrete Übungen zum Abbau von Wut, Angst und anderen starken Gefühlen, z.B. über Atemtechniken.

Immer wieder musste vor allem an diesem ersten Tag das Programm an die Bedürfnisse und Möglichkeiten der Kinder angepasst werden. Bei zu starker Unruhe konnten wir durch die gute Personalausstattung flexibel reagieren, mal konnten alle durch Musik wieder „eingefangen“ werden, mal wurden die Bewegungsmöglichkeiten vor Ort eingesetzt, um aufkommenden Stress und Unruhe abzubauen. Hier zeigte sich immer wieder, wie viel auch „zwischen den Zeilen“ geschieht, seien es immer wieder aufflammende Konfliktsituationen mehrerer oder Nöte Einzelner- Kinder in dieser Zusammensetzung und Vorgeschichte benötigen viel fachliche Präsenz.

Der Sonntag stand ganz im Zeichen des Themas „Ressourcen“. Nach einer Eingangsrunde zum vergangenen Tag, der Wiederholung der Struktur und des Liedes starteten wir mit einer kurzen Info darüber, was Ressourcen sind und wozu wir sie brauchen, bevor wir in ein erneutes Kreativangebot an Stationen starteten.

Jedes Kind durfte seine eigene Schatzkiste gestalten und auf unterschiedlich große Steine die eigenen Stärken bzw. auch Ressourcen in Familie, Umfeld und in Form von schönen Erinnerungen schreiben. Hier zeigte sich deutlich, dass viele der Kinder noch wenig Zugang zu den eigenen Stärken hatten, sich aber umso mehr freuten, wenn sie mit Unterstützung doch ihre Schatzkiste füllen konnten.



Nach dem gemeinsamen Mittagessen (hier auch ein Riesendank an die Versorgungs-Crew!) wurde mit den Kindern gemeinsam eine „Ausstellung“ für die Eltern aufgebaut, zu der diese am frühen Nachmittag eingeladen wurden. Die Kinder teilten sich auf, um den Eltern alles, was wir erarbeitet hatten, anschaulich zu erklären und zu zeigen, was dabei entstanden ist. Dies sollte den Übertrag des Erlernten in den Alltag der Kinder stützen, in dem auch die Eltern die Inhalte kennenlernen und hören, wie sie ihre Kinder zu Hause unterstützen können.

Man merkte den Kindern eindeutig die Aufregung darüber an, dass die Eltern bald kommen, gemischt mit sehr viel Freude und Stolz, sich präsentieren zu dürfen. Beim Üben des Liedes (diesmal auf einer echten Bühne!!) zeigten die Kinder richtig viel Disziplin. Jedes Kind fand seinen Bereich, in dem er vor den Eltern glänzen konnte. Und so wurde der gemeinsame Nachmittag zu einem tollen Abschluss, auch wenn leider nicht alle Eltern dabei sein konnten.

Um die Nachhaltigkeit des Projekts auch längerfristig zu gewährleisten, sind bereits drei weitere Nachtreffen geplant, die jeweils in kürzeren Zeiteinheiten mal als Elternabend, mal als Follow- Up- Termin (derzeit sind drei geplant) mit den Kindern durchgeführt werden sollen. Auch weiterführender Behandlungsbedarf und damit verbundene Überführung zu anderen Hilfeleistern wie Jugendhilfe, ambulante Psychotherapie o.ä. kann dabei beleuchtet und bei Bedarf initiiert werden.

Was so ein Wochenende von uns als Therapeuten verlangt ist (neben viel Vorbereitungszeit und Konzeptarbeit) vor allem permanente Bindung und Präsenz. Von den Kindern bedeutete es neben Spiel, Spaß mit tollen Materialien die Aufgabe, Vorurteile explizit und implizit aufzuweichen, sich auf Beziehung und Bindung zu uns und den anderen Kindern einzulassen und sich mit sich selbst auseinanderzusetzen.

Hier ist die Arbeit an Ressourcen, Stärken und Strategien eine besonders schonende und selbstwertsteigernde Möglichkeit. Das konnte man beobachten, in kleinen Gesprächen erfahren und an den wunderschönen Notfallrucksäcken und Schatzkisten auch konkret sehen. Und für die Eltern bedeutete es, uns ihre Kinder anzuvertrauen, obwohl sie uns nur etwas kannten und obwohl sie mit manchen Sorgen, Ängsten und Vorbehalten zu kämpfen hatten. Von den Organisator:innen bedurfte es viel Engagement, Durchhaltevermögen und Beharrlichkeit und auch die Weitsicht, das personalintensive Konzept mitzutragen und die dafür nötigen Mittel zu organisieren.

Sie als ideell und finanziell Unterstützende haben einen gehörigen Vertrauensvorschuss geleistet und es uns ermöglicht, diese wichtige Arbeit fachlich auf solide Beine zu stellen und nicht durch Mangel an fachlich kompetenten Mitarbeiter:innen Abstriche machen zu müssen, die die Qualität deutlich eingeschränkt hätte.

Hierfür wollen wir uns ganz herzlich bedanken und hoffen, wir konnten Ihnen mit unserem Bericht einen Eindruck davon vermitteln, was durch Ihre Unterstützung entstehen konnte.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien frohe und besinnliche Weihnachtstage!

Im Namen des ganzen „Kinder- Stark- Machen“- Teams:

Sibylla Rehnitz

(Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin),

Idee und Organisation:

Luca-Christin Laubenthal, Hartmut Siebert

14.12.2022



Projekträger: Freundeskreis Asyl SHA und Verein Grenzenlose Freundschaft SHA e.V:

Herzlichen Dank!

- *Freundeskreis Afrika e.V.*  
- INTERKULTURELLES MENTOR\*INNEN PROGRAMM-
- *Lions Club Schwäbisch Hall*
- *Rotary Club Schwäbisch Hall*
- *Round Table 101 Schwäbisch Hall*
- *Soroptimist Club - SI- Schwäbisch Hall*
- *Stadt Schwäbisch Hall*
- *Wir helfen Kinder e.V. Freiburg i.Breisgau – [www.whk-online.de](http://www.whk-online.de)*